

【发布单位】卫生部  
【发布文号】卫办疾控函（2010）345号  
【发布日期】2010-04-30  
【生效日期】2010-04-30  
【失效日期】-----  
【所属类别】政策参考  
【文件来源】[中国政府网](#)

## 卫生部办公厅关于印发《青海玉树地震灾区高原病综合防治指导方案》的通知

（卫办疾控函（2010）345号）

青海省卫生厅：

为保障青海玉树地震灾区各类救援人员、灾后重建人员及其他相关人员的身体健康和生命安全，确保灾后重建工作的顺利开展，科学防治高原病，我部组织编写了《青海玉树地震灾区高原病综合防治指导方案》，现印发给你厅。

请你厅坚持属地领导，按照“预防为主、防治结合，军地结合、责任包干，统筹兼顾、科学指导，加强监护、及时救治”的工作原则，结合实际工作，制定切实可行的工作方案，并在实践中不断完善，不断提高高原病综合防治能力。

二〇一〇年四月三十日

### 青海玉树地震灾区高原病综合防治指导方案

高原病是指由平原进入高原（海拔3000米以上，对机体产生明显生物效应的地区），或由低海拔地区进入海拔更高的地区时，由于对低氧环境的适应能力不全或失调而发生的综合征。高原低氧环境引起机体缺氧是其病因，上呼吸道感染、疲劳、寒冷、精神紧张、饥饿、妊娠等为发病诱因。

青海玉树地处高原地区，为保障青海玉树地震灾区救援和灾后重建工作人员（以下简称“工作人员”）身体健康和生命安全，确保抗震救灾、医疗救治及灾后重建工作的顺利进行，制定本方案。

#### 一、高度重视高原病综合防治工作

做好高原病防治工作是此次抗震救灾和灾后重建工作取得全面胜利的重要保障。地震灾区地方政府、各有关部门，参与救援、灾后重建的各有关单位应高度重视高原病的防治，坚持属地管理为主，加强领导，按照“预防为主、防治结合，军地结合、责任包干，统筹兼顾、科学指导，加强监护、及时救治”的工作原则，科学、规范、有效地开展高原病防治工作，保障工作人员的身体健康和生命安全。

各医疗救援单位、卫生防疫机构、建设单位及其他相关组织机构（以下统称“用人单位”）要切实加强组织领导，建立用人单位法定代表人负责制，指定专人具体负责高原病防治工作，参照我部印发的防治方案，制定相应的工作方案，完善工作制度，确保高原病防治工作的落实。

#### 二、切实做好预防高原病的准备工作

### （一）做好工作人员遴选工作。

工作人员进入高原地区开展工作前，应进行健康体检，经体检合格后方可进入高原地区，有以下严重疾病或症状者原则上不宜从事高原工作：

各种器质性心脏病或恶性心律失常、高血压；慢性肺功能不全；癫痫及严重神经衰弱；严重胃肠道疾病；肝肾功能不全；上呼吸道感染；严重内分泌系统疾病，如糖尿病、甲状腺疾病。

### （二）配备必要的用品和急救药品。

各单位携带足量抗高原反应相关的药品和医疗器材，如高原康胶囊、红景天胶囊、西洋参丸、氧气瓶（袋）、制氧机、简易血氧饱和度和心率检测仪等；工作人员应准备足够的御寒衣服，以防受凉感冒。

### （三）开展预防性服药工作。

进入高海拔地区前2小时开始服用高原康胶囊，1-2粒/次，2次/日，通常服用3天；亦可辅助服用红景天胶囊等抗高原反应的药物，以降低高原病发病机率。

### （四）加大培训力度，做好各方面应对高原病的准备。

各用人单位和医疗卫生机构要有针对性地开展心理训练、高原常识和高原病防治知识的培训，做好赴灾区工作人员进入高原地区的知识技能储备和心理准备。

## 三、认真落实急性高原病的预防措施

### （一）认真体检，严格执行劳动保护规定。

指导用人单位对高原工作的职工进行上岗前、在岗期间和离岗时健康检查，进行高原从业健康知识培训。要严格执行高原作业劳动时间，定期轮换等劳动保护规定。配备必需的个人防护用品和防病药品，在生产、生活场所设置供氧条件，对身体不适应高原环境的工作人员要妥善安置。

### （二）制定相应工作计划，做到有计划地、间歇性作业，避免长时间、剧烈作业。

高原劳动能力的卫生学限度分别为：3000-4000米连续工作时间应小于6小时；4000米以上连续工作时间应小于4小时，4000米以上劳动周期不超过6个月；工作1年以上，应到低海拔地区休息2-3个月。工作时应注意休息，避免过度紧张，防止疲劳。

### （三）其他一般性措施。

注意饮水，补充营养，戒烟戒酒；注意保暖，预防感冒。避免体力负荷过重，注意适宜的生活、娱乐、体育锻炼方式，克服急躁情绪。切忌饮食过饱，睡觉时最好采用高枕、侧卧方式。

### （四）注意识别高原反应。

一旦出现自觉症状，应立即停止工作并吸氧、休息，如症状不能自行缓解，需及时进行医疗救助。急性高原反应包括：头痛、头晕、恶心、呕吐、心慌、胸闷、气促、食欲减退、眩晕、鼻出血、手足发麻、手足抽搐、关节痛等。

## 四、及时进行急性高原病诊断和治疗

急性高原病分为急性高原反应（急性轻症高原病）、高原肺水肿及高原脑水肿3个类型。急性高原

反应可在进入高原数小时即出现症状，而高原肺水肿及高原脑水肿一般在进入高原24小时后发病。

### （一）急性高原反应（即急性轻症高原病）。

抵达高原，出现头痛，并具有如下四项中至少一项症状则可诊断为急性高原反应：胃肠道症状（食欲减退、恶心、呕吐等）；疲劳或者虚弱；头晕或眩晕；难以入睡。

症状轻者不需要治疗，注意休息，减少活动量。症状明显者吸氧和适当休息，可口服高原康胶囊，1-2粒/次，2次/日，通常服用3天。地塞米松应急治疗急性高原反应有一定效果，首次剂量为8mg，以后每次4mg，6小时1次，连续使用3天。症状严重者，建议进一步检查。

### （二）高原肺水肿。

抵达高原，出现以下表现者可诊断为高原肺水肿：

1. 出现以下至少两项症状者：静息时呼吸困难、咳嗽、虚弱或活动能力减低、胸部有紧缩感或充胀感；

2. 出现以下至少两项体征者：至少在一侧肺野可闻罗音或喘鸣音、中枢性紫绀、呼吸急促、心动过速。

有条件时，可进行X线、CT、MRI等进一步检查。

治疗主要包括：

1. 半卧位卧床休息、吸氧。

2. 药物治疗：可口服硝苯地平10mg，3次/天；氨茶碱0.25g静脉点滴，2次/天。

3. 抗炎及对症处理：呋塞米20-40mg静推，每8-12小时1次，根据病情和尿量可加大用量。20%甘露醇250mL快速静脉滴注，1-2次/天。同时静脉注射地塞米松10-20mg，每天1次。心力衰竭者给予强心治疗。液体摄入以口服为主，静脉输液量宜少；若患者有明显脱水症状，应根据尿量适当增加输液量。治疗期间注意补钾、保护胃粘膜。输入液体以10%葡萄糖注射液为主，同时静脉滴注大剂量维生素C。合并呼吸道感染者给予抗菌药物治疗。

4. 如现场有压力袋，可行增压治疗。

### （三）高原脑水肿。

抵达高原，患有急性高原病者，呈现出精神改变并/或有共济失调；虽无急性高原病，但同时产生精神改变和共济失调者，也应诊断为高原脑水肿。

诊断后应立即转至低海拔地区救治。采取一般治疗、吸氧及药物治疗。

1. 一般治疗：必须绝对卧床休息，降低氧耗。保持室内空气流通，注意保温保暖。保持呼吸道通畅，积极预防和控制继发性感染。加强营养支持及水电解质平衡。

2. 吸氧：一般采用低浓度、低流量鼻管持续给氧，氧流量2-4L/分。

3. 药物治疗：20%甘露醇125-250mL快速静脉滴注，每6-8小时1次。必要时可静脉注射呋塞米20-80mg，增强脱水效果。每天静脉注射地塞米松10-20mg，以减轻毛细血管和细胞膜的通透性及炎症反应。可静脉滴注脑细胞活化剂、纳洛酮以促使患者清醒。

## 五、建立健全急性高原病病人及时转运机制

### （一）建立相关工作机制。

在地方政府有关部门的组织协调下，建立用人单位与灾区医疗机构健康监护的工作机制，建立灾区医疗机构与后方医疗机构的高原病病人对口转运工作机制。明确工作职责，确保急性高原病病人及时发现、及时救治、及时转运。

### （二）进行高原反应监测及评估，定期进行健康体检。

用人单位每日定时对工作人员进行高原反应监测和评估，确定工作人员身体状态。有下列主要临床表现者，应及时报告并撤回至低海拔地区：

1. 血压：7天内连续3天，每天两次血压测定，收缩压高于160mmHg或舒张压高于100mmHg。

2. 心脏相关检查：心电图提示心电轴右偏大于 $110^{\circ}$ ；心脏超声心动图提示肺动脉高压，右心室增大或室壁增厚；心电图ST-T改变提示心肌缺血，3天内复检未能恢复正常。心率超过120次/分或低于50次/分超过3天，或心率 $>140$ 次/分超过1天。

3. 呼吸系统：静息时呼吸困难，伴有咳嗽，咳泡沫样痰，胸闷或胸痛等，肺部湿性罗音。血氧饱和度 $<70\%$ 。胸部X线征象显示肺部片状或云絮状浸润性阴影。

4. 患有其他高原作业禁忌的。

### （三）明确转运标准。

灾区医疗机构对符合下述条件的，应及时向后方对口医疗机构进行转运。

1. 对确诊为重度高原反应、高原肺水肿及高原脑水肿患者就地及时处理，尽早转至低海拔地区救治。

2. 对中度急性高原反应患者，要及时收治至驻地最近的医院，根据病情进行就地治疗或转至低海拔地区治疗。

3. 对急性轻症高原病者，要立即停止体力劳动，就地休息，及时服用药物，并根据病情随时就诊、随时转运。

## 六、强化督导各项防治措施的落实

1. 要加强高原病防治工作的监督检查，建立检查制度，制订检查工作标准、明确检查内容，定期组织检查活动，及时发现问题和解决问题。

2. 用人单位要按照《职业病防治法》的要求，组织开展高原病防治工作，配备必要防护用品，定期组织健康检查，对有高原病禁忌的要及时调离，对职业性高原病患者及时安排诊治，并落实职业病待遇。

3. 灾区地方政府各有关部门要按照职责分工，针对灾后重建用人单位落实职业性高原病预防措施的情况开展监督检查，及时查处违法行为，保护高原工作人员的健康权益。

4. 灾区的广播、电视、报刊等新闻媒体要积极配合卫生部门，加强高原病防治知识的宣传，同时要加大对用人单位高原病防治工作的舆论监督力度。确保高原病防治知识宣传到位，用人单位防治措施落实到位。

灾区地方政府、各有关部门、各用人单位要充分认识做好高原病防治工作的重大意义，牢固树立以人为本的思想，以对灾区居民和广大工作人员高度负责的精神，切实做好灾区高原病的综合防治工作，为灾后重建工作顺利进行做出贡献。

说明:本库所有资料均来源于网络、报刊等公开媒体，本文仅供参考。如需引用，请以正式文件为准。

京ICP证[080276](#)号 | 网上传播视听节目许可证(0108276) | 互联网新闻信息服务许可证(1012006040)

中国法院国际互联网站版权所有，未经协议授权，禁止下载使用或建立镜像

Copyright © 2002-2011 by ChinaCourt.org All rights reserved.

Reproduction in whole or in part without permission is prohibited