

婴儿严重腹胀，原是喝蜂蜜水中毒

医生：1岁以下的婴儿不宜食用蜂蜜



1 宝宝出现严重腹胀，竟是肉毒杆菌中毒

近日，河南省儿童医院接诊了一名仅52天的宝宝小林林(化名)，小林林出现严重腹胀，还出现了呼吸困难，情况十分危急。

医生迅速为小林林进行气管插管和机械通气，解决了呼吸问题。然而，孩子的腹胀症状仍未缓解，且瞳孔对光反射消失，病情复杂。会诊后，专家一致怀

疑小林林为肉毒杆菌食物中毒，仅52天的宝宝为何会肉毒杆菌中毒?经询问发现，小林林的奶奶在喂水时，担心白开水没有味道，便加入了蜂蜜。

2 小于1岁的婴儿，喝蜂蜜水或致中毒

蜜蜂在采取花粉酿蜜的过程中，很有可能会把被肉毒杆菌污染的花粉和蜜带回蜂箱，因此蜂蜜中含有的肉毒杆菌芽孢非常高。肉毒杆菌的芽孢适应能力很强，它在100摄氏度的高温下仍然可以存活。

肉毒杆菌主要栖息于土壤和灰尘中。肉毒杆菌中毒是细菌性食物中毒中最凶险的一种，其症状主要有：病初表

现为头晕、头痛、全身无力，尤其以颈部无力最明显，因而抬头困难；继之有四肢麻木、舌头发硬；最终可因呼吸肌麻痹造成呼吸衰竭，这也是引起本病死亡的主要原因。

蜂蜜在酿造、运输与储存过程中，易受到肉毒杆菌的污染。成年人的肠道拥有强大的免疫和防御系统，可以消灭这些肉毒杆菌孢子；而小于1岁的婴儿

肠道环境十分脆弱，抗病能力很差，吃进去的肉毒杆菌容易在肠道中繁殖，并分泌肉毒素，从而可能引起食物中毒，严重者甚至有致命威胁。

医生提醒，1岁以下的婴儿不宜食用蜂蜜。蜂蜜中可能含有肉毒杆菌孢子，即使高温加热也难以完全杀灭。此外，家长在喂养婴儿时，应遵循科学喂养原则，避免因不当饮食引发健康风险。

3 这些食物不能给孩子吃

给孩子喂水，可谓是中国家庭中最常见的育儿误区了。不仅是爷爷奶奶，有时候连爸爸妈妈也搞不清楚孩子到底多大才能喝水。

母乳是6个月以内宝宝最完美、最营养的食物，含水量达到85%—90%，只要宝宝母乳喝够量了，就无需额外喂水。

婴儿胃容量超级小、肠胃功能稚嫩，喝进去多余的水会影响母乳的进食量，还可能造成电解质失调。

研究表明，一般在宝宝开始接受辅食后，也就是6个月以上，就可以喂些水了。这些东西千万别喂给孩子：

酒 2016年2月，小思在二伯的哄逗下喝了一两多米酒后便昏睡不醒，并出

现呕吐、抽搐等症状，被紧急送往医院。

此后几个月里，小思被家人带着辗转4家医院求医，诊断结果是小思因酒精中毒导致脑损伤和癫痫，目前智力、运动、语言发育迟滞，相当于1岁幼儿发育水平。

茶 不建议给6岁以内的儿童喝茶水，因茶中的咖啡因等可能导致中枢神经系统兴奋，影响睡眠。另外，茶中的鞣酸会引起消化道黏膜收缩，影响营养物质的吸收及食欲下降，出现消化不良的症状。还容易引起贫血，因此不建议给儿童喝茶水。

坚果 宝宝的吞咽反射都没有发育完善，咽下坚果时很容易噎到。如果一

边喂一边逗宝宝，就很容易就把这些大颗粒的、球形的坚果整个呛入气管，造成严重的窒息。堵住气管后若抢救不当，几分钟就可能丧命或者造成不可逆的脑损伤。

腌制品 经过腌制的食品往往会加入大量的盐，对于小宝宝的肾脏来说，负担太重了，可能会导致宝宝未来高血压。同时，一些腌制食品中含有大量的亚硝酸盐，是致癌物质，如果一次摄入量就可能致命。

海鲜 螃蟹等海鲜中含有大量的蛋白质和较高胆固醇，对于过敏体质的人来说，容易出现过敏反应，甚至出现风疹块。

据钱江晚报

烫伤疤痕反复破溃，竟被确诊疤痕癌

医生：疤痕反复破损、愈合，会增加癌变风险

疤痕很多人都有，但疤痕癌，却很少有人知道。浙江年近八旬的刘先生近日被确诊为疤痕癌。

长了近70年的疤痕，竟成大患

刘先生10岁的时候，不慎烫伤了左小腿，导致左小腿前方留下了一片10厘米×20厘米的疤痕。这片疤痕与他相安无事数十年，早已不被当回事儿。然而就在5年前，疤痕部分反复破溃、渗出，尽管辗转多家医院就诊，但创面始终无法愈合。

一个多月前，刘先生做了组织活检，结果竟提示疤痕有癌变。于是，医生建议他赶紧到宁波市第六医院整复外科寻求治疗。

医生对刘先生的身体状况进行了全面检查评估，发现他腿上溃烂的疤痕范围较广，这意味着手术不仅仅是切除肿瘤那么简单，还要扩大切除。

为了帮助老先生更好地修复肿瘤切除后的大创面，宁波市第六医院手术团队从患者左侧大腿前方切取皮瓣，移植到其左侧小腿前方的创面处，经过全程3个多小时的精细操作，手术最终顺利完成。

抠疤痕的习惯暗藏风险

听到疤痕可能会癌变，有些人惊讶之余，或许也已陷入恐慌，担心自己身上的疤痕会“中招”。医生表示，普通的疤痕如果没有反复破溃，一般就不会有癌变

的风险。大面积的疤痕皮往往很薄，在日常生活中容易破损，如果反复破溃，那么就一定要小心，务必尽快就医诊治。

很多患者遇到这种反复破溃的情况后，会选择性地习以为常，自己在家用药水擦一擦、纱布裹一裹，不愿意坚持去医院换药，这样的做法往往会导致创面迁延不愈，甚至发生癌变。

医生提醒，有些人喜欢抠身上的疤痕，甚至经常把它抠破，这种习惯是存在隐患的，要及时戒除。因伤口反复破损、愈合，会增加癌变风险。

因此，对于一些长在手心、脚心等经常被摩擦的部位，也要格外关注，一旦发现异常要及时就医。

据宁波晚报

熬夜不仅伤肝脏 更消耗甲状腺“寿命”

熬夜已经成为一些人的常态，但许多人可能并不了解，熬夜的危害远不止对肝脏的损伤，更会消耗甲状腺“寿命”。

熬夜晚睡的时候，甲状腺在经历什么?医生指出，人体几乎所有的器官和细胞都与大脑中枢生物钟相连，在光照调节下按照一定节律运转。

甲状腺激素及调节激素——促甲状腺激素的水平存在昼夜节律性波动的特点，一般在凌晨2时—4时达到最高峰，随后逐渐下降，直到白天达到较低水平。

如果保持良好的睡眠质量，甲状腺激素就会保持在正常水平。如果经常熬夜或睡眠不足，生物钟就会被打乱，导致甲状腺激素的分泌和代谢失去平衡，甚至影响细胞增殖，促进DNA损伤，从而引起甲状腺功能紊乱和结节形成。

保护甲状腺，做好这几点：
保证睡眠 保证每天至少7个小时的睡眠时间，作息规律。

科学补碘 饮食要均衡，多吃新鲜的蔬菜水果、全谷类食物等，减少加工食品和高热量、高脂肪食物的摄入。

减轻压力 如果压力过大或者持续时间过长，就会导致皮质醇慢性持续性升高，对甲状腺功能产生不利影响，诱发甲状腺疾病。

定期体检 定期进行甲状腺功能检查和颈部超声检查，尤其是有家族病史、长期熬夜、压力大等高危人群。

——健康时报

冷天频繁洗澡 抗病能力下降

晚上暖暖地洗上一个热水澡确实舒服，但寒冷天气，是许多疾病的高发期，如果洗澡过于频繁，就很可能带来健康隐患，尤其是体质虚弱、气血不足的人。

医生表示，冷天频繁洗澡易使人体内部阳气外泄，导致抗病能力下降。

频繁洗澡可使人体免疫力下降，易着凉感冒，甚至引起支气管炎、肺炎等呼吸道感染疾病。

洗澡过多会打扰气血收藏，使五脏六腑、四肢百骸、肌肤腠理得不到气血温煦和滋养，特别是本身就气血亏虚的人，“血虚易生风生燥”，易引起皮肤瘙痒、起屑等。

洗澡时热水“冲刷”身体，潜藏于人体深处的阳气向外、向上散发，肝阳上扰清窍，神失所守，易引起中风；人体也会因为气血流动加快而出汗，汗为心之液，气随汗泄可引起心阳暴脱，诱发心梗。

当然，建议少洗澡不是不洗澡。天冷人们出汗少，一周洗2次—3次即可。

冷天宜少洗澡，可以经常泡脚，不但能解除疲劳，改善睡眠，而且可通过五脏六腑的反射区和沟通全身经脉促进气血运行，调节和温养各脏腑组织功能，达到防病、提高机体抵御疾病能力的目的。

——生命时报