

专家称，吞饭、喝醋、咳出来……都非常危险 鱼刺卡喉，一招自救

今日女报/凤网记者 李诗韵 实习生 孙夕璐

“老人和孩子要多吃鱼！”我们总在生活中提醒着身边的亲人。吃鱼变聪明，是不少人选择进食鱼类的理由。然而，碰上鱼刺卡喉，该怎么办？

吞饭、喝醋、咳出来……这些“土办法”或许你都试过了，殊不知，越折腾，鱼刺反而越卡越深。近日，一篇名为《一次就医流水账》的文章在微信朋友圈里火热转载，患者用亲身经历写下被鱼刺卡喉后的急诊过程——为一根鱼刺，跑了四家医院、请了四科室专家、做了两次胃镜、住了三晚医院，医生甚至告诉他：“一根鱼刺卡喉，不及时拔除，5年内都可能致命……”



患者自述 |

鱼刺卡喉，“鬼门关”上拐一弯

精神好点了，就来跟大家说说我的遭遇。按照医生的说法，我是从鬼门关上拐个弯回来了——

前天晚饭前，我像往常一样帮孩子挑出鳊鱼中的刺。然而这一次有些大意，没发现一根鱼刺落在我自己的碗里，所以吃了第一口饭就被卡住了。小区外就是三级甲等的耳鼻喉医院，走过去发现关门了，辗转两家医院，都建议转院。这时候我已经觉得很难受，鱼刺似乎正在往深处钻，左胸都开始疼痛了。

之后，我打车到了杨思医院，直奔急诊室，没想到医生看了一眼，眉头紧锁，说：“赶紧去仁济医院吧，这种情况我

们处理不了，尽快！”我也顾不得多问了，拔腿就走。仁济医院的护士一听我描述，立即给了个号，说不用排队了直接看急诊医生。那医生也立即放下其他病人，让我也去做CT。

做完CT，医生大声呵斥：“你这种情况随时会没命的知不知道？”原来，那根鱼刺已经刺破食道，直抵大动脉了，而动脉一破，我就将和这个世界说“拜拜”了。随后，她当即通知了胸外科医生会诊，通知了消化科的医生从家里赶过来做手术……我也通知家属过来签字。

人生第一次做胃镜，医生很快就发现了那根鱼刺，然而她又停下来不做了，说拔出来可能会大出血。然后我看到

一大群医生被喊到了手术室会诊，其中有两个胸外科、两个消化科、一个急诊、还有两个专业做CT的专家。讨论后，一位胸外科的男医生非常有担当，反复看了CT后说：“大出血了我来负责，现在就去准备好抢救室，大不了开胸。”

然而，正准备手术时，医生却发现鱼刺不见了！无奈，我只好再做一次CT和胃镜，找鱼刺！最后，终于通过手术取出鱼刺，而我，因这根小小鱼刺，住了两晚医院，到现在还记得医生说的那句：“一根鱼刺卡喉，不及时拔除，5年内都可能致命……”

(摘自新浪微博网友@林沛满的博客)

医生支招 |

卡了鱼刺，怎么在家自救

“一边吃鱼肉一边聊天是最容易卡喉的，这时，我们就应该立即停止进食，减少吞咽动作。”文爱珍表示，如果被卡者是孩子，要安抚不让他哭闹，以免将鱼刺吸入喉腔。

发现鱼刺卡喉后，先用手电筒探查鱼刺所卡住的位置与其深浅。最好的自救办法就是低头弯腰做猛咳干咳动作，或用其他方式刺激咽后壁，诱发呕吐。如鱼刺刺入软组织不深，就可被挤压喷出；上述办法仍然无果后，说明鱼刺位置较深，应尽快到正规公立医院救治。一旦延误治疗，就会导

致喉咙发炎引发感染。

“发现鱼刺卡喉后，有人用塞馒头、大口吞饭或喝醋等土方法，这对细软的鱼刺可能会有一定的作用。”文爱珍说，大且坚硬的鱼刺，可能因为大口饭挤压而越陷越深，甚至刺破食管或大血管，这样就会带来生命危险。而醋呈酸性，虽可软化钙化，但需较长时间才能达到效果。有的醋浓度太大，还会烧伤口腔、咽喉和食道黏膜，导致食道狭窄粘连。很多人一喝醋就咽，与鱼刺接触时间短，达不到效果，但可以含在嘴里去医院就医。

记者调查 |

受访医院日均接到5例患者

“异物卡喉的急诊病人每天都有，被鱼刺卡喉的病人占大多数。”记者从长沙市第一医院急诊科了解到，今年以来，医院平均每月能接诊5例因鱼刺卡喉送急诊的病人，曾有一例病人因延误就诊时间而病危。

随后，记者在长沙市区内多家医院了解到，几乎每家医

院每个星期都接到鱼刺卡喉的病人，尤其是晚餐后的类似病人比较多。湖南省人民医院急诊科护士告诉记者，从门诊来看，日均接到3—5例鱼刺卡喉的病人很常见，春节期间最高时一个晚上接到10例类似的病人。

该院急诊科医生刘智玲

介绍，一般来说，卡住鱼刺的位置有三个：左右扁桃体处、喉咙梨状窝处和食道前两个部位。前面两个部位只需镊子即可取出，但如处理不当，鱼刺有可能“走”到深处，卡在食道里。食道两侧有血管，稍有不慎，就有可能刺破血管。

急救链接 |

国际红十字会统计，全球仅12%的人能采取急救，但仅5%有效——

错误自救反“要命”

现代生活纷繁复杂，我们面对的危机也越来越多。据粗略统计，我国平均每天约200人死于车祸，平均每天有150多个儿童死于意外伤害……自救已经刻不容缓。然而，据国际红十字会统计，全球只有12%的成年人能在突发事件中采取急救措施，其中仅有5%是有效的。无效，甚至错误的急救方法不仅不能救命，甚至可能“要命”。

自救1：烫伤涂牙膏。长沙市中心医院皮肤科主任医师田立红介绍，烫伤后涂抹牙膏不仅会造成感染，还可能阻碍医生对伤口的处置。

正确做法：皮肤表面烫伤，应该用流水冲洗伤口，直至疼痛感消失或减退，不可将冰块直接放在伤口上。不要急忙脱去被烫部位的鞋袜或衣服，应在充分湿润伤口后，小心除去异物，有水泡时注意不要弄破。

自救2：流鼻血时仰头。湖南省儿童医院耳鼻喉科主任陶礼华介绍，流鼻血

后仰头可能会让血液流进呼吸道，严重可引起窒息；如果血液流经食道、胃里，可能会引起腹痛、腹泻等，所以流鼻血时不能仰头止血。而流鼻血后再往鼻子里塞卫生纸，容易伤害鼻黏膜。

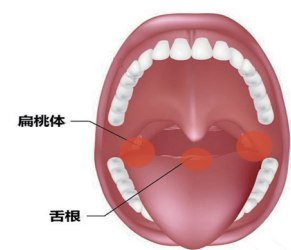
正确做法：流鼻血后应该用手指捏住两侧鼻翼，并往中间挤压，时间在10分钟左右；也可以用冷毛巾冷敷鼻子周围，使血管收缩来止血。

自救3：止血时用力捆扎。止血如果用绳子用力捆扎伤口，会阻碍血液循环，时间一长就会导致肢体肿胀、青紫，严重的还会造成肢体末端坏死。

正确做法：将受伤部位抬高并高于心脏，压迫伤口5~15分钟止血。四肢出血可以用手指用力压迫出血部位动脉的近心端，阻止血流。若血液浸湿纱布，最好也不要去掉，应往上再加敷料；止血后，用绷带、布条包扎伤口。

看图说话 |

鱼刺一般卡在哪里？

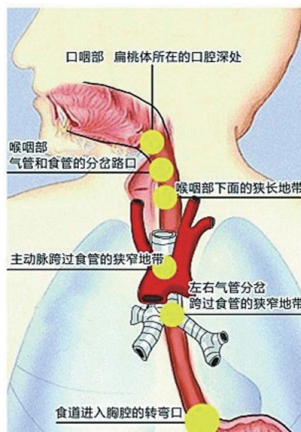


“卡鱼刺的部位，最常见的还是在口咽部。”湖南中医药大学第一附属医院急诊科主任文爱珍介绍，口咽部是最常见也比较浅显的卡鱼刺的部位，包括扁桃体、扁桃体周围和舌根浅部。一旦在这里(见上图)卡到鱼刺，患者可以尝试对着

镜子或者在亲友帮助下在这几个部位寻找鱼刺，如果仍然找不到，而刺痛又比较明显，建议到医院寻求医生的帮助。

然而，如果鱼刺已经到了食管(见右图)，我们则不能“硬来”——“硬咳、吞进去等办法都不能采用，因为很可能导致食管出血。”

“说鱼刺卡喉的致命潜伏期是5年有一定的道理。”文爱珍说，曾经确有病人因5年前的卡鱼刺经历，导致5年后突发疾病，吐血就医，“因为坚硬的鱼刺不会被身体消化，卡的



时间久了，食管中可能出现血栓。”