

# 乐康居家护理服务

LC Loving Care Home Services

我们的服务理念是：真诚、温暖、爱人如己。

作为马里兰最大、口碑最佳的居家护理服务公司，我们为每一天每一刻深深感恩！

自由地居住  
舒心地生活

## 服务内容：

安全监管	准备简餐、喂食	更换床单	陪伴散步、
个人协助	洗碗、洗衣	服药提醒	轻度舒缓的锻炼
协助梳洗、如厕	日常清洁	陪伴聊天、安抚	陪伴看医生、理疗

服务对象：生活上需要帮助的老年人、残障人士。 服务范围：马里兰州各个郡县

• 公司成立十年以上，主要代理马里州政府居家护理服务类业务。

总机：410-358-4415/301-358-1545 (中文服务：请转分机 2)

手机：443-538-1082 (24小时开机，中英文快捷，直线)

- 由马里兰州政府健康护理质量办公室颁发执照，各方面接受政府领导和监督。
- 护理人员的招聘、审核、培训、服务严格遵照政府要求，并接受州政府监督。
- 为符合 Medicaid 资格的人士免费申请护工福利。
- 与您的家人、医生、日间护疗中心、养老院一起共同做好您的健康护理工作。
- 训练有素的专业护士将根据您的健康需求和您一起共同制定最佳的护理计划。
- 护士会定期上门与您及您的护工沟通、协调，帮助护工提供更好的服务。

总部地址：25 Hooks Lane, Suite 200. Pikesville MD 21208

蒙郡地址：481 N. Frederick Ave. Suite 215, Gaithersburg. MD 20877 网址：<https://lovingcarehcs.com>

## 常年招聘护理人员

要求：美国合法居民身份(男女均可)  
有爱心、耐心、责任心。  
免费提供 CPR/FA 培训，  
我们关爱每一位护工，  
如同关爱每一位需要护理的老人。

## 为什么胸口会“刺痛”几秒？是猝死前兆，还是心脏病？

你有没有过这样的经历？  
正坐着刷手机，胸口突然像被针扎了一下，就那么几秒钟，吓得你大气不敢喘。等你缓过神来想仔细感受，它又消失得无影无踪。

最近新闻里猝死的消息一个接一个，让人难免心里发毛：这“咯噔”一下，到底要不要紧？是身体在报警，还是虚惊一场？

一、为什么胸口有时候会突然“刺痛”一下？

这个症状大部分人身上都出现过，小到十几岁的中学生大到八九十岁的老年人，其实出现这个症状无需过分担心，该症状是“大病”征兆的概率非常低。

美国的一项统计数据显示，因胸痛去看诊的人发现急性心肌梗、不稳定心绞痛的比例为2~4%。虽然看比例很低，但一旦发

生就是危及生命的大问题，还是要引起足够的重视。

一般情况下，胸口不会莫名其妙地刺痛，但大部分胸痛都是一些“小毛病”引起的。

如长期熬夜、过度劳累、焦虑紧张以及受凉等生理性因素，会间接/直接损伤胸部组织，从而让胸口肌肉收缩，引起刺痛症状，但大部分都是一过性的；

食管反流患者也可能时不时有胸口刺痛症状，因胃酸逆流到食管内会引起反酸、烧心症状，在症状出现的同时多会有胸痛、上腹部烧灼感；

由于感染、外伤等因素所致的胸膜炎，在反复发作后也可能累及胸膜周围的组织，引起胸痛症状；

另外，也有可能是肋间神经痛所致。该炎症一般会累及胸部组织，引起持续性刺痛症状出现，

在深呼吸、咳嗽、打喷嚏时，症状会有所加重。

大家比较担心的莫过于刺痛与心脏异常相关，其实两种是完全不一样的痛法。

心脏缺血、心梗、心绞痛等心脏疾病所致的疼痛，一般有闷、堵、烧、压的感觉，就像胸口堵了块大石头一般。且疼痛感不会几秒钟就没，会持续几分钟甚至更长的时间。

二、没有胸痛也要警惕！猝死前的“非典型”信号

很多人以为，心脏病发作一定是捂着胸口倒地。但真相是：超过一半的心梗患者，发病时并没有明显的胸痛，尤其是女性、糖尿病患者和老年人。这些“非典型”症状，才是最容易被忽视的致命陷阱：

### 1、上肢和左肩膀

心肌缺血所致的疼痛可能会放射到左肩、左臂内壁以及左侧手指。美国的一项研究指出，经常肩膀痛的人出现心梗的风险更大，是没有肩膀症状患者的3倍左右。

### 2、牙痛或下颌痛

临床上将冠心病所致的牙痛称之为心源性牙痛，可能发生在情绪激动、过度疲劳或是饱餐后。一旦发作疼痛感会十分剧烈，但却找不到具体是哪颗牙在痛。且这种牙痛在服用止痛药、消炎药无法缓解，牙齿上也没有红肿等症状。

### 3、上腹部疼痛

突然出现气喘、脉搏异常、四肢发冷以及“胃痛”等症状，很可能是急性心梗所致。急性心梗引

起的疑似胃痛症状，会有压迫、烧灼、挤压感，不适可能会放射到左侧肩背。

### 4、颈部或咽喉痛

嗓子疼、咽喉部有辛辣感，也可能与心梗相关。具体表现为突然出现咽喉堵塞感，且伴有呼吸不畅、大汗淋漓的表现。

这些症状有个统一的特点是来的莫名其妙，一段时间后可自行缓解。也正是因为可以自行缓解，所以很容易被忽略。如若你身上反复出现上述的症状，或同时出现两三个症状，一定要及时去心内科进行相关检查，没事自然好，但如果有问题，这些检查是可以救命的。

近年来，新闻上越来越多出现年轻人猝死的案例，对此一定要引起足够的重视，先从生活中保持好的习惯做起！