

关窗户开空调做饭,一家5口中毒

医生:密闭空间使用燃气灶,易产生大量一氧化碳

近日,浙江温州市中西医结合医院接诊了一起罕见的夏季一氧化碳中毒病例:一家5口紧锁门窗开着空调做饭,不料导致全家一氧化碳中毒。幸运的是,患者一家及时就诊,并于当天接受了高压氧治疗,目前情况稳定。



1 开着空调,门窗紧闭,导致一氧化碳中毒

近日一天晚上,陈先生一家人聚餐,大家在享用美食时一切正常。然而,到了清晨5点左右,家人纷纷出现头晕、恶心、呕吐的症状,紧急赶往浙江温州市中西医结合医院就诊。

起初,一家人以为是食物中毒。但检查结果让他们大吃一惊:一家人竟

然是一氧化碳中毒。经过血液检查显示,提示陈先生一家碳氧血红蛋白升高,比正常值高了12.8%。

面对医生的诊断,陈先生难以置信。他回忆当时一家人只是在家中

他们家里一天都开着空调,且门窗紧闭。

医生分析,中毒原因或许是因为他家使用燃气灶且在密闭空间,导致氧气含量下降,加上燃烧不充分,产生了大量一氧化碳,加上通风不良,所以导致意外中毒。

2 3个月接诊10名患者,夏季高发

据统计,近3个月的时间,上海浦东新区人民医院已接诊了10位一氧化碳中毒患者,原因多为夏季炎热,开空调后门窗紧闭,环境不通风或燃气使用不当等引起中毒。

近日,在上海浦东新区人民医院急诊抢救室,120急救车送来了两名神志不清的年轻小伙儿,两人均有恶心呕吐、呼吸困难等症状。接诊医生详细询问了一同前来的室友关于两名小伙儿的情况,并立刻对患者进行了检查,通过CT、血糖、血气分析等相关检查后,最终诊断两位均为一氧化碳中毒。

原来,近期天气炎热,他们在出租

屋内将门窗关闭,打开空调,将灌装液化气搬至比较凉快的房间煮面。当明火被锅中沸出的水熄灭时,液化气未及时关闭……当室友下班回家时,发现他们早已神志不清,于是立即拨打了急救电话。

上海浦东新区人民医院急诊与重症医学科副主任医师赵庆忠指出,急性一氧化碳中毒俗称煤气中毒,它是一定时间吸入一定量的一氧化碳所致的急性缺氧性疾病,以脑缺氧症状最为突出。主要原因为通风不良、未正确使用取暖炉具、煤气泄漏等导致的意外中毒,也包括煤矿瓦斯爆炸等。

一氧化碳中毒主要表现为各系统缺氧症状,中毒越严重,表现也越严重。与患者吸入一氧化碳的浓度、暴露在环境中的时间以及自身健康状况有关。轻度中毒以脑缺氧为主要表现,会出现头晕、头痛、眼花、耳鸣、恶心、呕吐等症状。中度中毒是在轻度中毒症状基础上,出现面色潮红、乏力、多汗、昏迷或意识模糊等症状。重度中毒患者出现肺水肿、脑水肿、昏迷、意识障碍、四肢阵发性或强直性痉挛等。多有脑水肿、肺水肿、心肌损害、心律失常和呼吸抑制等,严重者可造成死亡。

3 一氧化碳中毒后,应采取哪些急救措施

在保证自身安全的情况下,立即开窗通风,迅速将病人移离中毒现场至通风处,松开衣领、清除口鼻中异物保持呼吸道通畅。

对心肺骤停患者立即给予人工呼吸及胸外按压。呼叫120及时送医,

积极高压氧治疗,减少迟发性脑病和中枢神经系统损害的发生。

医生提醒,不管是寒冷冬季,还是炎炎夏日,都不能掉以轻心,要积极做好一氧化碳中毒的预防。比如:保持通风、正确安装和使用设备以及定

期检查设备、避免在密闭环境中使用炭火、安装煤气报警器、加强宣传教育等。采取有效的预防措施以及正确的设备使用方法,尽可能避免一氧化碳中毒的发生。

宗合

辅导孩子作业,家长竟气到“中毒”

医生:大部分患者不需要药物干预

“医生,我感觉不行了,胸闷还呼吸困难!”最近,家住上海市嘉定区南翔镇的徐女士因辅导暑期作业与孩子发生争执,出现胸闷、呼吸困难、四肢麻木、肌肉僵直等症状,被送往南翔医院急诊救治。

经诊断,徐女士为过度通气综合征,俗称呼吸性碱中毒。

“纸袋呼吸法”可治疗碱中毒

“呼吸中枢受到刺激,导致呼吸加速,从而引发过度通气,有的人甚至

会出现胸痛、心悸、肢体麻木等症状。大部分患者不需要药物干预,在医院进行吸氧治疗、心理疏导,即可缓解症状。”南翔医院急诊科护士长杨艳华表示。

据介绍,过度通气综合征是一种情绪应激状态,剧烈运动或情绪激动时容易出现。一旦发生这样的情况,可以使用“纸袋呼吸法”,即用一个纸袋罩住口鼻部,在纸袋内呼吸,增加二氧化碳吸入量,从而缓解症状。如果症状不是非常严重,还有更简单的方法,就是戴上口罩呼吸,也会起到一定治疗作用。

严重者可出现生命危险

医院急诊科主任张超表示,虽然大部分呼吸性碱中毒预后良好,但是严重者可出现生命危险。因为碱中毒可导致患者体内血钾下降,发生致命的心律失常,所以说,“气死人”这种事是可能发生的。

医生提醒,生活中一定要放平心态,长期焦虑会影响健康。辅导作业虽然“虐心”,但是还是希望宝爸宝妈们及时调整好自己的情绪。

据光明网

健康

微观点

刷牙不刷舌苔可能引发口臭

有些人一张嘴,“口气”总是很大。你可能会将口臭与肠胃差、吸烟等挂钩,却忽略了一个引发口臭的细节:刷牙时不刷舌苔。

舌头表面有一层淡淡的白色物质,被称为舌苔,它是舌头脱落的上皮细胞、食物残渣以及细菌等物质的混合物。

舌头上有很多不同形态的舌乳头,这些结构为细菌和食物残渣的存留提供了有利条件,加上口腔本身温暖潮湿,极易繁殖细菌,造成口臭等问题,严重者甚至会诱发口腔、呼吸道等疾病。

舌苔不断形成的同时,也会随进食、漱口或唾液的冲刷不断脱落。但口腔卫生差的人常常有很厚的舌苔,细菌生长更加旺盛,口臭比较明显。

研究表明,舌背(尤其是靠近舌根部)的舌苔是口腔内挥发性硫化物最集中和产生最多的地方。

健康的舌面颜色应是粉红色,且覆盖一层淡白色物质。

如果颜色有变,甚至从淡白色变成了黄褐色,就说明舌苔已经非常厚了,必须及时清洁,每天清洗可将风险降到最低。

——生命时报

心情不好公园散步可缓解焦虑和抑郁

近日,华中科技大学同济医学院公共卫生学院团队在《自然》子刊《自然·精神卫生》上发表了一项研究发现,长期居住在绿色环境中可以降低抑郁症和焦虑症的发生。经常接触绿色环境,在减少生理应激和改善心理健康方面发挥了重要的作用。

研究结果发现:在公园自然环境中散步后的大脑杏仁核区活动显著降低(压力、焦虑负面情绪降低);而在城市环境散步前后,大脑杏仁核区活动不变(压力、焦虑负面情绪没有改变)。

也就是说,如果你不开心、压力大,有一些焦虑和抑郁时,多去公园等自然环境中散步能减少和缓解压力、焦虑、抑郁等负面情绪;而如果去逛街或在城市商业步行街散步,并不能帮你缓解压力、焦虑、抑郁。

——健康时报

夏天心脏易“失控”休息不足出汗多是诱因

细心的人可能发现,天气一热,就会变得容易急躁,而心脏和人的脾气同理,到了夏天很容易“失控”。

无论是中医还是西医,都表达了相同观点:夏天更容易心律失常。

房颤、早搏、心动过缓……它们都有一个共同的名字——心律失常,通俗地讲可分为跳得快、跳得乱以及跳得慢3种情况。

天气炎热时,大脑的情绪调节中枢容易受环境影响而波动,使交感神经兴奋,从而引起血管收缩、心跳加快等反应。

夏季昼长夜短,人们的睡眠时间普遍减少,休息不足,加上出汗较多,可能影响电解质平衡,诱发心律失常。

——生命时报

健康

2024年7月21日 星期一
责任编辑 马玉梅
技术编辑 乔文英

13

沧州晚报

健康热线: 3155679