

# 中暑急救

中暑是指在高温和热辐射的长时间作用下，机体体温调节障碍，水、电解质代谢紊乱及神经系统功能损害症状的总称。夏季是中暑的高发期，中暑后若不及时处理会引起不可预知的后果，必须及时治疗。

## 1.中暑表现

一般中暑表现的症状有：头痛、头晕、口渴、多汗、四肢无力、注意力不集中、动作不协调等，伴或不伴体温升高；症状加重体温超过38℃以上时还会伴有面色潮红、皮肤灼热或脱水（如脉搏增快、面色苍白、四肢湿冷等）。

严重中暑也称热衰竭，症状表现为：皮肤凉；过度出汗；恶心、呕吐；瞳孔放大；肢体痉挛；脉搏快；眩晕；头痛；意识丧失。

## 2.一般中暑的处理方法

处理一般中暑的措施：给患者降温。应尽快将患者移至清凉的地方。用凉的湿毛巾敷前额和躯干，或用湿的大毛巾床单等将患者包起来。用电风扇，有凉风的电吹风或扇子为其降温。注意：不要用酒精擦拭其身体，不要让其进食或喝水。

## 3.处理严重中暑的急救措施

- ①将患者移至清凉处。
- ②让患者躺下或坐下，并抬高下肢。
- ③降温。用凉的湿毛巾敷患者前额和躯干，或用大的湿毛巾、湿的床单等把患者包起来。用电风扇、有凉风的电吹风等促其降温。注意不要用酒精擦拭患者的身体。
- ④让神志清楚的患者喝清凉的饮料，如果患者神志、呼吸及吞咽均无困难，可以让他喝盐水（每100毫升加盐0.9克），注意：不要喝酒或咖啡。
- ⑤如果患者病情无好转，应送医院急救。

