



突发,61岁患高血压母亲飞机上猝死 这4类人坐飞机尤其要注意

坐飞机出行已经成为现代人生活的一部分,无论是长途旅行、出差,还是回家探亲,飞机都提供了便捷的交通方式。然而,并不是所有人都适合乘坐飞机。

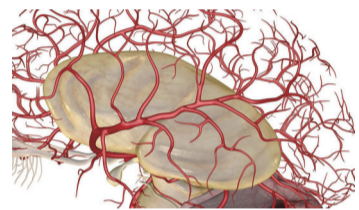
最近一位61岁患有高血压的老人在飞机上猝死冲上热搜,原因正在调查中。高空飞行环境特殊,机舱内气压降低、空气湿度低、氧气含量减少,都有可能造成额外的风险。如何避免这类情况的发生,对于我们每个人来说都非常重要。



神经系统疾病: 尚无明确医学共识

对于神经系统疾病,目前的建议是中风后至少等待2周,短暂性脑缺血发作后至少等待2天;癫痫发作后,请至少等待24小时后再飞行并携带急救药物。

但近期研究发现,无并发症且



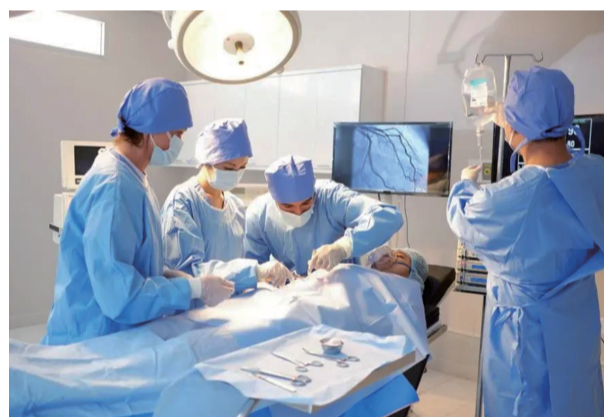
近期手术或严重创伤:飞行可能加重病情

如果最近刚做过手术或遭遇了严重的创伤,飞机旅行可能不是一个明智的选择,这类担忧主要涉及三个方面:

(1)虽然现代飞机内部的空气是加压的,飞行时内部气压相当于海拔1500-2500米的高度,比万米高空好不少,但和地面相比还是低压环境。这种低压可能会导致伤口内部或者手术部位的气体膨胀,或者植入的物体移位。

(2)机舱气压降低会降低氧分压(道尔顿定律),因此会加剧低氧血症,对于心肺手术的患者来说,是个挑战。

(3)由于机舱相对湿度



低,脱水会增加术后深静脉血栓形成的风险。

因此,经历过手术或者创伤的人应该延后飞机出行计划,根据不同的手术需要的限制的时间不同,这需

要和你的手术医师进行商

议,比如:美国航空医学协会的最新指南指出“气胸是航空旅行的绝对禁忌证”,并建议在无并发症的胸部

手术后应推迟2至3周再进行航空旅行。

镫骨切除术后至少在2周后开始乘坐飞机,并且下降时每4分钟左右进行一次轻柔的瓦尔萨尔瓦动作(即需要在紧闭口、鼻的同时做向外呼气的动作),减少中耳、内耳的气压变化。

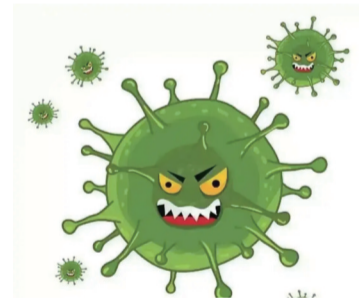
而且近期要做手术,尤其术后会限制行动的患者也应避免长途飞行。梅奥诊所的一项研究发现,在飞行超过5000公里后13天左右,进行大型手术(头颈部手术、胸部和血管手术、腹部手术)的患者,出现下肢深静脉血栓的风险比没有进行长途飞行的患者更高。

恢复良好的非出血性脑血管意外患者,如果进入康复阶段并且经过评估没有再发中风的短期风险可以进行飞行。

目前在这方面还缺少权威的医学共识,不过需要指出的是,超过4小时的长时间飞行,旅途中不自然的颈部姿势以及颠簸,可能会增加患有颈动脉疾病的患者中风的

传染病: 可能危及自身 或他人安全

传染病患者在飞行过程中也可能带来危害。如果你正在经历像流感、麻疹、结核等传染病,飞行



过程中密闭的机舱环境使得病菌很容易通过空气传播给其他乘客。

这不仅增加了他人感染的风险,也可能让患者的病情恶化。在这类情况下,患者应等待疾病的急性期过去,确保病情稳定后再考虑出行。

大家在飞行前,可以详细阅读航空公司的旅客乘机健康指南。对于任何尚未稳定的疾病都应该考虑延后飞行计划,出行前应该咨询医生以及航空公司,避免给自身造成不便,甚至危险。合理评估健康状况,科学决策出行方式,才能确保旅途顺利、平安到达目的地。

(科普中国)

严重心肺疾病:特殊环境可能带来风险

对于患有心肺疾病的乘客来说,飞行可能会带来额外的健康风险,不同心肺疾病患者需要了解不同的应对措施。

由于机舱内低氧环境,冠心病患者可能面临心绞痛或心肌缺血的风险。病情未控制者应避免飞行,近期心肌梗死患者应延后至至少2周,直到病情稳定。飞行中,避免剧烈活动,选择靠过道座位,并携带必要药物,如短效硝酸甘油。长途航班前,建议与医生确认是否需要额外检查,特别是近期有心肌梗死史的患者。

低氧环境可能加重心力衰竭患者的症状,尤其在长途飞行时。重度心衰患者(如NYHA III或IV级)应避免飞行;若病情稳定且不



需额外氧气支持,仍应避免过度劳累,尽量选择短途航班,并避免起降时的情绪紧张。飞行中还要避免高盐食物及过多的咖啡因和酒精,以免加重症状。

飞行对高血压的患者

的影响除了低氧环境以外,飞行过程中的噪声同样会造成血压波动,因此血压不稳定者应避免飞行。飞行时应避免高盐食物、过多咖啡因和酒精,穿着宽松衣物,并进行规律的下肢运动

以促进血液循环。长途飞行时,每隔两小时起身走动一次。

对于肺动脉高压NYHA分级I或II的患者,通常可以安全飞行,不需要额外的氧气支持;但对于NYHA分级III或IV或者地面上就已经需要氧气支持的患者,则应尽量避免飞行。

没有控制的呼吸系统疾病或者近期存在发作史,比如COPD、哮喘、间质性肺病,都应该避免飞行,直到病情控制稳定,并且随身携带需要的药物。哮喘患者以及过敏性鼻炎的患者,在飞行前,还应避免食用可能诱发过敏的食物,告知航空公司自己的过敏源及病史。