

健康关注

# 遇到癫痫患者发病 我们应该如何应对

喻京英 孔令桂

近日，西安交大一附院医师李文涛在巴黎休假时，救治了一名倒在街头抽搐的老人。出于职业本能，他初步判断是癫痫发作。当时救护车还未抵达，病人情况紧急，鉴于施救条件有限，他首先让老人侧卧，避免呼吸道阻塞，同时按压人中并请路人帮忙按压虎口。几分钟后，老人意识逐渐恢复，后经过观察，心率呼吸也恢复正常。看到老人转危为安，李文涛才乘车离开。

癫痫被世界卫生组织列为神经系统5大难治性疾病之一。最新流行病学资料显示，全球约有5000万癫痫患者，我国约有1000万癫痫患者，其中至少有600万—800万为儿童患者，15岁以下儿童癫痫患者约占40%—50%。今年是第十三个国际癫痫关爱日，今年的主题是“癫痫与公共卫生”。当我们在路上突然遇到癫痫患者发病时，你是感到恐惧、害怕，避之唯恐不及，躲得远远的？还是伸出援助之手，上前施救？掐人中、掰嘴巴、强按身体……这些大众认知中的癫痫急救措施是正确的吗？遇到哪些情况需要紧急拨打120求助吗？首都医科大学三博脑科医院功能与癫痫中心副主任关宇光给我们做出了专业的解答。

## 癫痫患者发作没有规律性

癫痫民间俗称“羊角风”，发作时抽搐、口吐白沫等，情况十分危急。实际上癫痫是一种脑部疾病，是仅次于卒中（俗称“中风”）的常见慢性神经系统疾病，以脑神经元过度放电导致反复性、发作性和阵发性为特征的中枢神经系统功能失常，在任何年龄、地区和种族的人群中都有发病。癫痫发作症状表现不仅有民众普遍认知的突然晕倒、全身抽搐、口吐白沫，还有发作性失神、大喊大叫、幻听、幻嗅、上腹不适感、眩晕等，症状形形色色，变化多端。

由于癫痫是由多种病因引起的脑部神经元过度兴奋放电所致的突然、反复、短暂的部分或整个脑功能障碍，因此癫痫患者发作一般没有规律性，会在任何时间、任何地点发作。对于在公共场合突然发作的

癫痫患者，首先要做的是不要有任何的歧视与偏见。大多癫痫患者发作时意识不清醒，不能控制自身动作与行为。我们要做的是紧急上前施救，让患者远离危险状态，保护患者安全。

癫痫通过规范合理治疗，约70%的患者的病情是可控制的。但由于对癫痫缺乏正确的认识，大多数癫痫患者没有得到合理有效的治疗。

## 癫痫患者病发时如何应对

针对心脏急救的心肺复苏术是每个人通过训练都能掌握的，因为心脏病确实是一种常见病，且心脏骤停需要马上急救，否则将错过最佳抢救时间。而对于癫痫来说，大多数癫痫患者病发时，其呼吸、心跳等各方面生命指标是平稳的，所以不要想当然地乱操作，最好是让发作患者远离危险状态，保护患者安全。

在民众普遍认知中，掐人中、掰嘴巴、强按身体等癫痫急救措施都是错误的。用手指刺激人中和合谷等穴位反而容易掐伤皮肤，严重者可留下疤痕；强行向患者口中塞入毛巾等物品更是应禁止的错误做法，因为癫痫患者发作时牙关紧闭力量很大，强行硬掰病人的嘴并往里塞东西，可能导致下颌骨等骨折、关节脱臼，还很容易被误吸到气管里，有可能导致窒息；强行按住病人抽动的肢体，若按压力度控制不当，可能会造成患者软组织损伤、关节脱臼、骨折等二次损伤，如大腿股骨骨折等。

急救措施处理不当，不仅会伤及病人，更有可能伤及施救者。癫痫发作没有立即中止发作的办法，约90%的癫痫发作可以在3分钟之内自然缓解。因此，癫痫发作现场处置要遵守两大原则：一是确保气道开放和防止受伤。正确的做法是，将患者放置在安全的位置，离开公路、池塘等危险地方，让患者平卧，移开周围危险物品，松开衣领，头转向一侧（目的是让患者口中的分泌物流出），防止分泌物堵塞呼吸道，有条件的可以及时吸氧。二是患者结束发作苏醒后，不要喂食或吃药，此时病人需要的是休息。在下

列情况下，需要获得紧急帮助：发作时间超过3分钟；一天出现数次发作并且间隔时间很短；呼吸困难或有窒息风险；癫痫发作期间导致外伤；水中出现发作或孕期发作，此时就需要拨打120电话，及时送往医院急救。

## 儿童青少年是癫痫高发群体

癫痫在小儿时期常见，是大脑神经元突发性异常放电，导致短暂的大脑功能障碍的一种慢性疾病，脑电图可以捕捉到这种异常放电。

解放军总医院儿内行政副主任杨光说，对于癫痫的病因，人们最熟悉的是遗传因素，事实上，癫痫的病因十分复杂。发生癫痫是内在遗传因素和外界环境因素相互作用的结果，每个患儿所占这两个因素的比例不同。

国际抗癫痫联盟将癫痫分为6大类：遗传性、结构性、代谢性、免疫性、感染性及原因不明性。专家介绍，可以通过预防来减少癫痫的遗传率。首先，癫痫病人要避免与同样有癫痫病家族史的人结婚。其次，如果孩子患有癫痫，父母再要二胎，可以在孕早期进行产前诊断，及早发现患有遗传性癫痫的孩子，以选择终止妊娠。

并不是说得了癫痫必然会导致智力认知落后。大部分孩子在经过合理治疗后，只要控制住癫痫，智力发育正常，都可以正常上学，只有一小部分患儿会有一些智力认知的落后。对任何疾病来说，早发现、早治疗，对愈后都是有好处的，癫痫也一样，尽早发现、尽早干预，就能避免对大脑造成更多的损害。

总之，目前坚持长期、规范服用抗癫痫药仍然是治疗儿童癫痫的首选方法。通过规范治疗，大多数孩子能够恢复正常学习、生活，家长应该对此有足够的信心。但是，抗癫痫药确实存在出现副作用的风险，因此家长要在医生指导下合理用药、严密监测副作用，这样才能在保证抗癫痫药疗效的同时，最大程度保证患儿的安全。

医疗前沿

## 中国非接触睡眠监测技术走向世界

赵旭

国际权威睡眠学术会议——2019年第33届美国联合专业睡眠学会年会近日举行。兆观科技的兆观无线睡眠呼吸监护仪相关临床学术报告在大会上发表，为世界贡献了来自中国的无线非接触人体睡眠监测技术的最新成果。

北京大学人民医院呼吸与危重症医学科睡眠中心主任董霄松做了以《非接触睡眠监测仪器在中国成人阻塞性睡眠呼吸暂停诊断中的验证——关于兆观无线睡眠呼吸监护仪》为主题的相关研究报告。该报告针对2017年5月至2019年1月期间，就诊于北京大学人民医院睡眠中心的打鼾患者，总研究人数为359人，对兆观无线睡眠呼吸监护仪与传统的多导睡眠仪(PSG)的临床对比结果。

多导睡眠监测被誉为诊断睡眠障碍疾病的“金标准”，但监测必须在人体贴上多极导联，从而导致依从性差，不仅会影响到部分患者的睡眠，也给临床诊断等带来种种问题。兆观无线睡眠呼吸监护仪则完全不接触人体，无导联，无需贴电极片，受检者无感知。它通过超宽带生物雷达监测技术，对呼吸引起的胸部运动进行探测，在雷达回波中获得呼吸、全身运动等信息，从而实现睡眠呼吸障碍的无干扰式监测。再通过多种检测算法，分析出发生呼吸暂停和低通气的次数和睡眠时间以及输出睡眠呼吸暂停低通气指数。

研究表明：患者不管是在睡眠中心还是在家中监测，两组的数据一致性较好，平均差异为1.5事件/小时，检测灵敏度达95%。其研究得出结论，在控制睡眠环境的变化时，证实了兆观无线睡眠呼吸监护仪与多导睡眠仪(PSG)结果密切相关。如果临床诊断允许每小时睡眠内呼吸暂停加上低通气的次数(AHI)测量误差误差不小于1.5事件/小时，那么，兆观无线睡眠呼吸监护仪可作为在医院内外诊断成人阻塞性睡眠呼吸暂停的替代检测手段。

医说新语

## 无针注射胰岛素 控糖效果更优

思玮

“无针注射器注射胰岛素，能够给糖尿病患者带来更好的注射感受和治疗效果，并且患者没有出现胰岛素注射后皮下硬结、低血糖发生的风险也没有增加。”前不久，在美国旧金山举办的第79届美国糖尿病学会年会上，北京大学人民医院内分泌科主任纪立农教授与参会者分享了一项由他领衔的、被称为“FREE研究”的研究结论。

据介绍，该研究是一项前瞻性、多中心、随机、开放、平行分组，以有针胰岛素笔为对照，评价新型胰岛素无针注射器作为施药载体，用于控制2型糖尿病患者血糖的有效性及安全性的临床研究。FREE研究也是首个将评价血糖控制的指标糖化血红蛋白(HbA1c)作为主要疗效指标，探讨无针注射胰岛素的有效性及安全性的研究，全国共有10家三甲医院参与，入组患者为427例，跨度112天。

根据2017年国际联盟IDF数据统计，中国已成为糖尿病流行最为广泛的国家，成年糖尿病(20岁~79岁)患病人数达到1.14亿，预计到2025年全球糖尿病患者数量将至少达到3亿。

而在糖尿病的治疗中，胰岛素是控制血糖最有效的药物之一。2012年，我国批准了首个拥有自主知识产权的胰岛素无针注射器上市，经过多年的不断研发，北京快舒尔医疗技术有限公司又推出了一款重量不到百克、一次取药一次注射的一体化QS-P型无针注射器迅弥™。

研究结果显示：无针注射胰岛素患者疼痛感更低，注射部位不良反应如划伤、硬结发生率显著降低，且患者满意度更高，有助于提高患者治疗依从性。

纪立农表示，理论上讲，无针注射适用于所有可以接受有针注射的人群。可以说，目前无针注射技术已经趋于成熟，技术的安全性与实际效果也得到了临床的证实，临床广泛应用的前景十分可观。

健康资讯

## 学前儿童营养改善计划启动

本报电(秦学会)由中国儿童少年基金会和安利公益基金会共同发起的“为5加油——学前儿童营养改善计划”公益活动近日启动。该活动通过为贫困地区3-5岁儿童发放营养补充片、开展学前食育教育等方式，探索“健康扶贫”公益模式，截断贫困的代际传递。截止目前，该项活动已推广至全国11个省份，覆盖808所幼儿园。

## 联合国儿童基金会发起首个亲子月

本报电(闻珍)联合国儿童基金会近日在中国展开主题为“育儿无关完美”的公益宣传活动，旨在提高公众对儿童早期发展问题的关注，鼓励家长花更多时间陪伴孩子，更加重视孩子的早期发展。

联合国儿童基金会资料显示，儿童大脑发育在0-5岁期间十分迅速，每秒能建立超过100万个新的神经元连接，这一时期为儿童认知、情绪和社会适应能力的发展奠定了基础，从而影响他们今后学习和掌握知识、形成观点并作出决策的能力。相关人士表示，家长给予孩子的陪伴和为他们提供的营养、保护、关爱及早期启蒙，将有助于他们茁壮成长。



“育儿无关完美”活动图片。(由联合国儿童基金会提供)

链接



## 癫痫患儿在日常生活中的注意事项

首先，要避免能触发孩子癫痫发作的因素，包括情绪紧张、睡眠不足、过度劳累、感冒发烧等。第二，在饮食方面，主张均衡饮食，避免含有酒精、咖啡因等刺激性的食物，浓茶、咖啡、可乐和辛辣食物都要尽量避免。而所谓的“发物”如牛羊肉、海鲜等，都可以吃。第三，在日常活动上，如果患儿的癫痫发作还没有得到很好的控制，要加强监护，避免过度的体育活动；如果孩子病情已经稳定，就不要过度干预其运动，但是跳水、蹦极等极限运动仍不适合参与。第四，日常看电视没有禁忌，但是不主张看恐怖刺激的内容，避免长时间打电子游戏。

## 3—6个月不发作即可接种疫苗

免疫接种是预防儿童疾病的重要方式，但是很多疫苗说明书均提示“癫痫患儿禁忌”。根据《中国实用儿科杂志》2019年发布的《特殊健康状态儿童预防接种专家共识》，明确了癫痫患儿不论是否服用抗癫痫药，只要发作控制稳定，一般是3—6个月不发作，即可按计划接种疫苗。如果孩子6个月内无发作，需要暂缓疫苗接种。

专家建议，孩子在控制发作之后及时接种疫苗。即使接种后触发了发作，对孩子的总体预后也没有明显影响。需要注意的是，不要同时接种两种疫苗，注意观察孩子身体、精神状况，如果出现不适要暂缓接种。

## 杏林寻宝

——中华传统医药漫谈

中医讲究四季调养，从疾病的治疗来讲，每个季节的方法有所不同，根据春生、夏长、秋收、冬藏的理论，在夏天贴三伏贴，就是典型的根据节气治疗疾病的方法。三伏贴是古人根据《黄帝内经》中“春夏养阳”的原则，利用夏季气温高，机体阳气充沛，体表经络中气血旺盛的有利时机，利用穴位贴敷调整人体的阴阳平衡。三伏贴又称天灸疗法，是古代冷灸法的一种，属“穴位敷

## 慢性咳嗽和三伏贴

王红蕊

贴”，是把中药贴于穴位上达到灸治疗效果的一种将中医经络学、针灸学与中药外治相结合的一种疗法。最早见于南北朝宗懔所著的《荆楚岁时记》。

三伏贴的核心理论为冬病夏治，“冬病”泛指感受寒邪、易于冬季发病或加重的疾病，如慢性咳嗽、哮喘、小儿痉挛性支气管炎、慢性支气管炎、肺气肿、肺心病等肺部疾患，虚人感冒等由体虚、免疫功能低下而引起的咳嗽，一般寒冬季节发作较频繁，症状明显，迁延不愈。冬季，常以治标缓解症状为主，不便从本质进行治疗。“夏治”是指选择夏天炎热季节，采用适当药物对疾病进行治疗，三伏贴是典型的夏治。到了夏天，慢性咳嗽发作较少，或基本不发，正是根治的好时机。三伏贴以中药直接贴敷于穴位，经由中药对穴位产生微面积热刺激，达到治病、防病的效果。运用敷贴疗法刺激体表穴位，通过经络的传导和调整，可纠正脏腑阴阳的偏衰，改善经络气血的运行，对五脏六

腑的生理功能和病理状态产生良好的、温和的治疗和调整作用，从而达到以肤固表、以表托毒、以经通脏、以穴驱邪和扶正强身的目的。可以驱散内伏寒邪，使肺气升降恢复正常，并能补益人体元气，增强抗病能力，以预防冬季来临时旧病复发，或减轻其症状。这就是中医所说的“冬病夏治”。

为什么要选择三伏天进行穴位贴敷治疗呢？古代医家解释说，因为三伏天的初伏是夏至后的第三个庚日，中伏为第四个庚日，末伏为立秋后第一个庚日。庚日是指“天干地支纪日法”中带庚字头的那一天。“伏者，金气伏藏之日”，五行学说中庚属金，肺亦属金，故庚与肺相配。所以，三伏之日，肺气血通畅，药物易于深达肺腑，是治疗调整肺脏疾患的最好时机。此外，三伏天是一年中中最炎热、阳气最盛的日子，根据中医“春夏养阳”“天人相应”的观点，这段时间便成了人们补益阳气、驱散体内寒邪的最佳时期。加上辛温祛

寒、逐痰平喘的中药，配以特定经络穴位，使得三伏天穴位贴敷的疗效更好。

三伏贴的用药也很讲究。它是先将辛温的药材，如生姜、白芥子、麝香、细辛等中药打成粉，然后用姜汁调制而成。因为其中大部分药物都属温性，而姜为辛串之物，能帮助药物渗透皮肤。药性透过皮毛腠理由表入里，渗透皮下组织，一方面在局部产生药物浓度的相对优势，另一方面可通过经络的贯通运行，直达脏腑失调、经气失调的病所，发挥药物归经和功能，从而发挥最大的全身药理效应。

需要注意的是，三伏贴虽好，但也要在医生的指导下辨证用药。像热证、咳血、纯阴虚肺燥的病人不能贴敷。3岁以下的儿童和孕妇也不能贴敷，因为三伏贴是让身体的阳气鼓动起来，孕妇贴敷容易影响胎气，大小的孩子皮肤过于稚嫩，容易起泡感染。

(作者系北京市朝阳区中医医院副主任医师)

