

鼻子突然失灵 警惕4种疾病

嗅觉失灵是一种怎样的体验?有人因此误吃腐败的食物,有人感受不到食物的美味、花香的曼妙,还有人因注意不到烧焦的气味,而无法预防火灾的发生……

现代人在不良用鼻习惯、病毒感染、外伤、空气污染、化学品等的刺激下,嗅觉仿佛渐渐“失灵”了。更令人担忧的是,不少人对此不以为然。现在,专家告诉你,嗅觉下降如何“牵一发而动全身”,鼻子突然失灵,原来是这几种疾病悄悄找上你。



嗅觉一动四处都通

鼻腔有呼吸和产生嗅觉两大功能,鼻腔顶部和上部负责嗅觉,下部主管呼吸。

嗅觉能够帮助我们快速感知周围环境,小到衣食住行,大到突发险情,可以说,嗅觉一动,各个器官都会配合“作战”——

增强食欲 香气扑鼻的美食能够使人食欲大增,而臭味或腐败的味道会使人自动远离,这些都离不开嗅觉的刺激。

感冒时,通常闻不到味道,食欲会发生一定减退,也是这个道理。

帮助记忆 嗅觉作为大脑里最古老的器官,与情感记忆的连接很强烈。

人们闻到某种特定的味道时,烤串的油烟味、雨后青草味都可能触发一场时空旅行,能够瞬间勾起久远的回忆,这是因嗅觉建立了相应的神经反射。

发现危险 有关研究表明,嗅觉可以区分很多威胁健康和生命的气味。

比如,火灾发生时,一些物质燃烧所产生的烟雾通常有毒且具

有特殊气味,人在闻到后能够及时发现危险,灭火或逃离现场。

影响情绪 人在闻到花香或食物香味后,心情会变得舒畅。嗅觉不好的人情绪通常也会受到慢性影响,对周围事物及环境淡漠、焦虑、抑郁等。

专家指出,嗅觉下降会严重影响人的生活质量,不仅威胁健康,还会造成生命危险。有研究表明,嗅觉障碍患者发生意外的几率是正常人的两倍。

嗅觉下降警惕4种疾病

鼻腔、嗅区黏膜和神经、大脑中枢功能和结构的正常是保证嗅觉的重要环节。嗅觉受许多因素影响,当你发现嗅觉下降时,很可能是身体已经被疾病缠上——

外伤和肿瘤

颅底、颅中窝的骨折,可能损伤嗅细胞和嗅神经,导致嗅觉障碍。

患上胶质瘤等颅内肿瘤疾病,有时会侵犯嗅神经,在头痛或颅压过高等症状尚未出现时,可能首先产生嗅觉障碍。

病毒感染

发生感冒或其他病毒感染时,

鼻炎

有数据显示,目前,我国过敏性鼻炎、普通慢性鼻炎、慢性鼻窦炎等各类鼻炎发病率呈快速上升的趋势,其中过敏性鼻炎患者多达2.4亿。

当炎症控制住或做了相应手术后,嗅觉是可以恢复的。

阿尔茨海默症

随着年龄增长,人的神经功

能会慢慢退化,嗅觉下降就是症状之一。

老年人应保持心情愉悦、注意休息,患有鼻炎等鼻部疾病应及时对症治疗,能够从一定程度上延缓嗅觉退化。

患有阿尔茨海默症的老年人嗅觉神经也会发生退行性改变,引起嗅觉下降。

此外,嗅觉还与气温、湿度有一定关系。在受到具有强烈气味的化学品刺激后,嗅觉会出现暂时或永久损伤。部分人嗅觉细胞先天性发育不良,嗅觉也会受到影响。

身体发出的“隐性信号”

嗅觉改变有时是某些疾病的隐性信号,通常会先于其他症状出现,但常常被忽视。出现以下情况要早就诊——

轻微改变

嗅觉下降早期不容易被发现,通常是轻微的改变。

当周围人能够闻到很多气味,如强烈的臭味、发霉的味道等,但

自己却感觉不到时,预示着嗅觉发生减退了。

此外,还要警惕味觉的突然性改变,例如无法感受到酸、甜、苦、辣、咸等味道时,也要注意嗅觉是否出现障碍。

嗅觉倒错和幻嗅

出现嗅觉倒错的情况时,患者无法正常感知真实气味,可能闻到

臭的味道但认为是香的,或将香味感受为臭味。

幻嗅是指患者会闻到原本不存在的味道,即“凭空捏造”。

上述两种情况往往和神经官能症、焦虑或抑郁等因素有关,属于神经和心理上的问题,嗅区功能其实正常,在接受相应治疗后能够恢复。

嗅觉失灵不能随意用药

及时进行嗅觉检查 一些医院设有专门的嗅觉检查科室,嗅觉发生异常改变时应及时到医院检查。通常情况下,若检查鼻腔后未发现

问题,就会进一步利用CT或核磁进行全方位检查。

质,尽量避免感冒,如生病要及时治疗。

病毒感染可造成嗅觉下降,虽然大多数是暂时性的,但是如果患病时间长,可能就会引起慢性鼻炎,导致嗅觉下降或失灵。

吸烟和饮酒都会引起嗅觉下降,建议有这类不良习惯的人尽早

戒掉,保护嗅觉。

专家提醒:鼻炎发作时不要随意使用药物,要在医生指导下合理用药,否则会导致药物性鼻炎的发生。想要保持嗅觉的活性,平时可以多闻一些新鲜的气味,能够有效刺激嗅觉细胞。

据《生命时报》

超市不到10元钱一袋

冻饺子能放心买吗

入冬后,北方人喜欢包饺子,大多都是自己擀皮、调馅,全家齐上阵,其乐融融,自己包的饺子才最好吃。然而,也有一些偷懒的人,不愿自己动手,喜欢买冷冻饺子,回家直接煮一煮就行了。

因此冷冻饺子还是不愁卖的。超市里的冷冻饺子有很多种,不同的牌子不同的馅料,为何价格差距那么大?比如知名某水饺一袋16.9元,而不知名的小牌子一袋才6.9元,足足差了10元,到底差在哪儿呢?要知道6.9元还不够买一斤肉呢,为啥这么便宜?难道用了“劣质肉”?

一位在食品厂工作的人称,之所以冷冻饺子只卖6.9元,主要是以下几点原因:

原材料便宜 我们自己包饺子,买肉买菜属于零售价,食品厂生产饺子,都是一次买成百上千斤肉和菜,会有批发价,要比零售价便宜很多。

肉的品质 大牌子的厂家,会购买比较优质的肉,比如五花肉、后腿肉等来做饺子馅。小厂家可能会买前腿肉,肉质要差一些,且成本也低不少。

馅少皮厚 饺子的所有原材料里,面粉是最便宜的,基本上一一年四季不会变化,小厂家为了降低售价,减少成本,其中一个办法就是把饺子皮做厚一点,饺子馅放少一点,这样饺子就能卖得很便宜,以低价来占领市场。

机器代替人工 如果像我们一样用手包,不仅速度慢,人工成本还非常大,需要支付一大笔工人的工资,成本自然就高了。工厂现在都改用机器来包饺子,不仅速度快,成本还低,只需要电就可以日夜工作,比工人的效率高太多了。

正是由于上面的原因,超市里的饺子才敢卖6.9元,甚至5.9元。这种饺子能不能放心吃呢?答案是可以的,只要是超市里销售的正规冷冻饺子,在食材、生产上还是有保障的,都可以买,不过肯定没有十几元一袋的好吃。

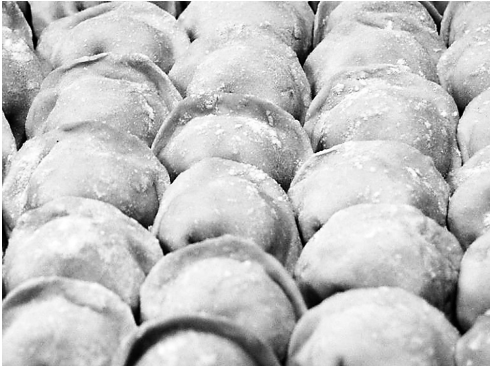
另外需要提醒大家的是,购买速冻饺子要注意以下三点:

散装饺子不能买 散装饺子是最便宜的,暴露在外面,品质下降很快,且不知道它的生产日期,有可能已经过期了。

表面有很多冰的饺子不能买 出现这种情况只有一个原因,就是饺子经过反复冷冻解冻造成的,也会使饺子的品质下降,甚至变质。

离生产日期越近的饺子越好 生产日期越近,说明饺子的新鲜程度越高,口感越好。

据光明网



疫情期间

乘坐火车如何做好防护

乘坐火车出行,要主动配合工作人员做好体温检测。

车厢属于密闭空间,人与人之间应注意保持适当距离。必须正确佩戴口罩,可选择一次性医用口罩。座位扶手、靠背、厕所门及把手等,均属于公共空间,用手触摸后不要直接接触口、眼、鼻,避免接触传播。回家后,要立即洗手。

综合