

高原脑水肿如何正确预防

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678035479151586.html>

范文网，为你加油喝彩！

现在出去旅行的人越来越多，平原的人到高原的地方旅行也越来越多，可是对于一些之前只待过平原突然又

想到高原地方玩的旅客来说

，就得预防高原脑水肿的问题了。那么高原脑水肿如何正确预防呢？下面

<https://www.882682.com/>就带大家来了解一下这一旅游疾病知识。

1、在进入高原前应作全逻辑顺序的好处面的健康检查，对患有严重的心肺疾病，影响肺功能和血流系统疾病者，以深圳40周年庆祝大会及经吸入低氧高二氧化碳浓度混合气体作高原模拟实验，结果有通气不良者，均不宜进入高原。

2、临进入高原前1-3周内，应加强耐氧训练，如进行长跑、爬山、打球等体育锻炼。

3、进入高原前1-2天，summary是什么意思应注意休息，避免劳累，禁烟酒，避免受凉感冒。如正患上呼吸道感染或肺部感染，以及其他原因引起的急性发热，待治愈后再进入高原为宜。

4、乘车进入高原者，最好是进行阶梯式进入。

5、在行进至高原途中，应注意保暖，防寒。

6、刚进入高原环境，应加紧休息，不宜进行中等强度以上的体力劳动及剧烈运动，以免增加机体的耗氧量。

7、加强卫生宣传教育，使进入高原人增加对该病的防治知识，消除紧张、恐慌的心理。

8、对初入高原者，特别是大批人员同时进入者，医务人员会加强巡视，尤其要加大早晨及夜间的巡视次数，同时要求大家互相关心、照顾，发现患者，及时报告，切实做到早发现，早治疗。

以上就是https://w风平浪静打一城市名ww.882682.吃什么败火com/为大家介绍的高原脑水肿如何正确预防。外出旅游如何避免高原反应是我们去高原地区旅游要了解的知识，希望大家能够加以了解。

更多作文请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发