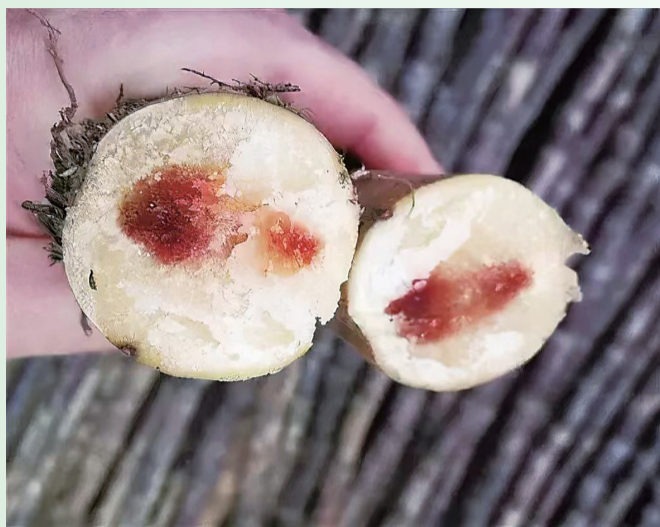


食用“红心”甘蔗,多器官衰竭

医生:甘蔗一旦被霉菌侵袭,它的每一个部位都已经被“污染”

俗话说,“冬吃甘蔗赛人参”。甘蔗口感清甜且清热解毒、生津止渴,深受人们喜爱。

当下正是甘蔗上市的季节,大家在品尝这份甘甜的同时,也需要多加注意。一旦吃不对,甘蔗就可能变成致命的“毒药”。因吃甘蔗中毒进医院的事件也时有发生。



1 食用“红心”甘蔗,女子多器官衰竭

近日,杭州53岁的王女士晚饭后吃甘蔗时,发现味道不太对:吃起来不脆、有些发糠,甜中略带着一股酒酸味,甘蔗内部呈淡褐色。当晚临睡前,她有些恶心、开始拉肚子。

4天后,王女士呼吸困难、皮肤湿冷、意识模糊,随后陷入昏迷,被送往医院紧急抢救。

经诊断,王女士是食用霉变甘蔗中毒、肠道感染引发脓毒症、感染性休克及全身多器官衰竭。

生活中有人常以为甘蔗内部变红会变得更新,其实甘蔗出现“红心”“黑心”是因为受到了霉菌污染,此时千万不能食用。

2 甘蔗虽味美,吃错“毒过蛇”

甘蔗的含糖量比较高、水分含量也十分充足,虽其果皮坚硬,但它在收获时往往存在切口,果肉会暴露出来,易受储存条件和运输环境的影响,存在被霉菌污染的风险。

在能够使甘蔗霉变的霉菌中,节菱孢霉菌堪称最危险的“杀手”,这种霉菌在生长繁殖过程中会产生一种剧毒的毒素——3-硝基丙酸。

这是一种强烈的噬神经毒素,中毒后最初表现为恶心、呕吐、腹泻、腹痛,随后可出现头晕、头痛、抽搐等症状,严重者可发生脑缺血坏死、呼吸衰竭甚至死亡,部分中毒患者可能出现语言、运动障碍等。

此外,甘蔗一旦被霉菌侵袭,它的每一个部位都已经被“污染”,千万不要因肉眼看不到,就去掉红色的部分继续吃。

此外,甘蔗一旦被霉菌侵袭,它的每一个部位都已经被“污染”,千万不要因肉眼看不到,就去掉红色的部分继续吃。

此外,甘蔗一旦被霉菌侵袭,它的每一个部位都已经被“污染”,千万不要因肉眼看不到,就去掉红色的部分继续吃。

3 如何分辨甘蔗是否变质

一摸 摸甘蔗的软硬度。

二看 看甘蔗的果肉是否新鲜。

三闻 鉴别甘蔗有无异味。

如果发现甘蔗有质软、变色、酒味、长毛、内部变红等现象,就不可食用了。此外,买来的甘蔗建议当天吃完,不要放到次日或第3天再吃。

甘蔗食用禁忌:

1.甘蔗含糖量较高,又性寒,脾胃虚寒、糖尿病患者和血糖偏高的人群不宜食用,普通人群也不宜过量食用。

2.儿童如不会吐甘蔗渣,吃甘蔗

时易呛到喉咙,有窒息风险,食用时一定要小心。

甘蔗甘甜可口,但应注意识别霉变甘蔗谨防中毒。一旦食用后感到身体不适,应及时就医。

据杭州日报

男子下肢瘫痪,竟是颈椎惹的祸

医生实施手术,让他重新站立行走

本报讯(记者 马玉梅 通讯员 韩雪)“两年多来我四处求医,来的时候坐着轮椅,现在都能下地行走了,真是太高兴了!”昨天,记者采访时,来自黑龙江的刘先生兴奋地说,特别感谢沧州市人民医院疼痛脊柱微创科的医生让他恢复正常。让刘先生没有想到的是,他无法行走的原因,竟是颈椎惹的祸。

据沧州市人民医院本部院区疼痛脊柱微创科的主任柯磊介绍,11月25日,黑龙江77岁的刘先生被女儿用轮椅推着来到医院就诊。刘先生说,他两年前双腿麻木、无

法走路。他去过很多地方,医生都是按照腰椎疾病给他治疗,两年多都没有效果。

几天前,他慕名来到沧州市人民医院疼痛脊柱微创科就诊。

入院后,医生为刘先生做了检查,发现刘先生的四肢本身没有任何问题,真正的病根是他脖子上的脊髓,脊髓里有大量管控运动的神经,被长期压迫后发生了形变,刘先生得的是脊髓型颈椎病。鉴于刘先生年龄大、病情严重,医生为刘先生制定麻醉方案,采用微创手术,一小时就彻底解决了困扰刘先生的问题。

手术第二天,刘先生就能下地活动了。

医生提醒大家,平时应注意保护好颈椎,要防寒保暖。不良坐姿及卧姿也是颈椎退变的常见诱因,尤其对于长期伏案工作者。在日常生活中应挺胸、直背,维持正确的颈椎弧度。不要停留在一个姿势太久,会给肌肉造成较大负担,应每隔1小时—2小时适当休息,活动一下颈部。

卧姿不当尤其是高枕或者不枕枕头,也可以加重颈椎间盘的负荷,加速退行性病变发生和发展,从而导致颈椎病。

耳朵总发痒,警惕5种病

耳朵痒了,很多人会选择掏一掏,可掏了半天什么都没掏出来。医生指出,让耳朵痒的不只是耳屎。

耳朵痒有以下几种常见原因:

真菌性外耳道炎 多数认为由真菌感染所致常合并细菌感染,在高温、潮湿的季节更为多见,主要表现为耳朵里面发痒,夜间有加重迹象。

外耳道湿疹 外耳道湿疹是一种常见的皮肤病,主要特征是瘙痒,容易复发,分为急性和慢性两类。急性湿疹局部发痒并伴烧灼感,多见于婴幼儿。

螨虫 耳朵的结构比较复杂,平时很难清洗,这就可能会给螨虫进入耳道的机会。这种情况大部分与床单、被套、枕套上有螨虫有关。

过敏反应 过敏反应无处不在。食物过敏、花粉或尘土过敏者可能会出现耳朵上的表现,例如耳朵发痒、外耳道湿疹、耳朵上出现碎屑或液体渗出等。特异性过敏患者在接触某种过敏原时出现耳朵痒、肿胀、充血等症状。

外耳道异物 洗头、梳头、剪头时,有比较短的头发进入外耳道内,进而引起患者耳部痒感、耳部疼痛、耳部不适,严重时会引起外耳道发炎及耳鸣、耳痛等症状。

此外,干性皮肤的人以及老年人可能因皮肤过度干燥而感到瘙痒。

——生命时报

膝盖疼还能锻炼吗

当膝盖受伤或者不明原因地感到疼痛时,有时候医生会建议你先不要做太大范围的活动,以免加重症状,而有时候医生会鼓励你适当活动,不要有太多顾虑。

对于膝关节不适,到底要锻炼还是静养,要听医生的专业指导意见。

什么时候要锻炼

膝关节就像齿轮一样,如果长时间不活动,就会逐渐退化。只要活动不会使膝盖疼痛加重,一般医生都会鼓励病人保持适度活动。

锻炼对膝关节的好处非常多,通过关节的转动,可以更快地把局部的肿胀和炎症除掉,加强关节周围的韧带与肌群的力量,从而减少膝关节的负荷。

一般而言,膝骨关节炎的病人每天可以做30分钟左右的低强度有氧运动,每周做两次肌肉力量训练以及每周3次平衡锻炼。这样膝关节的功能会不断得到改善,一时的疼痛也会因锻炼而尽快得到缓解。

什么时候要静养

尽管锻炼对膝关节功能的恢复具有非常重要的作用,但如果在运动时膝关节感到来自关节内的疼痛,就应该停下运动,给关节足够的时间静养恢复。

一般刚刚受伤后的几天和关节炎急性期关节红肿热痛的时候,都不建议做锻炼,此时的主要任务是止痛和消除局部的炎症,而锻炼非但不能有助于症状改善,还会使局部炎症加重。

静养到恢复运动的过渡期,可以去游泳池开始恢复训练。无论是游泳还是在泳池里走路,浮力都会减轻膝关节运动时的负担,水流的阻力还能帮助肌肉加强力量。

——健康时报