

闭门围炉煮茶 不料中毒急救

□本报记者 陈坤
通讯员 陈文璇

围坐炭炉边煮茶,边谈天说地,还能取暖避寒,让围炉煮茶成为时下冬日里福州年轻人喜爱的一种活动。可你想不到,在家围炉烧炭煮茶取暖却容易引发一氧化碳中毒。

连日来,福州的最低气温都在10℃左右徘徊。由于室外温度低,小智(化名)、小华(化名)两个年轻人就商量不想出门,在家围炉烧炭煮茶取暖,还能沟通交流。二人关闭门窗围炉烧炭没多久,就相继出现头晕、恶心、呕吐症

状。他们感觉可能是中毒了,赶紧打开门窗,并拨打120求救,被紧急送到福一总院急诊科,经诊断均为一氧化碳中毒。经对症治疗后,二人很快就恢复了正常。急诊科主任江金锋表示,最近因为流行围炉煮茶,天一冷总有市

民中招一氧化碳中毒。一氧化碳危险的地方就在于它无色无味和无刺激性,一旦中毒会损伤神经系统,轻度中毒可能会伴有头痛头晕、恶心以及四肢乏力等,中重度可能会出现昏迷、各器官损害,甚至危及生命。

提醒:市民在冬季应采用安全的方式取暖,不建议在室内围炉烧炭煮茶取暖。如围炉烧炭务必保持通风,避免一氧化碳中毒。感觉到头晕目眩,头痛难忍,甚至是窒息呕吐,要尽快打开门窗通风,快速逃离封闭空间。如症状加重,需尽快拨打120求救。



全身溃烂 缘于乱吃药

□本报记者 廖小勇
通讯员 张舒姍 陈冰琳

不久前,一位泉州阿婆来到厦大附属中山医院急诊部:阿婆全身遍布红斑、水疱,全身表皮松解面积>30%,眼结膜、口唇也出现明显糜烂溃疡。据家属介绍,阿婆已发热3天。科室下达了病危通知书。

要解决中毒性表皮坏死松解症,必须马上追查到底是哪种药物引起过敏。然而,阿婆既往史复杂,包括肺栓塞、痛风、心衰、高血压等,日常用药七八种,家属一时也难说清。

管床医生、主治医师王志强让家属尽快

把所有阿婆近期常用的药物带到医院,医生对着一大袋子药逐一检查。其间,一盒还没吃完的“别嘌醇”引起了医生的注意。该药致敏性高,引发的重症药疹病例更多。

经询问,医生得知阿婆约一周前痛风加剧,听邻居说“别嘌醇”治疗痛风效果特别好,曾自行购买服用。

送检结果,“别嘌醇”被证实为致病因。

最终,在医护人员的倾力奋战下,几乎“体无完肤”的阿婆经过3个多星期治疗,重获新生,全身长出了新皮肤。

□本报记者 张帅
通讯员 沈昡 陈丽玉

正常人的血液都是红色的,可宁德36岁的连先生却从体内抽出许多白花花的油脂。

元旦假期聚餐时胡吃海喝,连先生突发左腹部疼痛,到宁德师范学院附属宁德市医院急诊科就诊。

入院时,测得他的血糖升高,再进一步检查发现甘油三酯指数高达147.61mmol/L。

这可把接诊的医生都惊呆了!一般成年人甘油三酯的正常值在0.52~1.7之间,而这竟超过正常值70倍,堪称“油王”。

连先生最后被确诊为急性重症高脂血症胰腺炎,如不及时救治可危及生命。急诊科主任医师谢

喜食油腻 长期饮酒 小伙子血里全是油



宝辉医疗团队当即决定先对患者采取血液灌流术。

经过4个小时、两次的血液灌流治疗后,连先生甘油三酯降至77.7mmol/L。为迅速降低患者的甘油三酯,避免胰腺严重坏死,医疗团队决定改用血浆置换术,经过2小时15分钟,输注3000mL血浆治疗后,从

患者体内引出许多白花花的油脂,看上去就像“牛奶血”,甘油三酯指数也顺利下降至19.82mmol/L。

“当时情况非常危急,我们迅速采取治疗性血液灌流+血浆置换+连续性肾脏替代治疗术,大概用了31小时,最终患者甘油三酯降到4.93mmol/L,脱离危险期。”谢宝辉表示,该项技术的顺利开展,是急诊重症监护室诊疗技术的又一次突破。

目前连先生顺利出院。谢宝辉介绍,连先生的血脂如此之高,可能与他患糖尿病、体内的脂代谢异常有关,此外,长期喜食油腻食物、饮酒、暴饮暴食等不良生活习惯,也对高脂血症胰腺炎发生起到推波助澜的作用。

自制腌菜不能经常吃



链接

年关将至,不少家庭会自制腌菜。

腌白菜、腌黄瓜、腌辣椒……腌菜作为餐桌上必不可少的饭搭子,受到了许多打工人的青睐。

杭州的舒阿姨(化

名)将腌菜汤当作了每天的必选菜品,连续食用了半个月。5天前起,她出现了腹泻症状,频率达到了每天7~8次。医院检查明确为急性肠炎症状。经过住院治疗,顺利出院。

■医生提醒

自己做腌制食品时,一定要注意卫生。腌制食品要腌透后再食用,腌菜要10天以上,腌肉要20天以上。腌菜一般在腌制后的7~15天里,亚硝酸盐的合成量最多。

在过了21天后,亚硝酸盐含量会明显降

低,此时食用相对安全。腌制食品里的毒素害怕高温,若食用前将其高温蒸煮15分钟,可除掉绝大部分的毒素。

长期食用腌制食品对身体有很大危害,成年人每次的食用量最好不要超过150g,一周内不超过3次,尽量不要和高蛋白食物搭配进食。

如何健康食用腌菜

腌菜对健康的不利因素,主要体现在高盐、高糖以及亚硝酸盐。如何健康地食用腌菜呢?

控制食量 吃腌菜时,我们可以在入口前,涮一下水再吃。要科学控制食量,减少食盐的摄入。

搭配新鲜蔬果 维生素C是强抗氧化剂,能抑制腌菜中亚硝酸盐的产生,降低亚硝酸盐对身体的伤害,比如甜椒、猕猴桃、草莓等。

购买低盐腌菜 随着健康理念愈加深入人心,市面上也出现了很多低盐腌菜,一般包装上会标注“减盐”或“轻盐”。相比于普通腌菜,低盐腌菜更为健康,盐含量大多在6%以下。

(杭州日报 科普中国)



链接

如何预防药疹

首先,病人自身加强规范就诊、安全用药意识很重要。用药前应向医生准确提供过敏史,避免使用已知过敏或结构相似的药物。

轻症药疹在及时停用致敏药后皮损可消退,而重症药疹若不及时治疗可能会引起

多脏器衰竭危及生命。因此提醒大家需要在医生指导下使用药物,不要自行用药。

若在用药后出现皮肤红斑、丘疹、瘙痒等不适,要立即停用可疑药物,密切观察并及时到皮肤科就诊,争取确定致敏药物。