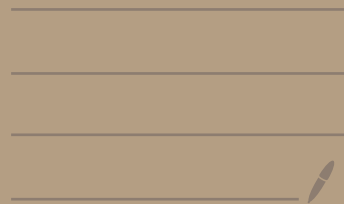


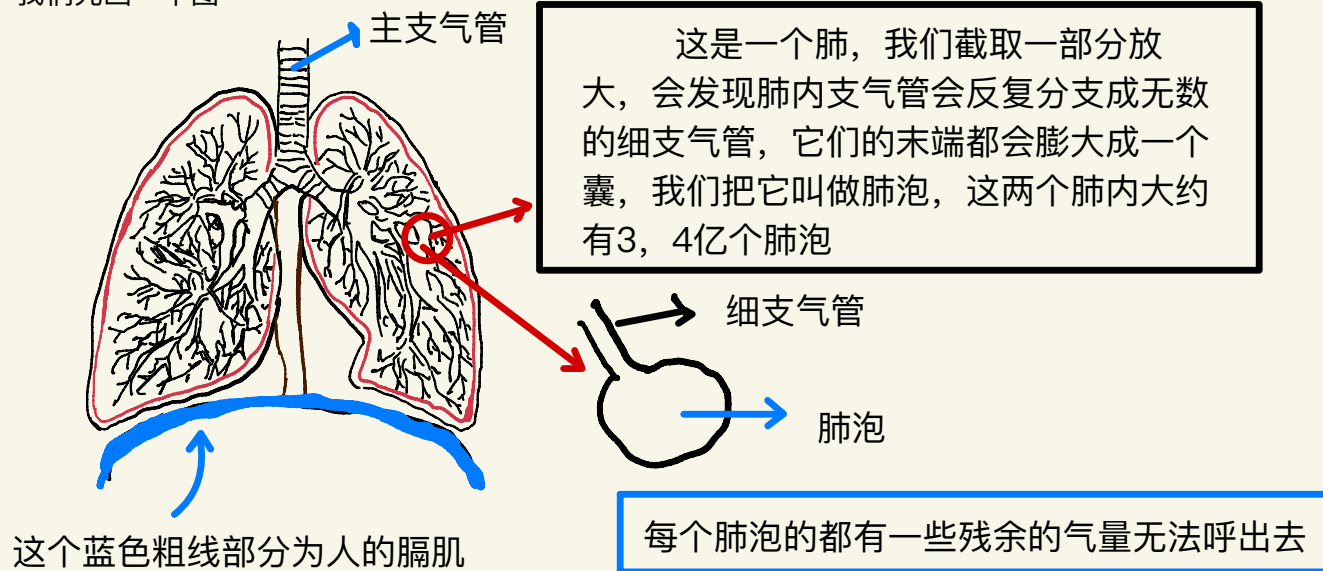
手绘画图解海姆立克急救法

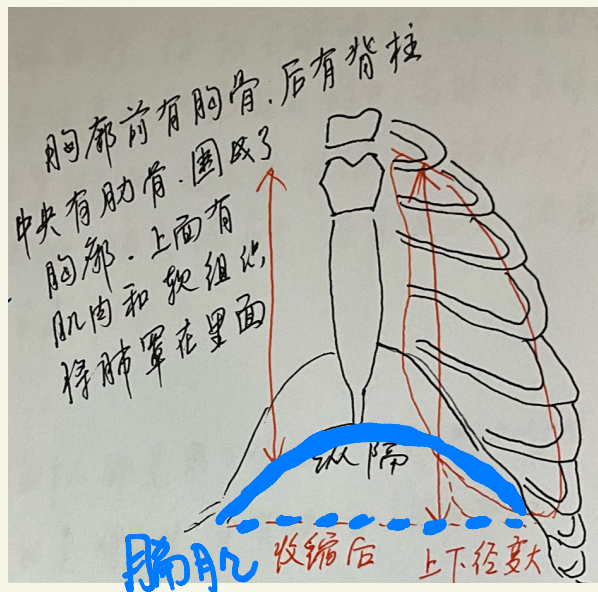
大集街道卫生院 侯勇



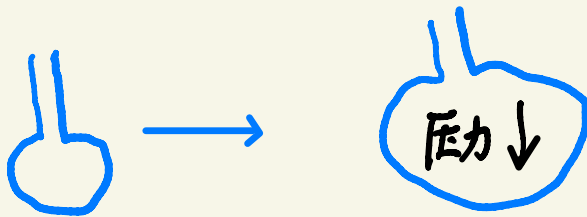
急性呼吸道异物堵塞在生活中并不少见，由于气道堵塞后患者无法进行呼吸，故可能致人因缺氧而意外死亡。海姆里克急救法是美国医生海姆里克先生发明的并以他的名字命名的急救法，在全世界被广泛应用，拯救了无数患者，因此该法被人们称为“生命的拥抱”。

想要理解海姆立克急救法的原理，首先得搞明白人是怎么呼吸的，这一呼一吸是如何进行的：我们先画一个图：

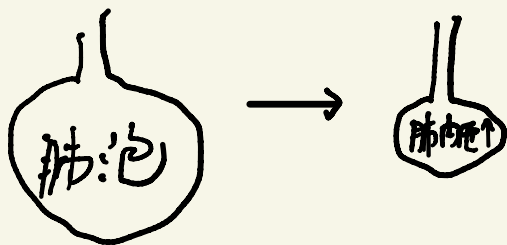




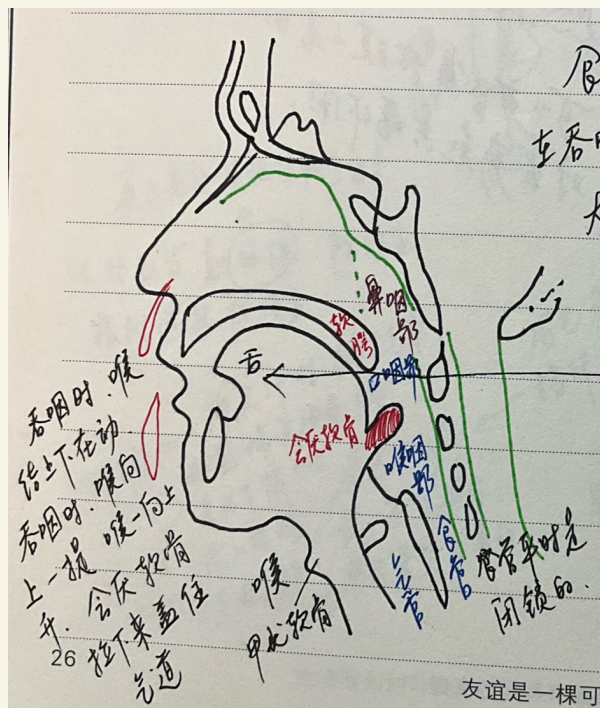
当我们吸气时会发现人的胸廓会同时伴随着胸廓的抬起, 或者腹部隆起, 这是因为我们胸廓抬起时肺会被胸廓前后径拉大, 而腹部隆起, 人的膈肌会收缩, 肺会上下径的拉大, 肺被拉大了, 那么肺里面的几亿的肺泡都会被拉大, 既然肺泡被拉大了, 那肺泡里的压力也肯定变小了。



当肺泡内的压力小于人体外界的大气压时, 那么空气的流动就开始了, 因为空气会有气压高的地方向气压低的地方流动。这时就是我们呼吸中的吸气。



当我们抬起的胸廓落下去，膈肌舒张腹部回缩，则会把肺压小，再加上肺泡有弹性回缩力及肺泡的表面张力等等原因，都会使肺泡变小，那么肺泡内的压力又会变大，当大于大气压时，肺泡内的空气又会气管向体外流动。这就是我们呼吸中的呼气。



我们吞咽食物时，会厌软骨会被拉下来盖住气道，食物会经食管进入胃肠道来消化吸收，但是我们进食时如果突然大笑或说话，一定会通气，会厌软骨会被打开，这时食物就容易进入气管卡住，而危及生命。



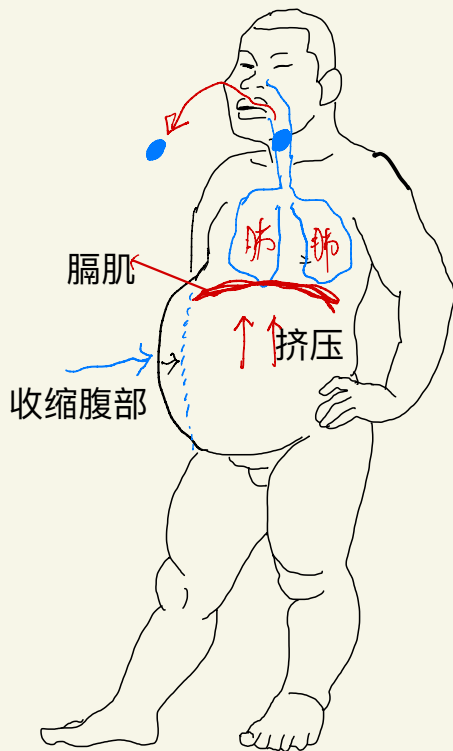
如果这个人神志清楚，他会感到极度痛苦，常常不由自主地将手呈现“V”字形紧紧抓住自己的喉咙，这个姿势在急诊医学领域中非常著名，称为“海姆立克征象”。

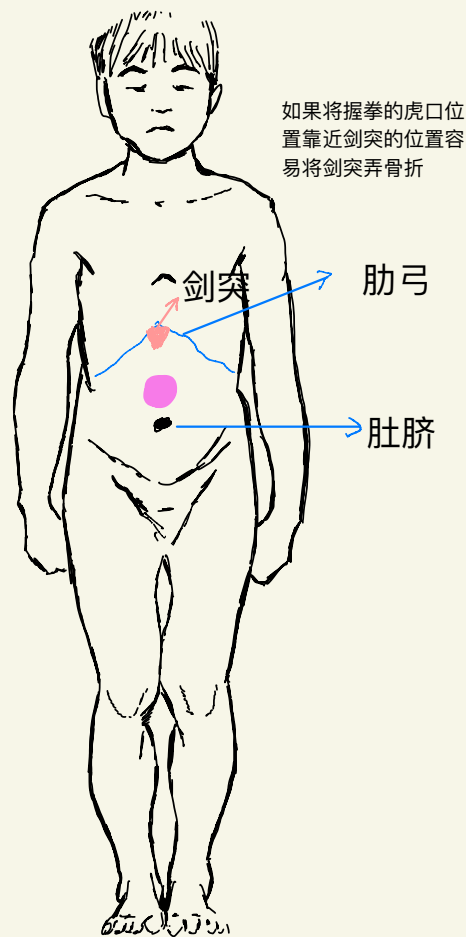
简言之，海姆立克征象的 **快速简易识别** 三不能+V型手。

三不能是：异物阻塞气管后，患者 **不能说话**、**不能呼吸**、**不能咳嗽**。

V型手就是当患者出现“三不能”时。双手不由自主呈现V型紧紧抓住自己的喉咙。识别出海姆立克征象，请立即使用“海姆力克”手法进行急救。

如果患者异物卡住气道，这时还能说话和呼吸，这时最好的办法是咳嗽，可以把异物咳出来。比较有效的办法是，深吸一口气，把肚子鼓起来，猛的咳嗽的同时肚子要快速缩回去，这样快速回缩会快速挤压肺让肺快速缩小，那么肺泡也会快速缩小，肺泡内有残余气量，快速缩小的肺泡内的压力会急剧提高，远高于大气压，会形成比较猛烈的气流，从而将气道内的异物利用这个气流冲出。这叫有效咳嗽。







当患者周围无人时，患者可采取利用椅背，用自身的体重，挤压肚脐上方两横指的部位，快速冲击压迫患者的腹部，这同样是挤压肺部，使肺泡内压增加，产生强气流原理冲出异物。