

识别脑梗死，家庭急救不慌张

文 / 西安医学院第二附属医院 赵小妮

关键词：脑梗死；早期识别；家庭急救

脑梗死是常见的急性脑血管疾病，指脑部血管受阻后，脑组织因缺血、缺氧而发生坏死。该病起病突然、进展迅速，对于发生脑梗死的患者，若错过最佳救治时机，不仅可能导致肢体偏瘫、语言障碍等严重后遗症，更可能直接危及生命。因此，早期识别与及时救治对改善预后至关重要。

本文系统梳理了脑梗死的典型早期预警信号，并提供了一套清晰的家庭急救流程，旨在提升公众对脑梗死预警症状的识别能力及家庭应急处置水平，为患者争取宝贵的救治时间。

一、早期信号识别

1. 面部与眼部异常

面部和眼部异常是脑梗死最容易被察觉的早期信号，核心表现为单侧面部麻木。例如，患者可能突然感觉一侧脸颊发麻，触摸时触感迟钝，试图微笑时嘴角向对侧歪斜，鼓腮、吹口哨等动作无法顺利完成，进食或饮水时还会频繁漏饭、漏水。简而言之，若单侧面部动作受限、表情僵硬，则需高度警惕。

除面部表现外，眼部异常同样不容忽视。部分患者可突然出现单侧视力模糊、视物重影，甚至短暂失明，此类症状可能仅持续数分钟后自行缓解。但这绝

非“警报解除”，而是脑部血管供血不足的明确预警信号，一旦出现应立即就医。

2. 肢体异常

肢体异常是脑梗死的典型预警表现，且几乎均表现为单侧肢体的无力与麻木。例如，患者可突发单侧手臂抬举困难，握力明显减弱，手中的物品（如手机、碗筷）易滑落。再如，行走时单侧下肢发软、拖曳，迈步费力，甚至不自主向一侧倾倒。日常可采用简易自测法：双臂平举至胸前，保持约10秒，观察是否有单侧手臂不自觉下垂；双腿交替抬高，感受是否存在单侧发力困难。

需要特别强调的是，此类肢体不适多为持续性，与普通疲劳引起的酸痛有本质区别——休息后不仅无法缓解，反而可能逐渐加重。一旦出现上述表现，应立即停止活动，以防肢体无力导致跌倒等二次伤害。

3. 语言与意识障碍

当脑部血管阻塞累及语言中枢或意识中枢时，可出现明显的语言和意识障碍。患者可表现为言语含糊、吐字不清、表达困难或无法理解他人指令，部分患者还可出现思维混乱、记忆力急剧减退、短暂意识模糊、嗜睡等表现。

若身边人突然出现上述表现，应立即就医，这很可能是脑梗死的紧急预警信号，切不可拖延。

4.容易被忽视的伴随信号

除上述典型信号外,部分非特异性伴随症状也需要特别注意。患者可能突发剧烈头痛或头晕——头痛多为持续性胀痛或钝痛,程度较普通头痛严重,且休息后无法缓解;头晕则表现为旋转性眩晕,站立不稳,部分患者可伴恶心、呕吐。此外,吞咽困难、饮水呛咳、单侧听力下降、耳鸣等,也可能是脑梗死的早期信号。这类症状虽不典型,但若出现,应结合其他临床表现综合判断,不可忽视。

二、家庭急救流程

1.立即呼救,告知关键信息

发现异常后,家人应第一时间拨打120急救电话,切勿犹豫拖延。通话时,应清晰、准确地告知接线员以下关键信息:患者当前具体症状、发病时间、详细家庭地址,以及有无高血压、糖尿病、高脂血症等慢性疾病。这有助于急救人员提前备好相应的急救设备与药物。通话结束后,不要急于挂断,可听从接线员指导进行初步处置。此外,应在确保患者安全的前提下,迅速整理好患者的身份证、医保卡、既往病历资料及日常服用药物清单,以便后续就医时缩短准备时间,避免因手续不全而延误治疗。

2.调整体位,保持呼吸通畅

使患者平卧于平坦的地面或床面上,迅速解开衣领、腰带等束缚物,以保持呼吸道通畅。若患者出现呕吐,应立即将其头部偏向一侧,并用干净的纸巾或毛巾及时清理口腔内呕吐物,防止误吸导致窒息。这一操作在家庭急救中尤为关键,却最易被忽视。需要特别注意:不要随意移动患者的头部、颈部或肢体,尤其在怀疑合并颈椎损伤时,不当移动可能造成二次损伤。若患者意识清醒,可轻声安抚其情绪,引导其缓慢深呼吸,避免紧张、焦虑导致血压升高,从而加重病情。

3.密切观察,谨慎用药

在等待急救人员到达的过程中,家人应密切监测患者的意识状态、呼吸频率及脉搏等生命体征。若发现患者意识模糊、呼吸微弱,应立即做好心肺复苏准备。同时,可用血压计监测血压,但即使测得的血压明显偏高,亦不可自行给予降压药物——血压骤降可能进一步加重脑部供血不足,反而不利于病情。即使患者平日

规律服用降压药、降糖药,发病后也绝对不可擅自喂药、喂水,以免引发呛咳甚至窒息。是否用药及如何用药,均应由急救人员或接诊医生决定。

4.主动交接,全程陪护

急救人员到达现场后,家人应主动、详细地告知患者的发病时间、症状演变过程、已采取的家庭急救措施及既往病史,并积极配合急救人员进行相关检查与初步处置。在送医途中,应全程陪伴患者,尽量保持其体位稳定,避免车辆颠簸造成额外刺激,同时持续观察患者的意识与呼吸状态。抵达医院后,尽快协助办理就诊手续,并向接诊医生清晰地说明患者的情况,为医生快速诊断提供准确依据,最大限度缩短从入院到治疗的时间。

三、结语

脑梗死的救治,关键在于“早识别、早呼救、早救治”。从发现异常到拨打120,从保持安全体位到配合急救人员交接,每一个环节都可能直接影响患者的预后。家属若能掌握科学的早期信号识别方法与急救流程,便能在危急时刻为患者争取宝贵的救治时间。愿每一个人都能成为守护生命的第一道防线,用科学的知识为家人撑起生命的保护伞。

本文编辑:王佳昕

