

春暖花开，正是出游踏青的好时节。游程虽美好，但风险亦不可忽视，尤其是在不甚熟悉的外地。来自潍坊市急救中心的数据显示，凡黄金周或是春季等出行高峰期，旅游意外事故发生率是平时的2到3倍。那么，春季出游应注意哪些危险因素？遇到紧急情况又该如何处理？本报采访了潍坊急救专家，为您普及一些常用的急救知识，为您的出行添加一份保障。



春游防急症

本报记者 马媛媛

意外受伤 周末多一倍

记者从潍坊各大医院急诊科了解到，随着天气转暖，越来越多的市民选择在周末出游踏青，但随之而来的安全问题也逐渐凸显。据各医院急诊部统计，近半个月以来，每到周末，外伤患者增加一倍左右，其中很大一部分是由于周末出游造成的。

据潍坊市第二人民医院急诊科宋建华主任介绍，每年的3月至5月里人们的户外活动、冒险性活动增多，因此是外伤病人比较集中的时期。在最近接诊的病人中，以年轻人腿部的扭伤划伤、手的挫伤、身体暴露部位扎进异物等情

况居多。

宋建华主任特别提到，医院已经遇到了几例出游中因过于兴奋和劳累猝死的情况。一般是本人有心血管疾病的病史，在游玩时情绪兴奋，遇到突发情况后又受到比较强烈的刺激，最后死于心脏病。

宋主任建议春游注意以下几个方面：根据自己的体力、身体状况安排活动；做登山等剧烈活动前要进行热身；注意对游玩环境安全性的评估；最好团队行动，这样遇到意外时安全系数要大得多。

急救不当害处大

外出旅游，稍不小心，就易跌倒、摔伤，甚至骨折。那么，现场该如何急救、骨折后又该如何护理？

解放军第89医院急诊科专家介绍，有些人可能由于没有经验或一时救人心切，使用了一些错误的急救方法，比如：为减轻疼痛，习惯用手揉捏受伤部位，并按摩伤部等；或骨折后随意搬运、止血等不当处理，可能会造成严重后果。

专家表示，颈椎部位的骨折，不当急救操作可使颈部脊髓受损，发生高位

截瘫，严重时导致呼吸抑制危及生命；胸腰部脊柱骨折时，不恰当的搬运也可能损伤胸腰椎脊髓神经，发生下肢瘫痪。正确的方法应该是，如果怀疑有脊柱骨折，应就地取材固定伤处，合理搬运伤者。四肢骨折处出现局部迅速肿胀，提示可能是骨折断端刺破血管引起内出血，可临时找些木棒等固定骨折处并可对局部用毛巾等压迫止血；千万不要随意搬动伤肢以免造成骨折断端刺破局部血管导致出血。