



# 一老师突发心梗 多方接力成功救助

滨州日报/滨州网记者 高超 通讯员 赵岩 孙娜娜

**危急** 一老师在滨职突发心梗晕倒在地  
**万幸** 现场师生施救赢得“黄金时间”  
**平安** 院前院内无缝衔接助患者脱险

“时间就是生命”，这句话用来形容急性心肌梗死的急救恰如其分。急性心肌梗死是心血管急症中最严重的疾病之一，其特点是发病急、病情进展快，数分钟内即可致命。近日，滨州职业学院的李老师突发心肌梗死导致心跳骤停，情况危急。幸运的是，他得到了及时的院前急救，并在入院后得到了科学而高效的治疗，最终转危为安。

康学院2023级学生曹飞赶紧上前呼喊老师，判断老师有无意识；并立即拨打120，向接线员说明相关情况，随后保持手机联系，随时汇报患者病情。其间，在场的另一名男生主动到校门口引导救护车。

王佳彬和曹飞在旁一位球友的指导下，把李老师的头向右侧，尝试打开口腔，为其清理流出的粘液。这位球友也紧急为李老师进行了心肺复苏按压。等救护车赶到后，大家一起将李老师抬到了救护车上。

在此过程中，教育学院辅导员王冉下班后正准备自驾回家，见救护车自校内驶出，意识到可能是学生出了事。于是，王冉放弃回家，一路驾车跟随救护车入院后确认了患者信息，之后及时向学校汇报并帮助联系李老师的家人和同事，并积极参与入院急救。

**争分夺秒，“黄金施救”取得初步效果**

患者出现心跳呼吸骤停时，抢抓“黄金三分钟”，第一时间予以心肺复苏十分关键。回想起当时的抢救，滨州市人民医院急救中心副主任、副主任医师孙志宝说：“当时患者的情况确实很危急，可以说已经一只脚踏进鬼门关了，幸亏现场师生给予了紧急施救，再加上120急救人员及时到达，最终帮患者争取到了抢救的最佳时机。”

心外按压、气管插管、简易呼吸器辅助呼吸、电除颤……急救人员在救护车上争分夺秒，边抢救边将李老师转送医院。在转运途中，患者就恢复了心跳，“黄金施救”取得了初步效果。

到达医院以后，患者被及时送

入EICU，进行高级生命维持。“等患者生命体征相对稳定后，我们抓紧给患者做了冠状动脉造影术，造影结果显示是一个三支病变，前降支、回旋支是闭塞的，右冠状动脉是重度狭窄。”孙志宝说，这时候可以考虑行搭桥手术，所以请来心脏外科团队进行会诊。

**集思广益，多学科密切配合助患者脱险**

“患者意识不清、带呼吸机，且造影显示冠心病较重，因此建议患者不适用导管开通，应首先考虑如何先让其稳定下来，后续再进行搭桥治疗。”市人民医院心脏外科主任、副主任医师封赞祥说。随后，患者被转至心脏外科进行监护。

监护过程中，就呼吸机的使用，封赞祥带领心脏外科团队反复研判。“患者用了大量镇静药，若长期带呼吸机，容易造成呼吸机并发症，所以我们就考虑如何给他脱掉呼吸机，然后观察意识情况。”封赞祥说，停镇静药后患者的意识开始有恢复迹象，但是恢复中他非常烦躁。但是，在烦躁状态下，如果给患者拔掉呼吸机，可能会诱发其冠心病的二次发作，或者是出现致命的风险。

于是，封赞祥及团队商议后决定用辅助方法进行治理，先保障患者的生命安全。“当时，我们提出的球囊反搏是最佳的选择。经与患者家属充分沟通后，及时为患者应用了这一辅助循环措施。应用后，患者的生命体征逐渐稳定。”封赞祥说。

两天后，患者李老师的意识逐渐恢复，并顺利拔掉呼吸机。此时检查发现，患者有脑损伤后的精神

症状。于是，市人民医院心外科、精神科、神经内科的专家们又进行了会诊，对患者治疗进行药物调整。第三日，李老师就完全清醒。

**抽丝剥茧，搭桥手术拆除“致命炸弹”**

暂时的脱离危险并没有让医务人员放松，因为他们知道，只有解决根本问题才能真正救治患者的生命。“经过抢救和后续的多学科配合治疗，病人的治疗已从危重的搭桥手术降级到常规搭桥手术。”封赞祥说。

经过充分准备，在患者入院第8天，冠状动脉搭桥手术顺利进行。“术中，不需要过多设备，过多抢救措施去干预，心脏在跳动过程中，我们就把5根大血管一根一根搭上桥。血管通开后，这个‘致命炸弹’就彻底拆除了。”封赞祥说，前期的工作就像抽丝，一步一步抽得非常惊险，但每一步都是严格按照规范进行，给病人提供了最佳的治疗方案，也取得了最佳的效果。

术后7天，患者李老师已经可以以下床活动。

5月17日，记者在市人民医院心外科普通病房见到了李老师，此时的他状态非常好，已经完全看不出经历过一场生死考验。“我现在的检查指标与常人无异，心脏功能恢复得相当好。”李老师竖起大拇指，为市人民医院医护人员的工作点赞，“抢救及时、判断精准、配合高效，医疗技术很到位！”

“患者能够被成功救回，离不开第一目击者的及时施救，离不开院前急救人员的专业抢救，也离不开院前院内的无缝衔接。”对这一病例，封赞祥总结道。

## 滨州沪滨爱尔眼科医院：包揽多项国际学术论坛大奖

滨州日报/滨州网滨州讯(通讯员 李梁 赵海英 报道)近日，2024第四届屈光手术国际论坛在湖南长沙举行，来自中、美、俄、法等9个国家的近400名眼科行业专家、学者齐聚，共促屈光手术学科、临床、技术高质量发展。在本次论坛系列活动中，滨州沪滨爱尔眼科医院捷报频传，一举囊括诸多奖项。

其中，在论坛屈光电影节单元，由滨州沪滨爱尔眼科医院报送的讲述该院帮助山东省最美青年、滨州市励志典范成功摘掉眼镜、勇敢面对生活主题影片《折翼英雄的筑梦人生》，从30余部参展影片中脱颖而出，赢得电影节“最具感染力奖”；滨州沪滨爱尔眼科医院屈光科荣获“EVO ICL手术医生杰出团队奖”，屈光科韩云飞博士荣获“微创全飞秒杰出青年贡献奖”和微创全飞秒“社教科普贡献奖”。另外，医院还获得学术辩论赛“最佳辩手奖”“优秀团队奖”、论坛“杰出贡献奖”等奖项。

据了解，滨州沪滨爱尔眼科医院屈光科副主任韩云飞博士是河南大学硕士生导师、爱尔眼科屈光手术学组青年委员组组长、爱尔眼科山东省屈光手术学组秘书、山东省医学会激光医

学会第六届委员会眼科科学组委员，曾在三甲医院眼科工作数年，具有丰富的临床经验，是德国全飞秒近视手术认证专家、瑞士STAAR全球手术医生认证专家、精雕近视手术认证专家。

滨州沪滨爱尔眼科医院屈光手术专科成立于2005年，年手术量3000余例，韩云飞博士、李晓静副主任组成的硕博团队日常坐诊、手术。2012年，医院引进全飞秒激光屈光手术治疗技术，开创了滨州及周边地区近视手术无瓣、微创的“全飞秒时代”。同年，医院开始开展ICL晶体植入术，进一步扩大了屈光不正的矫治范围。2014年，激光屈光手术升级为飞秒激光准分子激光治疗技术，近视手术进入智能化、个性化新时代。2022年，激光屈光手术治疗技术再次升级为AI精雕微飞秒技术，近视手术与人工智能技术完美结合。

多年来，滨州沪滨爱尔眼科医院一直在屈光手术领域砥砺前行——从在滨州地区率先开展激光近视手术，到推出“睛新”老花矫正手术；从引进全飞秒技术，到飞秒技术至与人工智能相结合，医院正在引领鲁北地区及黄河三角洲屈光手术行业迈向“高清视觉 全程定制”的个性化手术时代。

疾病预防早知道

健康生活我帮您

## 不想血脂升高，少吃这3种食物

人体的正常运转少不了胆固醇，但如果胆固醇水平过高，将会在血管内发生沉积，导致血管堵塞，给人体带来一系列疾病隐患。

《成人高脂血症营养指南(2023年版)》指出，高脂血症人群胆固醇每

日摄入量应少于300毫克。而高胆固醇血症的人(血清总胆固醇≥5.2mmol/L)，每日胆固醇摄入量应进一步限制到少于200毫克。

要想避免胆固醇水平过高，相关的饮食禁忌需要了解。

### 少吃3种食物

动物脑，敬而远之。猪脑、牛脑、羊脑等动物脑类食物，可以说是名副其实的“胆固醇之王”。猪脑中胆固醇含量堪称食品界冠军，其胆固醇含量约为2571毫克/100克，牛脑为2447毫克/100克，羊脑为2004毫克/100克。

蛋类，因人而异。蛋黄中除了胆固醇，还含有丰富的卵磷脂，卵磷脂能使血液中的胆固醇和脂肪颗粒变小，并阻止胆固醇和脂肪在血管壁上的沉积。因此，健康人群建议每天吃1个鸡

蛋，患高胆固醇血症、冠心病、脑血管疾病及高风险疾病的朋友，需注意每周吃鸡蛋最多控制在3—4个。

动物肝脏，偶尔食用。动物内脏在生活中被很多人喜爱，是餐桌上非常常见的美食。但是动物内脏(如：猪腰、猪肝、猪肺、猪大肠以及牛羊鸡内脏)中的胆固醇含量较高。因此，建议尽量少吃动物内脏，有高脂血症、冠心病、脑卒中病史和高风险疾病的人群最好不吃动物内脏。

### 常吃4种食物

绿豆芽。绿豆芽含有的维生素C和膳食纤维，可以促进胆固醇排泄，能帮助清除体内垃圾，还可以与食物中的胆固醇相结合，并将其转化为胆酸排出体外。

苹果。苹果是人们容易忽视的“降脂果”。苹果富含的大量果胶，可吸收多余的胆固醇和甘油三酯，能与其他降胆固醇的物质，如维生素C、果糖等结合增强降血脂功效。此外，苹果分解的乙酸也有利于胆固醇和甘油三酯的分解代谢。

三文鱼。三文鱼中含有丰富的不饱和脂肪酸，能降低血液中

的甘油三酯水平，并能升高高密度脂蛋白胆固醇，增强血管弹性。在淡水鱼中，鲤鱼也是非常值得推荐的降脂食物。鲤鱼虽然脂肪含量较高，但大部分是不饱和脂肪酸，能帮助排除血管“垃圾”，降低胆固醇。

去皮鸡肉。相比猪、牛、羊等红肉，含较多不饱和脂肪酸的禽肉(白肉)更适合血脂异常的人群。不过吃禽肉时一定要记得去皮，去皮可去掉绝大部分的脂肪，其中鸡肉是蛋白质的最佳来源，是禽肉中的首选。(稿件来源：健康滨州)

滨州 滨州市中心医院

## 市中心医院“牵手”省级康复医学院

山东中医药大学康复医学院  
滨州市中心医院  
实习教学合作签约仪式  
2024年5月17日



5月17日上午，滨州市中心医院负责人带队到山东中医药大学交流学习。其间，院校双方共同签署协议，滨州市中心医院正式成为山东中医药大学康复医学院实习教学合作医院。

(滨州日报/滨州网通讯员 李聪聪 王丙强 摄影)

## 采血“飞针队”让采血痛感“不翼而飞”

邹平市人民医院护理部创新实施“飞针”采血模式，提升护理品质与内涵

滨州日报/滨州网(记者 李淑霞 通讯员 冯春霜 张银环 王钰琪 报道)“以前听说过有采血‘飞针’，今天亲试后确实感觉不到疼痛，这对生病需要采血的孩子来说真是太好了。”“我这一愣神的工夫，嗖一下子针就扎进去了，真是太神奇了。”……近日，在邹平市人民医院，一场别开生面的“飞针”采血技能展示让前来体验的患者频频点赞。

不同于打针、输液、吸氧、心肺复苏等常规医学技能，“飞针”是一种利用拇指与食指将针头弹射入血

管，以达到快速、无痛进针的方法。“飞针”确实能减轻疼痛吗？答案是肯定的。在当日的展示活动中，闻讯而来的医护人员以及不同年龄段的患者和家属在体验后，纷纷竖起大拇指说明了一切。

记者了解到，鉴于“打针就会疼”的普遍感受，以及因此令许多患者尤其是儿童闻“采血”而色变的情况，邹平市人民医院护理部将“如何让采血更无痛”作为今年提升护理品质与内涵的一个突破点，加以研究和探索。

通过查阅大量文献，并结合邹平市人民医院原检验科检验师孙金辉“飞针”采血的客观实践，护理部从全院临床科室选拔出20名护理骨干成立“飞针队”，并邀请孙金辉来院指导训练技巧与“无痛”原理。自2023年年底至今年4月初，经过4个月有计划、有步骤、道具与真人结合的“魔鬼式”训练和临床大量患者的实践验证，20名队员全部通过考核。

“采血‘飞针’作为一项提质增效又创新实用的技能，有助于精进优质护理，提升患者就医体验。”邹

平市人民医院党委委员、副院长、护理部主任宋翠华介绍，下一步，医院将采取首批“飞针”队员“师傅带徒弟”的带动推广模式，让所有住院患者都享受到“无痛采血”，并逐步实现“无痛静脉穿刺(输液)”的精进与提升，持续擦亮“飞针团队”护理名片。

作为邹平市第一批“飞针”队员，骨二科副护士长吕晶表示，4个月来，他们“以身试痛”，体验患者感受，自我加压，精练技能，“现在每次采完血，看到患者竖起大拇指说没感到疼，就觉得特别有成就感”。

## 专家支招高考考生科学饮食

新华社长沙5月23日电(记者 帅才 阮周周)高考临近，高考考生如何科学饮食成了很多家长关心的问题。专家提醒，考生在备考期间切忌盲目进补和过量饮用提神饮料，应保证睡眠、注意营养、适度运动。

“越是临近高考，越是要给孩子改变平常的饮食习惯。”湖南省第二人民医院消化内科副主任医师孙养雅介绍，一些家长认为进补可以提高记忆力，购买保健品给考生服用，这是不可取的。一些保健品会提高考生的代谢水平，增加肝肾负担，反而不利于考生身体健康。还有家长给考生摄入过多的大鱼大肉、山珍海味，这些食物可能增加学生肾脏和肝脏的负担，导致腹泻、消化不良等问题，反而影响考生的学习状态。

全养雅建议，考生的饮食应讲究清淡、营养、有规律的原则，家长应合理安排孩子的饮食，早餐最好包括谷薯类、肉蛋类、奶豆类、蔬果类，可以安排杂粮粥、麦片、面条等主食，搭配鸡蛋、牛奶

和一些蔬果；午餐要吃饱，注意荤素搭配、粗细粮结合，保证摄入充足的蛋白质，比如鱼肉、瘦肉、鸡蛋、牛奶、豆制品等；晚餐不要吃得过饱，可以选择一些清淡的食物，如小米粥、百合粥等，既不增加胃肠负担，还有助于改善睡眠。

中南大学湘雅医院口腔颌面外科主任医师郭峰提醒，夏季天气炎热，湿度大，考生要注意口腔卫生，避免在考前进食过烫食物，进补可以提高记忆力，购买保健品给考生服用，这是不可取的。一些保健品会提高考生的代谢水平，增加肝肾负担，反而不利于考生身体健康。还有家长给考生摄入过多的大鱼大肉、山珍海味，这些食物可能增加学生肾脏和肝脏的负担，导致腹泻、消化不良等问题，反而影响考生的学习状态。

全养雅建议，考生的饮食应讲究清淡、营养、有规律的原则，家长应合理安排孩子的饮食，早餐最好包括谷薯类、肉蛋类、奶豆类、蔬果类，可以安排杂粮粥、麦片、面条等主食，搭配鸡蛋、牛奶