

急诊脑出血抢救时机决定恢复情况

张 勇

都江堰市中医医院 611800

【中图分类号】R743.34

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2023) 10-083-01

脑出血是一种严重的脑血管疾病，发病突然且危险性较高。在抢救脑出血时，时机的选择对于患者的恢复情况至关重要。我们将抢救时机分为几个阶段，其中第一个阶段被称为黄金时机。

黄金时机是指脑出血发生后的最早 4.5 个小时内。在这个阶段，救治成功率较高，治疗后患者的恢复效果也较好，往往不会对正常生活产生明显的影响。这是因为在脑出血初期，及时的抢救措施可以有效控制出血，减少脑组织的损伤，并迅速缓解脑压增高的情况。然而，随着时间的推移，进入到后续的阶段，抢救的风险逐渐提升，治疗效果也不如黄金时机那么理想。在这些阶段，脑出血造成的脑组织损伤已经较为严重，恢复的难度也相应增加。此外，脑出血后可能会引起一系列并发症，如脑水肿、脑血管痉挛等，进一步加重了患者的病情。这些时机差异的结果主要是由于以下几个原因造成的。首先，黄金时间内的抢救措施可以迅速控制出血，减轻脑组织的压力，避免进一步的损伤。其次，早期抢救可以及时纠正脑血管痉挛、脑水肿等并发症，减少对脑组织的损害。此外，黄金时间内的抢救可以更好地保护脑细胞，促进其恢复和再生。因此，对于脑出血患者的家属和亲友来说，要意识到及时送医院的重要性。在黄金时机内，尽可能不要犹豫，要迅速将患者送往医院进行抢救。同时，要配合医生做好有序的工作，提供准确的病史和病情信息，以便医生能够更好地制定治疗方案。如果错过了黄金时机，不仅救治费用会增加，而且患者的恢复情况也会受到影响。在后续的阶段，脑组织的损伤可能会更为严重，治疗效果也不如黄金时机那么好。甚至有些患者可能会出现严重的术后功能障碍，影响日常生活和工作能力。更为严重的是，如果错过了抢救时机，可能会导致患者的生命危险。因此，了解脑出血抢救时机的重要性对于患者和家属来说至关重要。要尽早意识到脑出血的紧急性，及时就医，并在黄金时间内进行抢救。同时，要

加强对脑出血的预防意识，保持健康的生活方式，控制高血压等危险因素，以减少脑出血的发生。只有这样，我们才能更好地保护患者的生命和健康。

对于有关疾病救治问题，有很多的错误观念需要纠正了解。首先，一些人可能认为脑出血抢救时机只与时间有关，而忽视了抢救的质量和效果。实际上，抢救时机的决定不仅仅取决于时间的紧迫性，还取决于医疗团队的专业水平和设备条件。及时就医固然重要，但更重要的是能够提供高质量的抢救和治疗，以最大程度地减少脑组织损伤和并发症的发生。其次，一些人可能存在对于脑出血抢救时机的误解，认为只有通过手术干预才能有效抢救。然而，脑出血的治疗并不仅限于手术，还包括药物治疗、康复护理等多种综合措施。在抢救时机的选择上，医生会根据患者的具体情况和病情评估，制定最合适的治疗方案。此外，一些人可能对于脑出血抢救时机的影响因素存在一些误解。除了时间因素外，患者的年龄、基础健康状况、出血部位和大小等因素也会影响抢救时机的选择和治疗效果。因此，在决定抢救时机时，医生会综合考虑多个因素，以制定最适合患者的个性化治疗方案。最后，要强调脑出血抢救时机的重要性，并提醒患者和家属要及时就医。早期的抢救和治疗可以最大限度地减少脑组织损伤，提高患者的生存率和生活质量。同时，要加强对脑出血的预防意识，控制高血压、避免过度劳累、保持健康的生活方式和饮食习惯，以降低脑出血的发生风险。有关观念需要持续性的推广，避免因为人们的错误观念延误治疗时机，进而导致不可挽回的后果。

总之，了解脑出血抢救时机的重要性，纠正相关的认知不足与错误，对于患者和家属来说至关重要。要意识到抢救时机不仅与时间有关，还与抢救质量和效果密切相关。同时，要了解脑出血抢救时机的影响因素，并加强对脑出血的预防意识。只有这样，我们才能更好地保护患者的生命和健康。

(上接第 82 页)

和糖尿病的风险。②增加膳食纤维摄入。膳食纤维是一种可以帮助降低血糖和胆固醇的营养素，它可以帮助人们控制饥饿感，增加饱腹感，减少摄入过多的热量。因此，建议多吃含有膳食纤维的食物，如蔬菜、水果、全谷类等。③合理安排餐次。合理安排餐次也是预防糖尿病的重要措施之一。建议每天定时进食，避免饥饿或暴饮暴食。同时，要保证饮食均衡，摄入足够的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等营养素。

• 增加运动量

运动是预防糖尿病的另一个重要措施。适当的运动可以帮助人们控制体重、增加肌肉、提高胰岛素敏感性，从而降低糖尿病的风险。建议每周至少进行 150 分钟的中等强度有

氧运动，如快走、骑车、游泳等。此外，还可以进行一些力量训练，以增加肌肉量和提高肌肉质量。

• 保持良好的心理状态

心理健康也是预防糖尿病的重要因素之一。长期处于紧张、焦虑、抑郁等不良心理状态，容易导致身体内分泌紊乱，从而增加糖尿病的风险。因此，建议保持良好的心理状态，通过放松训练、冥想、瑜伽等方式来缓解压力和焦虑。

• 定期体检

定期体检可以帮助人们及时发现和治疗糖尿病。对于高危人群，如家族中有糖尿病患者的人群、肥胖人群、妊娠期妇女等，更应该定期进行血糖检查和筛查。此外，定期体检还可以帮助人们及时发现和治疗其他慢性疾病，如高血压、高血脂等。