

女子心跳骤停 美甲差点耽误救命

急诊医生称关键时刻,美甲会影响测血氧、干扰急救

近日,湖南一名28岁女子因突发暴发性心肌炎、心源性休克导致心跳骤停,送医抢救时却遭遇了阻碍,因为她十个手指都做了长款美甲,导致指脉氧仪始终无法探测到真实血氧数值。为此,医院紧急联系专业美甲师赶赴现场,争分夺秒完成卸甲。后经全力救治,女子最终脱离危险。

为什么美甲会影响血氧监测?东部战区空军医院急诊科副主任医师孙涛表示,指脉氧仪通过红光和红外光穿透手指血管,依据血液对两种光线的吸收差异来计算血氧饱和度。而长款美甲,特别是延长甲和甲油胶,会明显增加手指组织的厚度,阻碍光线穿透至血管。“有些女孩子喜欢涂深色甲油,这也会吸收大部分检测光线,导致仪器无法捕捉有

效信号,出现读数失真或无法探测的情况。”他补充道。

如果把长款美甲剪短,能恢复血氧监测吗?孙涛表示,通常不能。“这类美甲大多数是人工指甲片,如水晶甲、光疗甲,并不是天然指甲。直接剪短只能去除长度,无法消除指甲厚度和甲油胶遮光层,光线仍然难以穿透。”他还提到,强行剪拆还可能导致指甲碎裂划伤手指,增加感染风险,因此专业卸甲是更安全有效的选择。

不止血氧监测,美甲还可能干扰多项医疗操作。孙涛举例,一些年轻女孩喜欢戴金属装饰的美甲,在做心电图监测时,金属可能干扰电极片导电,导致心电图波形失真,部分含金属成分的美甲在做核磁共振(MRI)检查时

也可能产生伪影。此外,美甲还会影响脉搏传感器对血管搏动的识别,干扰血压、心率变异性等指标的监测,“监测数据失真可能导致医生误判病情、延误治疗。紧急情况下卸甲也耗费时间,可能错失最佳抢救时机。”另外,孙涛说长款美甲的缝隙还容易藏匿细菌,如果需要手术的话,无法彻底消毒,增加术后感染风险。

除了手指,还有其他部位可以测量血氧吗?孙涛介绍,临床上会采用脚趾监测或耳夹式血氧仪作为应急选择,但存在明显局限,“脚趾的血液循环通常比手指弱,读数灵敏度较低,如果患者有下肢水肿或冻伤,就无法使用。耳夹式血氧仪受环境温度和头部活动影响较大,而且便

携性不足,因此手指监测仍是临床首选。”他补充,临床上还可以使用动脉血气分析直接检测血氧分压,这是血氧监测的“金标准”,但属于有创检查,需要采集动脉血,且无法实现实时持续监测。

孙涛透露,其实类似情况在急诊并不少见。“之前也遇到过醉酒或药物中毒的年轻女孩,十个手指全是美甲,根本无法监测。我们只能临时选择耳夹式血氧仪贴在耳廓边缘应急。还有患者因为指甲过长而折断或外伤,给清创带来很大麻烦。”

因此,他提醒爱美人士要避免过度美甲,可选择短款或薄款美甲,尽量不做延长甲、硬度大的美甲,避免使用过厚或颜色过深的指甲油,如果近期有计划手



该女子的长款美甲

术或就医,应该提前1~2天卸除美甲。

扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟

明星亲测“生酮减肥”,结果脸垮体虚

专家:这是治疗级饮食,普通人别乱试

扬子晚报讯(记者 万惠娟)近日,演员伊能静在社交平台分享,自己曾坚持半年生酮饮食,瘦到86斤,引发不少关注。她说,那半年里完全戒掉碳水,每天起床喝油,有时三天只吃一点红薯。结果体重掉了,身体轻盈了,脸却垮了,身体也虚了。

近年来,生酮饮食备受追捧,不少人宣称它“不用运动、能吃肉、躺着就能瘦”,被称为“懒人减重法”,但也有不少女性反馈,生酮后出现脱发、月经紊乱等问题。

江苏省省级机关医院营养科主任蔡晓真在接受记者采访时表示,生酮饮食最初是用于治疗癫痫的,虽然部分医院也曾尝试用于减重,但临床应用并不广泛,而且存在明确的健康风险。所谓生酮饮食,是一

种极低碳水化合物、高脂肪、适量蛋白质的特殊饮食模式。其核心原理是通过严格限制碳水摄入(通常少于50克/天),迫使身体分解脂肪和蛋白质产生酮体。酮体本身具有抑制食欲的作用,加上高脂肪食物饱腹感强,进食量自然减少,从而达到减重目的。“但本质上还是要做到低热量摄入。”蔡晓真强调,如果生酮模式的同时总热量不降低,是无法减肥的。

尽管生酮饮食在医学上属于减重方法之一,但蔡晓真指出,它必须在专业医生或营养师指导下进行,绝不能盲目自行使用或长期坚持,建议严格生酮饮食最好控制在三个月以内。她特别提醒,生酮饮食期间一定要多喝水,防止酮体过高,每天最好能摄入3000毫升液体。同时要注意补充镁、

钾、钠等电解质,避免乏力、抽筋等问题。蛋白质摄入要保证优质蛋白的比例,70%以上为宜,不要只吃肥肉,要多摄入三文鱼、橄榄油等优质脂肪。

蔡晓真强调,如果碳水摄入过低,身体持续分解脂肪产生酮体,大量积聚可能导致酮症酸中毒,还可能出现月经紊乱、脱发、乏力、便秘、口臭、肾结石、血脂异常(尤其是低密度脂蛋白胆固醇升高)以及胆结石风险升高。

“很多女性尝试生酮后几个月不来月经,就是因为碳水摄入太少。”蔡晓真解释,当身体能量不足时,会优先保障生存功能,关闭非必需的生殖系统,同时由于营养不均衡,性激素的合成也会受到影响。

“生酮饮食是治疗级饮食,普通人盲目跟风硬扛,很容易



图源 来自伊能静微博

越吃越虚,科学的医学营养减重更靠谱。”蔡晓真表示,大家应该在体检后,由专业医生根据个人情况决定采用何种减肥方式。

34分钟生死时速 成功救治急性心梗患者

扬子晚报讯(通讯员 杨吉岭 记者 万凌云 姜天圣)丙午马年除夕,万家团圆之际,镇江市中西医结合医院急诊胸痛中心启动一例胸痛患者紧急救治流程。患者入院即确诊为急性心肌梗死,胸痛中心团队遵循D2W时间质控标准,全程绿色通道零等待,以34分钟完成从入导管室至血管开通的关键救治,成功挽救心肌、逆转危情。

患者急诊就诊后,心电图提示急性心肌梗死,胸痛中心团队立刻待命。心内科主任靳丽娟放弃家庭团聚,第一时间返岗指挥;陆伟华医生及医护支持团队同步到位,术前准备、术前评估、知情同意、转运衔接全部在途中并行完成。

介入导管室内,手术团队按标准流程快速实施冠脉介入治疗:穿刺、置管、造影、导丝通过、球囊扩张一气呵成。靳丽娟主任精准操作,全程紧盯影像,以最小创伤、最快速度开通闭塞血管。自患者进入导管室至靶血管血流恢复仅用时34分钟,达到区域领先水平。

血管开通瞬间,患者胸痛症状迅速缓解,生命体征逐步稳定。术后,团队继续严密监护,确保患者平稳转入重症监护病房。

此次除夕急诊抢救,是镇江市中西医结合医院胸痛中心常态化、标准化、流程化救治能力的真实体现。在节假日高峰、人员紧张的前提下,团队依然保持零延迟、零差错、高效率的应急响应,用专业技术与临床实力守住急性心梗患者的“黄金救治时间”。

施工通告

因S242省道与疏港南路搭接建设工程,2026年3月10日至2026年8月10日,S242省道与疏港南路搭接处(K90+365.5-K90+920)实行部分封闭施工。过境及大件运输车辆请提前从204国道、G15沈海高速、S16连宿高速等道路绕行,请过往车辆和行人遵照交通标志指示通行。特此通告。

连云港市公路事业发展中心
连云港市公安局交通管理局
2026年2月28日

打牌连坐7小时,48岁男子突发肺栓塞

48岁的张先生(化姓)是位资深牌友。从大年初二开始,他每天和牌友连坐七八个小时,除了吃饭,几乎不离桌。到了初五下午,他刚摸到一张好牌,突然胸口一阵闷痛,紧接着开始大口喘气,有种明显的窒息感,牌友赶紧把他送到南京市第二医院。

心胸外科刘宏主任医师接诊后,看到张先生呼吸急促、嘴唇微紫、心跳极快,且左小腿有些肿胀。“高度怀疑是肺动脉栓塞!”医院立即启动绿色通道,结果正如刘宏所料:双肺动脉多处栓塞。

肺动脉栓塞通俗点说,就是我们身体里某个地方,通常

是下肢深静脉形成的血栓脱落了。血栓脱落后顺着静脉血流回流至心脏后,又继续流到肺动脉,从而形成肺动脉栓塞,就是为什么腿上的病,却能瞬间要了肺的命。

明确诊断后,刘宏团队迅速为其进行抗凝、溶栓治疗,张先生的胸闷症状得到缓解。

刘宏强调,肺动脉栓塞的治疗常被称为“与时间的赛跑”。发病后2周内属于急性期,是治疗的最佳时机。如果是高危的大面积肺动脉栓塞,必须在发病后几小时内尽快开通血管,否则死亡率极高。

一旦出现以下症状,特别是近期有久坐经历,请立即拨

打120或前往医院:

- 1.突然喘不上气:这是最常见的症状,没干重活,甚至躺着就突然觉得气不够用,呼吸频率加快。
- 2.胸闷、胸痛:感觉胸口压着大石头,或者像针扎一样地刺痛,深呼吸或咳嗽时加重。
- 3.咳血:咳嗽时痰中带血。
- 4.心跳加速、头晕:感觉心慌,甚至眼前发黑、晕厥。
- 5.单侧腿肿、腿痛:通常是小腿比另一条腿粗,伴有酸胀、疼痛或按压痛。

专家表示,预防大于治疗。不想被“栓”住,记住这几个动作,简单有效:

- 1.拒绝“葛优瘫”,动起

来!无论是打牌、坐车还是办公,每隔1~2小时必须站起来活动一下。哪怕只是去倒杯水、上个厕所。

2.多喝水,少喝酒。酒精和高脂饮食会导致脱水或血液黏稠。多喝水可以稀释血液,降低血栓形成的风险。

3.穿宽松的衣物。尽量避免穿过紧的裤子或袜子,以免影响下肢血液循环。

4.多做踝泵运动。如果条件受限,确实不能走动,也可通过踝泵运动,实现原地放松。

通讯员 朱诺
扬子晚报紫牛新闻记者 吕彦霖