

韩国梨泰院踩踏事故受害人多因窒息遇难，女性遇难者约是男性两倍

# 遇到踩踏事故时，医生建议这样逃生



今日女报/凤网记者 罗雅洁 通讯员 梁辉

狭窄、倾斜的小巷中挤着数百人，人群一层压着一层……10月29日晚，发生在韩国首尔梨泰院的踩踏事故让很多人痛心。截至10月31日晚，踩踏事故共造成155人遇难，其中女性99人，另有130余人受伤。

哪些场所最容易发生踩踏事件？如果被困现场，哪些方法可以自救和施救？今日女报/凤网记者采访了省内急救医生给大家权威解答。

←韩国梨泰院在踩踏事故发生前人潮汹涌。

## A 保护好头部和胸部是关键

一场狂欢最终酿成了悲剧。现场视频显示，韩国此次踩踏事故发生于梨泰院汉密尔顿酒店旁一条狭窄的小巷内。小巷长约40米、宽约3米，不仅狭窄有坡度，地面还凹凸不平，容易绊倒行人。发生踩踏事故的部分是其中大约长5.7米的一段，当时这大约18平方米的空间里挤满了300多人，人群因站在斜坡上，如多米诺骨牌般倒下。

“人多、空间小、短时间内人员失序，这是踩踏事件发生的主要原因。”湖南省人民医院急救医学研究所所长陈芳告诉今日女报/凤网记者，在短时间里拥挤和失序到一定程度，人群相互交叠，就会发生踩踏事故。

为何踩踏事故会造成大范围的伤亡？陈芳解释，在踩踏事故当中，致死的原因主要是窒息。“人群过于拥挤，人没有办法去保护自己的气道、胸廓。如果被人压倒，一个超过50公斤重的普通成年人都可能发生肋骨骨折、脏器受损，从而导致窒息直至死亡。”据了解，韩国本次踩踏事故发生后，在医护人员到来时，很多人由于长时间窒息已经心脏骤停。

有报道指出，在韩国此次踩踏

事故里，遇难女性99人，女性死亡人数几乎是男性的两倍。陈芳表示，女性相较男性而言，个子往往矮一些，力量也不够大，在发生类似事故时，摔倒、被压在人群之下、挤在人群中心的几率会大一些，而且“个子矮的话，气道和胸廓也会更容易被压迫到，而身材高大的人则相反”。

陈芳表示，在发生踩踏事故时，保护自己的头部和胸部是关键。“随着人流方向走，不要蹲下，不要去捡东西，不要逆行，因为这样会增加被压在最下面的风险。如果倒地了，要抱头屈膝蜷缩，尽可能维持呼吸空间。”

她建议，个子比较矮小的人，遇到人潮时要踮起脚来看看周围的情况，避免盲目前行被挤来挤去而摔倒。“在人群中行走时尽量采取保护性姿势，一手握拳，另一个手握住握拳手腕，双肘撑开平放胸前，形成一定空间保证呼吸，这样可以避免挤压到胸部。还可以用手抱着头颈后部，手肘扣住太阳穴的位置，抱着自己的头走。”陈芳解释，如果双手一直垂直在身体两侧，在被挤压的时候，双手根本无法抬起来保护自己。



躲避时不要奔跑，以免摔倒。

在人群中行走时尽量采取保护性姿势，一手握拳，另一手握住握拳手腕，双肘撑开平放胸前，形成一定空间保证呼吸。



两手十指交叉相扣，护住后脑和颈部。



双膝尽量前屈护住胸腔和腹腔的重要脏器，侧躺在地；两肘向前，护住双侧太阳穴。

## B 应对踩踏事故还有这些方法

空间有限、人群又相对集中的场所，往往暗藏着踩踏风险。历史上的踩踏事件，多发生在商业区、景区、运动场所、夜总会、举办大型活动的学校等人群聚集的场所。

陈芳说：“身处这些环境时，提高安全防范意识、学会自我保护非常重要。”她建议，一方面是尽量不去人多的地方，这

是一个预防性措施；另一方面，在身处拥挤的地方时，也要时刻保持警惕。据了解，韩国本次踩踏事件发生在夜间，不少人喝了酒，加上街边震耳欲聋的音乐，让人无法及时察觉到周围情况的变化。“当发现人群开始骚动时，应该向人流少的地方疏散，可以往路边的商店躲避人群。”

### 在遭遇拥挤踩踏时还应注意以下几个方面：



- 1 不要推搡、奔跑，不要试图超过别人，和周围的人保持步调一致，尽量拉起绊倒的人。
- 2 尽量走到人群边缘，或者靠墙，避免自己被挤入人群中心。
- 3 保持镇定，稳住重心，不要弯腰捡东西、提鞋或者系鞋带。
- 4 如有可能，抓住一样坚固牢靠的东西，例如路灯柱之类。切记远离店铺的玻璃窗，以免被破碎玻璃扎伤。
- 5 当带着孩子遭遇拥挤的人群时，要尽快把孩子抱起来。
- 6 当发现自己前面有人突然摔倒了，马上要停下脚步，同时大声呼救，告知后面的人不要向前靠近。如果要救人，一定不要弯腰施救，而应该侧身来救，并在力保自己不会被挤倒的情况下施救。

## 科普 >>

### 儿童轻度肾炎能治好吗

文/蔡颖（湖南省儿童医院肾脏风湿免疫科）

轻度肾炎通常能够完全治愈，家长不必担心。常见的轻度肾炎有以下几种类型：1. 溶血性链球菌引起的急性肾小球肾炎。作为免疫复合物性肾炎，有一些患儿表现为亚临床型、轻型病变。除了有镜下血尿，并没有少尿、肾功能不好或高血压等，大部分患者预后很好，而且都能够完全康复。2. 药物引起的间质性肾炎。病情轻微者有时也会在显微镜下显示为镜下血尿，患儿没有浮肿，也没有其它异常情况，在随访过程当中大部分患儿都能够完全治愈。3. 过敏紫癜。常可使肾脏受累，但其肾脏受累病理上可能是轻度系膜增生，临床表现为镜下血尿，此类患者没有特殊的其它情况，在随访过程当中，绝大多数都能够完全康复。总而言之，轻微肾炎并不少见，大部分患儿都能够完全治愈，家长不必过于担心。

### 孩子冬季常见口唇病有哪些

文/程世林（湖南省儿童医院重症医学一科）

1. 营养性不良口角炎。它是最常

见的口唇病，主要是由于宝宝在冬季没有摄入足够的新鲜蔬菜而造成的，同时，宝宝在维生素B2的摄入上也会显得非常不足，因此会出现口唇干裂的情况。对于这一类宝宝可以为其提供含有丰富维生素B2的食物，并为宝宝的嘴唇涂抹油脂。2. 真菌性唇炎。它是由白色念珠菌感染造成的，宝宝会出现嘴唇发红干燥的症状，并会形成血痂。对于真菌性唇炎的宝宝一定不要擅自使用抗生素，家长要立即带宝宝去医院就诊。3. 唇疱疹。它是由单纯性的疱疹病毒引起的一种疾病，一般通过直接接触或者通过被污染的餐具等进行传染。宝宝会出现嘴唇以及口角位置的不适以及灼热感。对于唇疱疹的宝宝可以使用新霉素软膏或是紫药水等治疗，但严禁挑破水疱。

### “娃娃脸”青少年警惕生长激素缺乏

文/姜盛伍（湖南省儿童医院麻醉手术科）

长着娃娃脸的青少年看着乖巧可爱，但是如果十二三岁后进入了青春期，仍是一副长不大的面容，而且也不怎么长个，那就要引起家长的注意了。孩子出现这样的情况可能是生

长激素缺乏所致。由于孩子体内影响生长的生长激素分泌不足，导致生长障碍，在医学上被称为“生长激素缺乏症”。患有生长激素缺乏症的儿童身形更为矮小，但是有正常的躯体比例、面容和智力。因为生长激素有助于抑制皮下脂肪形成，所以未经治疗的生长激素缺乏症儿童可能是胖胖的。同时由于生长发育及骨骼的延迟，这些儿童看上去会比实际年龄显得小，且因颅骨未发育成熟，他们的脸看上去也会更加年幼。父母可以通过上述体征来初步判断孩子是否存在生长障碍问题，并向内分泌医生进行咨询或前往医院做检查。

### 宝宝吃手指的原因

文/李灵晴（湖南省儿童医院麻醉手术科）

一般情况下，健康的足月宝宝在发育到三个月左右时会出现吃手指头的情况。这是一个正常的情况，说明宝宝的脑发育是正常的。2岁以内婴儿处于口欲期，喜欢用嘴巴探索整个世界，婴儿吃手指是对外界事物进行探索的表现，同时能使婴儿自我满足。家长可以允许此阶段婴儿吃手指，无需过度进行阻止。如果超过此年龄

阶段的儿童还存在吃手指的表现，就要考虑婴儿是否缺乏安全感、存在精神紧张、没有得到充分关注、缺少父母陪伴等因素，此时需要家长更多陪伴、关心儿童，给予更多关爱。记住，不能一直提醒婴儿别吮吸手指，或因此批评婴儿，至于部分家长因此打骂婴儿，更是属于错误行为。家长可以多带婴儿做游戏，参加户外运动，带婴儿看书或给他讲故事，从而转移婴儿注意力，减少吃手指行为。

### 20个月大的宝宝能喝酸奶吗

文/刘钊（湖南省儿童医院消化营养科）

如果确定20个月大的宝宝对酸奶等奶制品不过敏，则通常可以适量喝酸奶，以补充一定的营养。但是在喝的时候一定要控制好摄入量，不能一次性喝过多，以免产生胃肠道不适症状。酸奶主要是由牛奶发酵而成的，当中含有较为丰富的营养物质，尤其是里面的钙和蛋白质含量比较丰富，给20个月大的宝宝适量食用，能够提供一定的营养和能量，从而一定程度上促进其生长发育。但要注意不能喝过多，因为酸奶中的蛋白质较多，20个月大的宝宝胃肠道本身较弱，过量喝会增加胃肠道的负担，甚至还会

出现腹部胀痛或者是腹泻的情况。同时，给20个月大的宝宝喝酸奶时，可以用温水加热，以避免酸奶过凉刺激宝宝胃肠道。此外，酸奶的保质期较短，在购买时尽量选择近期生产的酸奶。

### 儿童患乙肝，家长不要慌

文/刘琳（湖南省儿童医院肝病科）

乙肝是比较常见的传染性疾病，主要传播途径有母婴垂直传播、血液体液接触传播、性接触传播。在我国的乙肝感染患者当中，有相当一部分来自于母婴传播。儿童时期感染乙肝病毒以后，由于TB细胞功能不健全，没有能力产生免疫清除，儿童乙肝大多数便呈现一种携带状态，病毒复制比较活跃，但是肝功能是正常的，这时没有特殊的临床表现。儿童乙肝的症状和成年人乙肝的症状是相似的，如果肝功能正常，腹部彩超正常，一般来说不会有明显的症状，也就是说不会有任何的不舒服；如果肝功能明显不正常，可能会有纳差、厌油、恶心、腹胀等不舒服的症状。儿童乙肝病毒携带者需要进行定期复查，如果符合抗乙肝病毒指征，就需要进行一些规范的抗乙肝病毒治疗，儿童抗乙肝病毒治疗成功率不错。