

空调吹到“毁容”？ 高温天多人中招，最小患者才6岁



小伙家里空调一晚吹不停

30岁的小郭(化名)是名程序员,怕热的他24小时都离不开空调。这天晚上,下班回到家的他浑身是汗,进门就把空调风调到最大档。为了更凉快些,他还特意把空调出风口对准了床铺的位置。

然而一大早起床,小郭刷牙漱口时发现,水竟不自觉地嘴角流了出来,镜子里的自己右脸彻底僵硬,连说话都含糊不清。

“难道是中风了?”被吓坏的小郭赶紧冲到杭州市第一人民医院就诊,被诊断为“面神经炎”,也就是常说的“面瘫”。

该医院神经内科副主任医师黄焕介绍,面神经炎是由面神经急性炎症引起的神经功能障碍。“我们脸上的各种表情,都是由面神经在指挥,当这条神经出现肿胀、受压时,信号传递就会中断,导致面部肌肉突然罢工,无法正常工作。”

中青年是面神经炎的高发人群,尤其是在夏季更为常见。

就在前一天,黄焕还遇到了一名6岁的小患者。这天妈妈发现孩子早上喂奶时,牛奶从嘴角流出,感到不对劲,带来面诊,经过反复排除,发现居然也患上了“面神经炎”。

原来,这位妈妈怕孩子热,一直把空调风对着孩子吹,这直接成了导火索。黄焕说,儿童患上面神经炎的概率不大,很可能是体内本身有潜伏病毒(如之前感冒未完全恢复),就可能诱发病毒活跃,在冷风刺激下,进而波及面神经。

杭州的盛夏已火力全开,连续多日最高气温冲破35℃,闷热的空气仿佛一个巨大的蒸笼,让不少人直呼“这条命是空调给的”。

然而,就在大家享受空调带来的清凉时,却有人因为贪凉而“中招”进了医院。

夏季发作大部分和贪凉有关

黄焕说,引发面瘫的因素不少,比如面部受凉,凉风凉水刺激、开窗睡觉等。长时间熬夜,过度劳累,造成免疫力下降也容易导致面瘫。而一些感染性病变,多由潜伏在面神经感觉神经节的病毒被激活引起。此外,如中耳炎、自身免疫反应、肿瘤、神经源性及创伤性等都会引发。

“面瘫多发于冬春季。炎炎夏日里,面神经炎之所以高发,空调冷风是关键诱因。”黄焕说,门诊中很多患者都有冷风直吹面部的经历,这是因为冷风会导致面部血管剧烈收缩,使得神经供血不足。同时,受凉刺激后,面神经会发生炎症肿胀,在狭窄的面神经管内会受到挤压,进一步加重损伤。

面神经炎的核心诱因仍是感染等因素,空调在“使用不当+个体免疫力较弱+潜在感染”的叠加条件下,可能间接增加风险。

预防面瘫,做好这几点

黄焕介绍,想要远离这些疾病,做好预防工作至关重要,就像给神经穿上“防护衣”一样。要学会正确用空调,首先要注意风向调节,避免冷风直吹头颈部,可以使用挡风板或调整叶片方向;温度控制也很关键,要保持在26℃以上,让室内外温差不超过7℃;卧室开空调时最好设置睡眠模式。

生活中要做到劳逸平衡,保证每天7小时的优质睡眠;找到适合自己的压力释放阀,比如每天花15分钟冥想,每周进行3次有氧运动;在饮食上,注意补充B族维生素,多吃深色蔬菜和优质蛋白,为免疫系统“加固”;进出空调房前,在过渡区停留5分钟适应温差,避免身体受到骤冷骤热的刺激。

同时,还要学会早期识别与做好康复管理。要留意面部麻木、耳后疼痛、味觉异常、闭眼无力等预警信号;一旦出现症状,要抓住黄金72小时,立即就医。

据潮新闻

连吃十只知了 惹来“红疹风暴”

一盘刚出锅、香气四溢的炸知了被摆上餐桌,那诱人的焦香令人垂涎。杭州人谭大哥忍不住大快朵颐,不知不觉吃了十余只。几小时后,他突感浑身不适,皮肤仿佛被无数细小的针尖刺扎,既痒又烫。他撩起袖子一看,只见手臂上泛起一片片不规则的红斑,且迅速蔓延至全身。尽管没有头晕胸闷之感,但这突如其来的“红疹风暴”让他心惊不已。

凌晨时分,谭大哥被紧急送往萧山区第一人民医院急诊室,被确诊为过敏性皮炎。原来,“野味”虽新奇,却隐藏着不可估量的风险:知了、蚕蛹、蝎子等昆虫类“高蛋白美食”,因其富含人类日常较少接触的异种蛋白,而成为过敏的高风险食物。即便经过烹饪(如油炸),也无法完全消除其致敏风险。此外,知了体表还可能携带细菌、寄生虫(如变形虫体病原),若未经过充分清洗或烹煮不透,更易引发腹泻、呕吐等中毒症状。

一旦食用后出现过敏反应,症状可能在几分钟到几小时内迅速显现:皮肤会出现瘙痒、大片荨麻疹(风团)、红肿、湿疹爆发;消化系统则可能表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻;严重时,口舌/咽喉会肿胀、声音嘶哑、呼吸困难、喘息;甚至可能出现头晕、血压骤降、意识模糊、过敏性休克等致



死性风险。

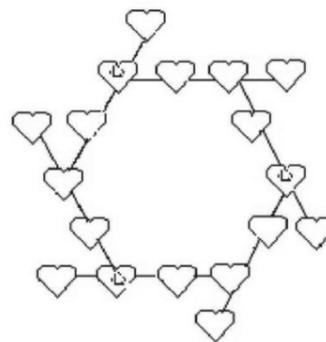
那么,哪些人应谨慎或避免食用知了呢?明确对昆虫、甲壳类、尘螨过敏者;严重肾功能不全/肾衰竭患者;痛风/高尿酸血症患者;孕妇及哺乳期妇女;消化功能较弱者(如幼儿、老人、胃肠疾病患者)和肝/肾病患者(尤其是病情严重者)。

专家提醒,若仅出现皮疹瘙痒等轻微症状,应立即停止食用,并遵医嘱服用抗过敏药物。但同时也要密切观察病情变化,警惕症状进一步恶化。

据《浙江老年报》

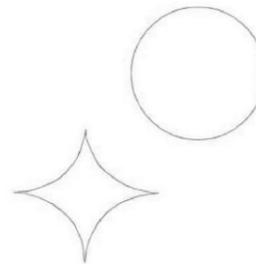
益智游戏

心连心



请在上面的图案中填入适当的字,使它们组成相关的6条成语。已知图形内已有3个“心”字,现在要求:“心”字在成语中的位置必须在第一个到第四个中至少有一个。

剪圆拼方



商人找到镇上最好的裁缝,拿出两块布(如图)对他说:“你能不能将它们各剪一刀,然后将剪后的四部分拼合成为一个大的正方形?”裁缝很快便做到了商人的要求。你知道裁缝是怎样剪、怎样拼的吗?

数独

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

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。

奇怪的花

小李买了一盆花,没想到这盆花长得非常快,以每天一倍的速度在迅猛生长。小李不得已把它放在一间10平方米的房子,没想到第8天的时候已经长满了整间屋。

请问,这盆花在第几天的时候长满了半间屋子?