

好奇尝口“叶子”结果中毒

医生：误食“滴水观音”要第一时间送医救治



本报讯(记者 肖凯 通讯员 官笑涵 戴红燕 陈丽)男孩一时好奇,摘下绿植的叶子尝了一口,没想到竟被“毒倒”了。经武汉儿童医院医护及时抢救,男孩顺利脱险,于6月18日平安出院。专家提醒:滴水观音全株有毒,外观容易与芋头混淆,如果孩子误食,要第一时间

送医救治。上周日,4岁男孩川川(化名)跟着爸妈去别人家做客,大人在客厅聊天,川川就自顾自地在阳台玩耍,突然被一盆碧绿的滴水观音吸引了目光,见叶尖滴着汁液,川川好奇地摘了一小片叶子,想尝尝是什么滋味,却只感觉一股怪味蔓延在舌头上,赶

紧吐了出来。没过几分钟,川川就觉得嘴巴刺痛,舌头发麻,喉咙也有些发紧。

得知川川误食了盆栽叶子,妈妈连忙让他喝了一大瓶牛奶催吐,并迅速送孩子来到武汉儿童医院急诊科。期间川川呕吐了一次,感觉胃里还在翻腾,不适症状没有缓解。在急诊科洗胃之后,川川以“物质毒物反应”被转入重症医学科接受进一步治疗。

重症医学科程行锋医生回忆,川川被送入ICU时,表情痛苦,口角流涎,嘴唇肿胀,直喊喉咙痛。好在经检查,除心电图结果显示有窦性心动过速外,肝肾功能、电解质、心肌酶、乳酸等无明显异常。在全程心电监测及血氧饱和度和监测下,川川接受了导泻通便、抗过敏药物、护胃等一系列治疗,以缓解中毒症状。

第二天,川川的中毒症状减轻不少,继续观察治疗了一天,到6月18日复查时,身体已经

恢复健康,各项指标均回归正常,顺利出院了。

“滴水观音又叫海芋,外观与芋头有相似之处,因而时常被人误食而引发中毒。”武汉儿童医院重症医学科程行锋医生介绍,滴水观音全株有毒,若不小心接触到它的汁液,皮肤会有瘙痒、麻木、刺痛、肿胀等表现,若误食其茎或叶,少量吞食可引起口、舌、咽喉发痒、充血肿胀,呕吐、腹泻等,若中毒严重,甚至有窒息、呼吸麻痹及心脏骤停的风险。

“除了滴水观音外,曼陀罗、万年青、夹竹桃等植物也均有毒性,因此,有儿童的家庭是不宜种植这些绿植的。”他提醒,家长也要对孩子做好宣教,在户外玩耍时,不要随便触碰或者吞食不明植物的叶片或果实。像滴水观音这样没有特效解毒剂的植物,一旦误食要立即漱口、催吐,并第一时间送医,由专业医生进行对症处理。

健康新知

营养不良有哪些信号

有很多人身体出现了一些状况,或直到生病了,才意识到是自己营养不良所导致的。其实,营养不良是有信号的。

第一个信号,头发干燥、变细容易断,可能缺乏蛋白质、碳水化合物或微量元素锌。

对策:第一,保证每天摄入足够的主食,也就是米、面之类的食物。第二,每天确保摄取150克瘦肉、一个鸡蛋、250至500毫升牛奶,补充优质蛋白。第三,每周吃2到3次海鱼,增加微量元素锌在体内的含量。

第二个信号,晚上视力比较差,可能缺乏维生素A。

对策:第一,多吃胡萝卜和猪肝。第二,多吃新鲜的水果,比如樱桃、芒果、柑橘。

第三个信号,经常性的皮肤瘙痒、口腔溃疡、舌裂、嘴角干裂,可能缺乏B族维生素。

对策:主食要粗细粮搭配,配菜要荤素搭配。如果有吃素的习惯,应注意多吃些豆类制品和蛋类制品。

第四个信号,经常性的牙龈出血,可能是缺乏维生素C。

对策:大量进食新鲜蔬菜水果。

第五个信号,味觉减退,可能缺乏锌元素。

对策:第一,贝壳类食物含有丰富的锌,比如牡蛎、扇贝,可以适量的食用。第二,每天食用一个鸡蛋150克红肉和50克的豆类。

正常补钙不会造成血管钙化

血管钙化是动脉粥样硬化、糖尿病、慢性肾病及衰老等的共同病理表现,其发生的机制很复杂,受多种因素影响,钙离子浓度在其中可能发挥一定作用,但并非直接的决定因素。只有大剂量补钙可能会对心血管造成损伤,而日常的补钙量远远达不到这个标准。因此,血管钙化者可以遵医嘱补充钙剂。

富氧水可以补氧吗

饮用水的作用是促进循环、加强代谢排除废物、保持体温及维持一定血容量。氧气在水中和血液中的溶解度其实很低,当打开瓶装富氧水的瓶盖时,水中的氧气就会释放出来,进入体内的氧气所剩无几,达不到“补氧”功效。人是通过肺来呼吸的,氧气进入肺泡进行气体交换,进而进入肺部血液,再通过血液循环到达身体各个部位。因此水中的氧气也不能很好地被人体吸收。

眼睛也要防晒

强烈的紫外线对眼睛有伤害,长期暴晒或可导致白内障,造成视物模糊、视力下降,还有视物颜色变暗、夜间视力下降、视物图像褪色或泛黄、对光线及眩光敏感等表现。

有效减少紫外线辐射对眼睛伤害的方法,就是避开直接照射,建议人们避免紫外线指数高时进行户外活动,外出时戴上宽边帽子,佩戴墨镜。

(本报综合)

腰痛继发睡眠障碍 婆婆腿抖睡不着

本报讯(记者 肖凯 通讯员 周珊)66岁的陈婆婆一到晚上就睡不着觉,每次躺平不到30分钟两条腿便不舒服,非要活动才能好受些,这一连串“怪事”从两年前便莫名其妙找上了她。起初不适感下床活动会儿就会消失。慢慢地,“停不下来”的双腿一直要折腾到次日凌晨近4点,累到人精疲力竭才能彻底安静下来。由于整晚只能断续睡2、3个小时,陈婆婆来到武汉脑科医院·长江

航运总医院睡眠中心,综合日常的症状和监测结果,老人被初步确诊患上“不宁(安)腿综合征”。

为查明病因更好地对因施治,睡眠团队反复追问患病经过,既往病史并及时完善了必要检查,排除了铁缺乏、特殊用药史、慢性肾衰竭等常规继发性因素,最终将根源锁定在陈婆婆的陈年腰疾上。原来早在8年前,老人在外旅行途中不慎外伤导致腰椎骨折,应急之下在当地医

院接受过手术治疗,此后便常腰痛不适。睡眠中心主任李清副主任医师表示,正是由于那时的腰椎骨折所致周围神经病变继发了“不宁(安)腿综合征”。

“不宁(安)腿综合征”是一种较为少见的神经系统疾病,虽不会立即致命,但严重影响睡眠质量,甚至会导致焦虑、抑郁,极大增加诱发心脑血管疾病的风险。李清介绍,此病没有特别的预防办法,可在尽早发现的基础

上,根据个体情况,遵医嘱减少诱因,延缓或有效控制病程。对此,她提醒广大市民,日常若在安静状态下,尤其是躺或坐时,下肢有蚁行感、瘙痒感、电击感等难以描述的异常感觉,有强烈、迫切想要活动肢体的冲动,经局部捶打、揉搓、下蹲、走路等活动后可短暂缓解,切勿掉以轻心,最好尽快到正规医院神经专科排查患“不宁(安)腿综合征”的可能。

天天刷手机 视网膜脱落险失明

本报讯(记者 肖凯 通讯员 马遥遥)18岁的青青(化名)是一名在校大学生,半个月前右眼看东西变得模糊。青青本来就有700度的近视,她以为是度数加深了,想着先将就一段时间,等有空了再去配副新眼镜。一周前,青青一觉醒来突然发现右眼看到的竟然发生了变形,视力也进一步的下降,她这下害怕了,于是来到武汉市中心医院杨春湖区院求诊。

在眼科门诊,接诊的副主任医师郁继国为青青进行了详细的眼部检查,发现她右眼视网膜颞下侧有巨大裂孔,视网膜脱离的范围很大已经累及到黄斑区,并且有视网膜皱褶的现象。在问诊中,郁继国主任了解到青青有高度近视,平时看手机的时间比较长,还经常在晚上用手机熬夜追剧。最后,郁继国主任诊断为孔源性视网膜脱离,需要尽早手术治疗,否则右眼将有失明的风

险。第二天,郁继国主任就为青青进行了手术,成功保住了她的右眼视力。

武汉市中心医院眼科主任项奕解释,高度近视人群的视网膜比正常人薄,因眼轴的增长而受到牵拉,脱落几率会更高。而长时间使用电子产品,会产生睫状肌痉挛、视疲劳症状,加重近视的进展,眼轴可能进一步的拉长,使视网膜变得更薄,容易造成视网膜的变性裂孔的出现,

一旦视网膜发生裂孔,就容易引起视网膜脱离,视力下降,眼前黑影遮挡。高度近视者从事剧烈运动,如过山车、蹦极、跳水等,都可能因玻璃体的牵拉而造成视网膜裂孔的出现,引起视网膜脱离,因此高度近视者需要避免做这些剧烈运动,降低视网膜脱离的风险。如果出现视力下降、视物变形、眼前黑幕遮挡感时,需要及时到眼科就诊,查明原因。

路演电影的“音乐治疗”可行吗?

6月13日,笔者观看了电影《来日皆方长》的路演,这部影片记录大洋彼岸的90后音乐治疗师刘小天用音乐疗治临终者的历程,同时也虚构了一个国内传统家庭在失去亲人前后五年的变化,给我们展示了音乐治疗在安宁疗护中的应用。15日,这部电影公演,希望我们能够了解音乐治疗。

音乐治疗绝不是有个MP3,MP4,放放音乐就可以了的,它是一门新兴的边缘学科。音乐治疗是以心理治疗的理论

和方法为基础,运用音乐特有的生理、心理效应,使治疗者在音乐治疗师的共同参与下,通过各种专门设计的音乐行为,经历音乐体验,达到消除心理障碍,增进身心健康的目的。

医生根据乐曲的节奏、旋律、速度、音调等不同,针对患者的症状开出音乐处方,这些处方有一定的镇静、催眠、镇痛、兴奋和降压作用。患者也可以根据自己的爱好和心境,在心理医生的参与下,选择适合自己的“音乐处方”。

音乐治疗对紧张、焦虑不安、失眠等症状有一定的改善作用,适用于任何人群,上述症状在焦虑症、抑郁症等心理疾病和精神疾病中比较多见,在生命末期的患者中更为突出,因此,音乐治疗对安宁疗护患者是可以起到辅助治疗作用的。

由于我国的安宁疗护还处于起步阶段,音乐治疗开展的还比较少,我们相信,随着我国安宁疗护工作的逐渐深入,音乐治疗一定会在安宁疗护中逐渐普及。

同时,我们认为,音乐治疗是不能单独开展的,一定是在做好症状控制和舒适照护的前提下进行,才能起到事半功倍的效果。

(纪光伟)



纪教授说医