

秋冬季节 谨防一氧化碳中毒

霜降,是秋季的最后一个节气,也意味着冬天即将开始。夜间温度会降至个位数,甚至接近0摄氏度。为保暖,不少人采取紧闭门窗、生火取暖、吃火锅等措施,一氧化碳中毒也进入高发期,需注意预防和提高警惕。

一氧化碳中毒是含碳物质燃烧不完全时的产物,气体经呼吸道吸入引起中毒。一氧化碳与血红蛋白的亲合力比氧与血红蛋白的亲合力高200~300倍,所以一氧化碳极易与血红蛋白结合,形成碳氧血红蛋白,使血红蛋白丧失携氧的能力和作用,造成人体组织窒息。一氧化碳中毒对人体全身的组织细胞均有毒性作用,尤其对大脑皮质的影响最为严重。

常见的一氧化碳中毒原因,最大可能是在密闭空间内使用燃气取暖、做饭,空气流通不畅,一氧化碳大量聚集,或者是在使用煤炭取暖时,煤炭未完全燃烧,导致一氧化碳中毒。此外,一些居民仍在使用直排式热水器和烟道式热水器,洗浴时若门窗关闭过紧,洗浴时间过长,同样有可能导致一氧化碳中毒。随着气温降低,一些人驾车外出,在室外长时间等待过程中,有人发动汽车,使用暖风确保车内温度。此时,若车窗关闭,暖风开放时间过久,车内空气流通不畅,可能引发一氧化碳中毒。

为防止一氧化碳中毒,在使用燃气时要保持开窗通风,并定期检查和更换连接胶管,用气完毕后要及时关

闭阀门。在使用煤炉、炭火等取暖设备时,煤炭要烧尽,不要闷盖。及时淘汰直排式热水器和烟道式热水器,不使用超期的热水器,安装热水器最好请专业人士安装。冬季洗浴时,浴室门窗不要关紧,洗浴时间不要过长。驾车时,不要让引擎空转太久,使用暖风过程要开窗通风,保持车内空气畅通。在饭店或家中使用木炭等吃火锅时,一定要注意室内通风。

实际生产生活中,一旦发现有一氧化碳中毒者,要立即展开救援,尽快将中毒者带离中毒环境,转移至空气清新、通风的地方。中毒者应安静休息,避免活动后加重心肺负担及增加氧的消耗量。要给予中毒者充分的氧气。对中毒较轻的病人,可以让他喝些浓茶、

鲜萝卜汁和绿豆汤等,帮助缓解中毒症状。神志不清的中毒患者必须尽快抬出中毒环境,平躺下,解开衣扣和裤带,保持呼吸道通畅。检查中毒者呼吸、脉搏、血压情况,进行相应的紧急处理。若中毒者呼吸心跳停止,要立即进行人工呼吸和心脏按压。在进行上述的应急救助过程中,一定要拨打120,寻求更专业和及时的紧急医疗救治。

另外,在一些特殊住户家,或野外施工场(住)所,若整个取暖季都需要使用燃煤时,更需要提高警惕,最好在室内安装一氧化碳探测器,并定期检查,确保探测器正常运行,确保室内人员的安全。

记者 申波



省中医院膏方文化节如约而至

本报讯(记者 魏薇 通讯员 缙佳鑫 文/摄)超强的专家阵容、精心调配的膏方、方便周到的服务……10月23日霜降节气,山西省中医院第十一届膏方文化节温暖启动,广大群众可以近距离感受中医药的独特魅力,并在现场普及膏方养生知识。

当日上午,省中医院门诊大厅义诊区内,19位优秀中医专家为市民把脉问诊,提供健康指导,解答关于膏方治疗的疑问。

在呼吸与危重症科主任薛晓明的诊台前,市民王阿姨正在咨询。她已经咳嗽了一个多月,原以为只是小毛病,谁知拖了一个多月都没有好转。薛主任介绍说,最近气温变化大,不少市民都出现了呼吸道疾病,其实都是体内有寒气,归根结底还是体质跟不上了,需要及时调理,否则可能会拖成慢病。

在膏方文化展示区,止咳平喘、健脾补肾、安神通络、调理慢性病……不同功效的膏方琳琅

满目,均由经验丰富的中医师熬制而成。中医师还制作了膏方棒棒糖,将传统药材与现代食品工艺相结合,既保留了药材的保健功能,又兼顾口感,方便小朋友食用。对于膏方的选择,中医专家表示,膏方的精髓在于“一人一方,辨证调养”,要根据个人体质不同,开具个性化专属膏方。为了方便市民,此次膏方文化节,省中医院开通了免费邮寄服务,患者只来一趟,就能享受到优质的服务。

我市新增6个省级临床重点专科

本报讯(记者 刘涛)市卫健委10月25日发布消息,我市的北大医院太原医院(太原市中心医院)心血管外科、太钢总医院神经外科、太原市妇幼保健院儿科被确定为省级临床重点专科;北大医院太原医院(太原市中心医院)急诊医学科、康

复科,太原市妇幼保健院妇科被确定为省级临床重点专科(核心专科)培育专科。

临床专科能力提升是医院发展的根本,是彰显我市医疗服务能力的具体体现。近年来,我市为进一步加强临床专科能力建设,推动公立医院高

质量发展,更好地满足人民群众的就医需求,积极开展临床重点专科创建工作,不断提高医疗服务能力。截至目前,我市共有省级临床重点专科15个,省级临床重点专科(核心专科)培育专科3个,市级临床重点专科105个。

全膝关节置换 两小时就出院

本报讯(记者 魏薇 通讯员 郝耀)市民尚女士在山医大一院接受了全膝关节置换手术,术后20分钟,她便自行从手术间走向病房。“当天术后两个小时就能出院,邻居们都不相信我已经做完手术了。”10月21日,双膝逐步恢复的尚女士开心地

说。65岁的尚女士因为持续性腿疼到山医大一院骨科就诊,被诊断为双膝关节退行性病变。9月中旬,该院骨科主任杨自权医师团队为尚女士完成了左侧人工全膝关节置换术,术后恢复良好。国庆假期结束后,尚女士准备接受右膝关节置换手术。这次手术,医生决定采用日间手术的方式,患者手术当天即可出院。手术过程十分顺利,30分钟就安装完膝关节假体。麻醉苏醒后,尚女士在医务人员和家人陪同下,走出手术室,走向骨科病房。护理团队全程一直细心照顾,术后观察两小时,尚女士办理了出院手续,回家休养。

据介绍,接受膝关节置换的大多数患者为老年人,经常合并多种基础性疾病,因此常规全膝关节置换一般术后3至7天才能出院。为进一步缩短住院时间、节省手术费用、提高患者满意度,山医大一院积极推广全膝关节置换术后快速康复理念,支持骨科开展MDT多学科诊疗关节外科手术日间化管理。

国家卫生健康委发布 老年听力健康核心信息

新华社北京10月25日电(记者李恒、董瑞丰)国家卫生健康委近日发布《老年听力健康核心信息》,旨在推动实施老年听力健康促进行动,预防和减缓老年听力损失的发生,切实增强老年人的健康获得感。

老年听力健康核心信息主要包括:远离噪声环境,科学使用耳机,注意耳部卫生,合理使

用药物,定期检测听力,及时看病就医,尽早助听干预,改善交流方式,营造适听环境,关爱听障老人。

国家卫生健康委老龄健康司有关负责人表示,听力健康是保障身体健康、生活质量和社会参与的重要基础。维护老年听力健康,能预防和减缓老年听力损失的发生,降低老年痴呆、焦虑抑郁和跌倒等风险。