

# 一盘隔夜大肠,撂倒68岁老人

## 引发全身多器官功能衰竭,抢救无效离世

日前,浙江68岁的洪先生又吐又拉,硬扛了两天后陷入昏迷,被紧急送到医院。此时,他的“肠源性脓毒症”已经引发全身多器官功能衰竭,最终因抢救无效离世。

而这一切的罪魁祸首竟是一盘隔夜的辣椒爆炒猪大肠。医生提醒:隔夜菜真的会要命!

### 一盘隔夜大肠,引发多器官功能衰竭

洪先生跟随女儿在杭州定居多年。女儿生意繁忙,起早贪黑,常常顾不上吃饭,洪先生心疼他们,尽管自己身体不好,但还是坚持做饭。洪先生做饭有个习惯,就是前一天晚饭多做一点,做得丰富一些,第二天孩子们去工作后,他自己早饭喝点牛奶、豆浆,吃个包子对付下,中午直接热一热前一晚就烧好的饭菜。

洪先生特地做了自己的拿手好菜——辣椒爆炒猪大肠,结果周末女儿女婿生意忙,晚饭没能在家吃,三分之二的菜都剩下了。当天傍晚气温骤降,洪先生想着烧好的菜没那么容易坏,一直摆在厨房里等女儿女婿回来,也没有把剩饭剩菜放进冰箱。

第二天中午,他用微波炉稍微加热了剩下的炒大肠和米饭就吃了。午觉醒来,洪先生感觉肚子有点不舒服,紧接着开始恶心、呕吐。以为只是吃坏了肚子,洪先生找了点“蒙脱石散”吃。过了一会儿,腹泻的情况稍稍缓解,也就没当回事。没想到,当晚洪先生就发起烧来,体温最高达40摄氏度。这个时候,洪先生依旧没想到要去医院,自己在家找了“感冒灵”和“布洛芬”来吃。

周一清早,女儿发现时,洪先生已经躺在床上意识模糊,家人赶紧拨打120急救电话。

医生称,老人到医院后,情况很危急。老人被诊断为肠道感染引发脓毒症、感染性休克、体内酸碱失衡、内环境紊乱以及急性肝肾功能衰竭和呼吸衰竭等一系列的病症,被紧急送入重症监护室进行抢救。

因老人送医的时间过晚,加之他本身有严重的基础性疾病,最终全身多器官衰竭去世。

### 中毒者60岁以上的老人居多

据接诊老人的医生讲,医院急诊科经常接诊到吃剩饭剩菜引发健康问题的



患者,轻者腹痛、腹泻、呕吐,重者出现脓毒性休克,危及生命。最频繁中招的,集中在60岁以上的人群,他们往往更勤俭节约、爱惜粮食,剩饭剩菜不舍得丢弃。但剩饭剩菜一旦保存不当或时间过长,就会变成各种细菌微生物安家落户,繁衍生息的乐园,变质后的食物吃下去,病菌就会进入人体,引发疾病。

大部分人对脓毒症可能比较陌生,感染是引发脓毒症的重要因素,往往是从生活中的“不经意”开始,造成严重后果的。

医生建议,日常炒菜最好做一次性的量,不要做得太多;每次热菜时要把食物彻底热透,如食用后出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠道不适,或发热、气促等症状,一定要及时就诊,严重的感染会进展为脓毒症,威胁生命。

### 6种菜隔夜后最好不要吃

说到隔夜菜,我们要搞清楚一个问题,隔夜菜并不单指放了一夜的菜,如果放置时间超过8小时—10个小时,就应该算“隔夜”了。

隔夜菜中有毒成分增加,主要有两个方面的原因:

一是因为食物中的化学物质产生了致癌物,如亚硝酸盐,即使加热也不能去除。

二是在放置时受到了外来细菌的二次污染。

这6种隔夜菜最好不要吃:

**隔夜银耳、蘑菇** 不论是野生的还是人工栽培的银耳、蘑菇等,都容易残留很多硝酸盐。如果放的时间久了,就只能忍痛扔掉,否则可能引起肠胃不适。

**隔夜绿叶菜** 通常茎叶类蔬菜硝酸盐含量最高,瓜类、蔬菜稍低,根茎类和花菜类居中。如果同时购买了大量蔬菜,就应该先吃叶菜类的,比如大白菜、菠菜等。绿色蔬菜加工后最好在4小时内吃完,特别是夏天,如果绿叶菜实在没吃完,就应该扔掉。

**隔夜海鲜** 螃蟹、鱼类、虾类等海鲜,隔夜后会产生蛋白质降解物,损伤肝、肾功能。如果实在买多了,可以把生海鲜用保鲜袋或保鲜盒装好,放入冰箱冷冻,下次再烹调。

**隔夜汤类** 剩汤如果长时间盛在铝锅、铁锅内,就会析出对人体有害的物质。汤里不要放盐之类的调味料。煮好汤,用干净的勺子盛出当天要喝的,喝不完的,最好是用瓦锅,或保鲜盒存放在冰箱里。

**隔夜卤味** 预防食物中毒,夏秋季节吃卤味不要隔夜,即使放在冰箱里,也并非绝对保险。冰箱里易滋生霉菌,还有嗜冷菌等。

**隔夜凉拌菜** 凉拌菜在加工的时候,就已经受到了较多污染,若将它隔夜保存,即使冷藏也有可能已经变质。

据健康时报

## 如何预防花粉过敏

花粉过敏又叫花粉症,是一种过敏性疾病,主要表现为以鼻结膜炎为主的一系列症状,包括流鼻涕、打喷嚏、鼻子痒、鼻子堵、眼睛痒。除此之外,有时还可能引起耳朵痒、嗓子痒,甚至上颚痒。个别人也会出现咳嗽、憋喘等症状。

花粉过敏的“元凶”是花粉。像桃花、杏花等这些鲜艳的花一般不会导致过敏,它们都是虫媒花,花粉颗粒比较重,一般飞不远,导致过敏的概率比树的花粉要小。春季常见的柏树、白蜡树、法国梧桐、臭椿、构树、杨树、柳树、榆树等树木的花粉,比较容易导致过敏。

花粉过敏症状不同于感冒。花粉过敏有一个标志性症状是鼻子痒,感冒除了鼻子症状外,还有全身症状,如乏力、头疼、头晕等,但花粉过敏性鼻炎仅局限于鼻子和眼睛。从持续时间上来讲,普通感冒通常一周左右可自愈,但花粉过敏引起的鼻炎,最短病程也要持续一个月。

在我国北方地区,3月上旬—5月下旬是春季花粉症的高发季。相对夏秋季来说,春季花粉过敏症状会轻一点。部分花粉过敏者可伴有食物过敏,有一部分食物过敏的患者,会引起严重过敏反应,甚至引起过敏性休克或者死亡。出现花粉过敏症状时,一定要引起重视,建议到医院检查。

花粉过敏是由基因决定的,只能相对改善,无法绝对根治。治疗花粉过敏,一是在过敏发作时用药控制;二是避免接触过敏原,如使用花粉阻隔剂,不让花粉接触到鼻黏膜,不诱发症状;三是进行免疫治疗,即脱敏治疗。

常规预防花粉过敏的措施包括:出门戴口罩、戴护目镜;使用花粉阻隔剂;回家后一定要及时换衣服,冲洗鼻腔,清洗脸部以及其他皮肤暴露部位;开窗通风要选择花粉浓度低、风小的时段。

传播健康知识 提升健康素养



沧州疾控

权威·及时·便捷

## 男童误食降糖药竟成植物人

日前,河南新乡1岁4个月的男童赞赞,因误食奶奶的降糖药,导致患上严重的低血糖脑病,成为植物人。

### 男童误食降糖药成植物人

赞赞在玩耍时,误食了一粒奶奶的降糖药格列吡嗪片,奶奶发现了掉在地上的药瓶,可看到孩子活蹦乱跳地在玩,就没有放在心上。直到第二天凌晨4点多,赞赞妈妈发现孩子两眼发直、浑身抽搐,紧急将孩子送往医院。

因耽误的时间太长了,低血糖引起了严重脑水肿和药物中毒,活蹦乱跳的孩子成了植物人。

医生介绍,赞赞脑部受损,从昏迷到植物人状态再到如今的微意识,恢复有进步了。但孩子仍然看不见、听不见、四肢无力,无法站立。

医生提醒:正常人吃降糖药危害大,误食后4小时—6小时最关键,如不及时救治,可能引发严重后果。

### 低血糖很可怕

低血糖症是儿童特别是新生儿和婴幼儿时期最常见的代谢紊乱,反复发作或持续性低血糖,可导致儿童不可逆性脑功能损害,进而造成儿童生长发育迟缓,严重者智商低下,甚至死亡。

低血糖导致脑损伤的程度,取决于低血糖的发生原因、水平及持续时间,急性发生的、持续时间越长、血糖水平越低,脑损伤越重。

严重低血糖时,人体大脑的新陈代谢将会像窒息缺氧一样停滞,持续8分钟就可以造成严重的不可逆性脑损伤。低血糖对儿童,尤其是婴幼儿的损伤大

于成人,临床及时诊断和救治极为重要。

### 孩子误食降糖药咋办

降血糖药物过量服用,会导致严重的低血糖、抽搐、昏迷,甚至可能导致死亡,经过及时处理及有效治疗,也有可能因低血糖引起大脑不可逆损伤。

很多家庭中老人都有慢性病,如糖尿病、高血压等,以致近几年孩子误食降糖药、心脑血管药的情况时有发生。这类药物对孩子的影响严重,可能会造成心律异常、血压过低、血糖过低等,甚至会危及生命。如果确认服用了这类药,就应立即送医院进行处理,误食后的4小时—6小时非常关键,及时进行催吐、洗胃等处理,避免出现更加严重的并发症。

为了防止类似悲剧发生,最好的办法是避免孩子直接接触药品,应将药品放入柜子,安上安全锁,或儿童不能接触到的地方。万一孩子误食成人药,家长也要谨记将错吃的药物或药瓶及说明书带上,立即送医。

### 家长应记住这些细节

喂孩子吃药时不要骗孩子说是糖,年龄小的孩子可能信以为真,偷吃药物。不要当着孩子的面吃药,年龄小的孩子可能会模仿成年人。

把所有的毒物、药物放在孩子拿不到的地方。

定期清理过期药物。不要用原来盛食物的容器来装药物、毒物。

费吟梅