

路边摊“杀手”! 老饕被它干趴,这个夏天千万要小心

春去夏来,又到了路边摊火爆的时候,啤酒、烧烤、小龙虾、臭豆腐、烤面筋奶茶,试问谁能抗拒住这色香味的诱惑。不过,和“馋虫”一起蠢蠢欲动的还有一种可怕的“杀手”,老奥(化名)就差点“折”在它手里。

61岁的老奥已在义乌生活多年。工作之余,走遍当地大街小巷,吃遍苍蝇小馆和路边摊,是他最大的爱好和享受。可是从4月下旬开始,他出现了食欲减退、恶心、发烧等症状。这位“资深老饕”不但迅速消瘦下来,而且浑身乏力。在当地医院,他被检测出肝功能严重异常,丙氨酸氨基转移酶(ALT)、天门冬氨酸氨基转移酶(AST)、总胆红素等指标均超过正常值好几倍甚至数十倍。经排查,他感染了戊肝病毒。

虽然接受了对症治疗,但由于老奥有血液系统疾病,其戊肝迅速呈现出重症化趋势。于是,当地医院建议他转院至浙江大学医学院附属第一医院感染病科。

浙大一院感染病科副主任医师陶然在详细了解了老奥的病史并完善相关检查后,对其进行了护肝、降酶、退黄等对症支持治疗。同时,由于老奥有血液病基础,病情复杂严重,胆红素持续升高,在排除相关禁忌证后,陶然对其进行了3次人工肝治疗。这是一种通过体外机械或生物装置暂时替代肝脏部分功能的血液净化技术,主要用于肝衰竭、高胆红素血症等严重肝病的救治。

经过17天的治疗,老奥的黄疸等指标终于下降至正常水平,肤黄、尿黄、乏力等症状也基本消失。但出院后,他还需要定期随访,进行肝功能等方面的复查。

近期,浙大一院门诊中发现戊肝患者有所增多。他们存在一些共性特点,即在饮食卫生

方面都存在较大隐患。陶然副主任医师表示,戊肝是由戊型肝炎病毒(HEV)引起的急性传染病,主要通过“粪-口”途径传播,具体包括食用被污染的食物,如未煮熟的贝类、肉类或被污染的蔬菜;饮用生水,尤其是旅行或野外活动时;接触感染者,如共用餐具、毛巾等。

与已经广为人们所熟知的甲肝、乙肝等病毒性肝炎不同,戊肝在我国曾长期被忽视,但近年来其发病率呈上升趋势,尤其在中老年人、孕妇及免疫力低下人群中危害显著。然而,在临床实践中仍会看到,部分患者对戊肝缺乏了解或重视程度不够,由此出现就诊不及时,甚至未遵医嘱导致治疗不规范、不完整等情况,有患者因此造成病情恶化而遗憾离世。

为此,浙大一院感染病科副主任(主持工作)、主任医师杨益大提醒,戊肝虽可防可控,但大家对其仍需加强认知。孕妇、慢性肝病患者、中老年人、免疫功能低下人群、有戊肝流行地区旅居史人群尤其需要警惕。当出现全身乏力、食欲减退、恶心、呕吐、腹胀,皮肤巩膜黄染(黄疸),尿液深黄、大便灰白等症状时,务必及时就医。在日常生活中,要把好“入口关”,注意饮食卫生。食物要彻底煮熟,避免生食;做到不喝生水,选择煮沸或质量可靠的瓶装水;生熟砧板、菜刀等厨具餐具分开使用;饭前便后用肥皂或免洗消毒液洗手;避免接触患者的呕吐物或排泄物。

陶然建议,由于戊肝具有潜伏期长、感染初期症状不明显等特点,如果共同生活、进餐(如家人)中有人感染戊肝,那么其他人也应格外警惕。一旦出现身体不适,应及时就医,并主动告知医生曾接触过戊肝患者,以便医生更好作出诊断。

据潮新闻

半个冰镇西瓜下肚 她上吐下泻



这段时间,西瓜等水果大量上市,医院里的急性胃肠炎患者也明显增多。宁波大学附属人民医院(鄞州人民医院)消化内科龚建德副主任医师告诉记者,不少急性胃肠炎患者是因为吃了冰西瓜等生冷食物所致,慢性胃肠炎患者夏天饮食尤其要注意。

几天前的早上,53岁的李阿姨在菜市场买了个大西瓜,到家就吃了好几块。随后,她将剩下的半个西瓜用保鲜膜包好,放入冰箱冷藏保存。下午外出回家后,她便将这半个西瓜全部吃掉。

几个小时后,她突然感到上腹部剧烈疼痛,并伴有恶心、呕吐,紧接着开始一直跑厕所拉肚子,还出现了高热。家人见状,立即将其送往宁波大学附属人民医院(鄞州人民医院)消化内科救治。

接诊的龚建德在详细检查和了解病史后,确诊李阿姨患的是急性胃肠炎,而病因正是由于短时间内食用了大量西瓜,尤其是半个冰镇西瓜。万幸的是经过医生的积极治疗,李阿姨现已转危为安。

“西瓜富含糖分和水分,是细菌滋生的良好培养基。即便将其放入冰箱冷藏,也只能减

缓细菌生长速度,无法完全阻止细菌繁殖。切开后的西瓜与空气接触,即使使用保鲜膜包裹,也无法完全隔绝细菌。如果保存方式不当,在冰箱中放置时间过长,细菌可能大量滋生,食用后极易引发肠道感染。”龚建德介绍,冰箱内其他食物携带的细菌也可能对西瓜造成交叉污染,从而增加患病风险。

此外,西瓜属寒性水果,摄入过多会刺激胃肠道。尤其是冰镇西瓜,可能导致胃肠血管骤然收缩,抑制消化液分泌,引起胃肠功能紊乱,出现腹痛、呕吐、腹泻等症状。

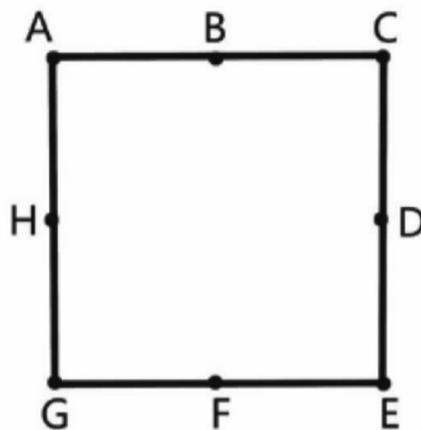
龚建德表示,这段时间他已经接诊了十几例因食用不洁或易变质食物引发肠胃不适的患者,其中不少都是因为吃了冰西瓜、生腌螃蟹或隔夜饭菜所致。特别是本身患有慢性胃肠疾病的人群,更应格外注意饮食卫生和习惯。

他提醒,夏季气温高,食物容易变质,建议现做现吃,避免长时间存放;糖尿病、肾功能不全等特殊人群应尽量减少或避免食用西瓜。一旦食用后出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热等不适症状,应及时就医,以免延误病情。

据《宁波晚报》

益智游戏

从正方形到三角形



正方形的顶点和各边中点共八个点,以其中三个点为顶点,可组成多少个等腰三角形?

数独

	1		6	7		3	2
	5		1		4		
	4	3	9			7	
	8			9		1	
7		9	3	6		8	4
	3		4				9
	7			6	3	2	
		1		3		4	
3	9		7	4		8	

在空白格填入数字,使其每行、每列、每一个粗线格(3×3)内的数字为1-9,不重复。

数字方阵

已知有由1-9共9个数排成的一个3×3方阵,请用1至9共9个数填在3×3的正方形中,要求每行、每列、每条对角线上3个数的和都相等。

答案请见本期晚报