

健康

周刊



情绪过于激动 小心出现高通气综合征

12月4日 星期六 乐山市人民医院

“医生！我孩子现在手脚麻木，站也站不稳，麻烦帮他看看！”12月4日晚，乐山市人民医院急诊科内，家属一边背着患者，一边求助医生。医生赶来询问一番后了解到，患者是一名男孩，他在家与家人大吵了一架，由于情绪过于激动，再加上大哭，以致过度换气出现了过度通气综合征（即“高通气综合征”）。

什么是高通气综合征呢？急诊科医生周静告诉记者，高通气综合征是一种由焦虑或应激反应等因素诱发的，以呼吸急促、呼吸困难为主要表现的综合征。患病率占门诊患者的20%，20-40岁是本病的高发年龄段，女性多于男性。

高通气综合征有哪些症状？

据介绍，高通气综合征的症状可累及多个系统，如呼吸系统的症状为呼吸急促、憋气，神经系统的症状为手脚麻木、肢体僵直，心血管系统的症状为心跳频率加快、心脏搏动增强等。

导致高通气综合征的诱因是什么？

据悉，任何可以导致焦虑的因



情绪过于激动，容易诱发高通气综合征 资料图片
请作者与本报联系，以奉薄酬

素，都可能成为高通气综合征的诱因。主要还是由精神心理的不利因素引起的，如精神创伤、精神紧张、恐惧、过度疲劳、应激反应等均可诱发疾病。

面对高通气综合征患者，周静建议：患者在发病时，首先身边的

人应采取任何方法让患者安静，主动减慢呼吸频率，进行呼吸模式训练，并配合采用可重复吸入呼出气的面罩进行呼吸，增加吸入气体的CO₂浓度，以促进动脉血二氧化碳分压增加，缓解呼吸困难和过度通气的症状。 记者 曾梦园

05

中医康养
大雪之后
中医教你如何养生

06

健康聚焦
市人民医院冠心病冠脉搭桥门诊
12月14日开诊

07

健康教育
行程卡带“星号”
是什么情况？

推进慢病综合防控工作 优化提高慢病监测质量 市疾控中心召开慢病综合防控能力提升培训会

本报讯(记者 戴余乐 摄影报道)为推进全市慢病综合防控工作,优化提高慢病监测质量,分享各县(市、区)工作经验,12月6日,乐山市疾控中心召开了2021年乐山市慢病综合防控能力提升培训会议。

会议总结了全市2021年慢病工作成效,分析了存在的问题和差距。要求深入开展宣传引导,积极开展健康生活方式行动和慢病综合防治示范区建设;要加大开展慢病项目的力度,通过扩大项目种类和数量,引导健康行为,对慢性病早发现早干预;要提高工作质量,进一步完善监测工作的报告流程与制度,确保信息准确真实。

省疾控中心慢病防治所专家分别以慢病示范区建设和肿瘤监测等为重点,与大家共同探讨了关于慢病工作的技术规范与施行原则。市疾控中心与各市区县代表就2021年的考核情况进行了交流总结与经验分享。

此次培训会的召开,让乐山各级疾控机构及相关部门进一步认识到了慢病工作的重要性和紧迫性,明确了加强慢病监测与干预工作、推进慢病示范区的建立依旧是未来工作的重点方向。



培训会现场