

# 暈倒·中暑趕快急救

陳秀卿

某些人只要看到血或者情緒稍受打擊便會暈倒，有些人在疲勞、空氣流通不佳的情況也會暈倒，但有時暈倒是因穩藏的病因所致，因此若常有暈倒現象不可掉以輕心，必須作徹底的檢查，尋找病源。

## 暈倒的原因

暈倒又稱昏厥，原因很多，如頭部受毆擊，血塊壓迫腦部（如腦血管病變或頭部外傷等引起的腦出血），或腦部血液供應缺乏（如急性與慢性出血、紅血球破壞過多，造血物質缺乏或紅血球再生障礙等引起的貧血），藥物如鴉片、醚或酒精的作用，一氧化碳的中毒以及在溫度過高，過熱時中暑所發生的暈倒等均是。

醫師常常根據以下的臨床觀察現象，以協助尋找暈倒的原因：脈搏的次數與強度顯示血液循環是否受到影響，假如脈搏次數在正常範圍內且其搏動強有力，則暫時無呼吸衰竭現象。觀察臉色若顯得很蒼白、發青或發紫則表示血液循環發生障礙。注意兩眼的瞳孔，若其大小不一則可能有顱內出血的現象，此時必須檢視頭皮下頭蓋骨是否有壓碎傷或骨折。呼吸有味道可能是酸中毒或是飲下大量的酒精或醚所致。

若你有過暈倒的經驗，你可能仍然記得在暈倒的開始時，有眩暈或頭痛的現象。內耳的半規管是個平衡器，它使得人類感覺其在空間的正常位置，若半規管的平衡作用受到干擾會發生眩暈的現象，同樣地視覺上的協調有問題，也常會有眩暈現象。

## 暈倒該作些什麼？

假如眩暈是一過性的，且患者能注意平衡膳食、消化與吸收沒有問題、注意腎臟的功能，矯正視力上的問題，則可不必再憂慮。但是若眩暈經常發生，可能是腦部血液供應缺乏，或心臟功能不健全，或與內耳半規管相關聯的腫瘤，或是身體其他部位穩藏的病因所致。因此若眩暈與昏厥一再重複，則需要作詳細與徹底的檢查以尋找病因。有一些人很容易暈倒，如一看見血便暈過去或稍受情緒上的打擊便昏過去者。某些人在疲憊、虛弱或空氣不好時也會暈過去。

暈倒前一

剎那常會感覺異常虛弱，視力模糊，噁心以及循環的衰竭，因此臉色蒼白及出冷汗，若有上述現象發生應儘快躺下休息，保持安靜。萬一

昏厥發生，應儘快協助患者仰臥，若此時臉色蒼白，則頭部必須放得比軀幹低。若臉色潮紅或頭部有外傷則必須墊高頭部，使其高於軀幹。應將患者安置在空氣流通之處，用毛巾沾冷水（當作興奮劑）擦臉上部或胸部，使患者蘇醒，儘量使患者安靜休息，一直到完全恢復體力為止，若太早起來走動，可能會產生嚴重的後果。

## 中暑的處理預防

中暑是因體內的熱不能發散而起的，中暑不只是發生於熱帶或很熱的天氣，在任何時間，在工廠、機器房、洗衣房、廚房等很熱且潮濕處工作，若體內的熱不能發散便很容易發生中暑。

中暑偶爾突然發生，但大部份是慢慢而來的，中暑即將發生時患者感覺極端虛弱，疲憊，眩暈與頭暈，體溫上升（高熱），全身發燙與發紅，皮膚乾熱，脈搏增快，呼吸快且發出聲音，臉發紅，消化系



## 書法立軸

### 台北街頭

書法不是人人可以寫的好的，多數人是摹擬名家筆法練習，也有獨創一格自成一家的，其價值因人感受觀念而不同。

書法立軸常被用來送人，如遷居、祝壽、結婚……之類的場合，更能增加喜慶的氣氛。如今，有些人爲了生活而賣字畫，也有些字畫因子孫不重視而流落街頭的。一幅普通書法立軸可賣上六、七百元，少則五、六十元，其間相差甚多，則任由人們的眼光加以判定。（阿郎）

統也可能受干擾而肚子痛或痙攣，最後暈倒失去知覺，若未能及時急救則有生命的危險。

中暑的急救應儘快將患者搬運至涼爽與通風良好的地方，使患者仰臥鬆開衣服，頭可略微抬高或平臥，促其安靜休息，用冷水作全身擦浴使體溫下降，患者若呼吸停止則應施行人工呼吸。若患者清醒可給

熱茶以刺激循環。注意！患者必須休息至恢復後才能走動。

爲預防中暑，必須穿著薄、寬鬆以及透風的衣服，在熱天或高溫下活動最好能喝點塩水，每天攝取足夠的水份，經常作冷水浴，注意室內空氣的流通，每天攝取充足的營養及充分的睡眠。