

当心! 又到一氧化碳中毒多发期

专家提醒:少用炭火取暖,及时通风换气

天气寒冷,煤炉、燃气、炭火成为了家庭取暖主力,但如果使用不当,也可能成为“隐形杀手”。

日前,记者走访我市多家三甲医院获悉,目前正是一氧化碳中毒多发期。从11月至今,已有30余人因一氧化碳中毒住院。

■文、图/记者 徐国文



吕老汉经过治疗已经苏醒,医生询问其身体情况。

七旬老汉家中烤火中毒昏迷

今年70多岁的吕老汉独自一人居住在郧西县夹河镇,女儿吕女士和女婿陈先生居住在距离老人约7公里处。

12月21日10时许,陈先生来到吕老汉家中看望,刚进门,他就感觉有些不对劲,“我爸以前每天早上七八点都起床了,今天都10点多了怎么还没起床?”

带着疑问,陈先生走进了吕老

汉的房间。此时,吕老汉仍躺在床上,陈先生连续呼喊几次,吕老汉都没有反应。经过查看,吕老汉已经陷入昏迷。

陈先生见状,立即开车将老人送到了当地医院。经过初步诊断,老人疑似一氧化碳中毒。由于吕老汉病情严重,当天下午,十堰市人民医院安排救援直升机将吕老汉接回医院。

十堰市人民医院急诊科主任、

主任医师李虎年介绍,吕老汉到达医院时处于浅昏迷状态,经过相关检查,吕老汉确诊为急性重度一氧化碳中毒。

昨日,记者在十堰市人民医院急诊科见到了吕老汉。经过治疗,吕老汉已经苏醒。据陈先生介绍,冬季,老人有在家中烧煤球烤火的习惯,当天老人就在家中烤火取暖,一不小心导致一氧化碳中毒。

绝大多数患者因烤火取暖导致中毒

据李虎年介绍,每年的11月至次年3月都是一氧化碳中毒多发期。据统计,今年1月至今,十堰市人民医院共接诊一氧化碳中毒患者52起,其中重度患者6人;11月至今,共接诊15起,其中重度患者4人。

从中毒原因来看,绝大多数患者是因为烤火取暖而导致一氧化碳中毒。

从地区和年龄上来看,多数一氧

化碳中毒患者来自农村,且超过三分之二的患者年龄偏大。其中,52名一氧化碳中毒患者中,40岁以上的患者达到40人,50岁以上的达到26人。

市太和医院同样接诊了不少一氧化碳中毒的患者。市太和医院急诊科主任方志成介绍,11月下旬至今,他们已接诊近20名一氧化碳中毒患者。

常见中毒原因有5种

李虎年介绍,一氧化碳是一种无色、无味、无臭、无刺激气体,进入人体血液后会很快与血红蛋白结合,形成碳氧血红蛋白,而且不易解离,一氧化碳浓度高时,还可与细胞色素氧化酶的铁结合,抑制细胞呼吸而中毒。

引起一氧化碳中毒的原因有多种,最常见的大致分为5种,排在首位的是燃烧煤炭取暖中毒;二是燃气灶、燃气热水器燃烧不充分或泄漏;三是在封闭的室内使用炭火火锅;四是密闭的管道内停留;五是工程产生的工业废气排放不及时不彻底。

建议:少用炭火取暖,及时通风换气

如何防范一氧化碳中毒呢?李虎年建议,农村老人冬季取暖时,尽量选择电取暖器,少用煤炭取暖。即便非要用煤炭取暖,也要选择开阔区域,或者在室内点燃煤炭的同时就要将窗户打开,防止一氧化碳中毒。

其次,根据我市数据来看,年龄偏大的人群是一氧化碳中毒的高发人群,李虎年建议,如果家中有独居老

人的,儿女家属一定要做好相关方面的提醒和关心,避免出现一氧化碳中毒事故。

李虎年还表示,农村地区一氧化碳中毒多发与宣传力度不够有一定关系。建议当地村委会加大一氧化碳的宣传力度,力争户户走到,做足相关方面的提醒和检查,将危险消灭在萌芽。

雪地靴虽好 也应注意风险

医生:鞋底不宜太厚

■据《春城晚报》

天气越来越冷,不少人都穿上了厚底鞋、雪地靴。厚底鞋虽然舒服,健康风险和安全隐患也着实不小。医生紧急提醒:鞋底厚度超过3.5厘米,别穿。

鞋底厚度不应超过3.5厘米

康复科医生提醒,厚底鞋延长了阻力臂,对踝关节肌肉和韧带要求变高,且减弱了对地面的感知,影响行走稳定性。此外,厚底雪地靴会改变步行时整个下肢的力学结构,影响步行时踝膝髌的运动节律,增加受伤风险。因此建议各位爱穿厚底鞋、雪地靴的朋友们:鞋底厚度不要超过3.5厘米。

专家提醒,开车时穿雪地靴也可能会有些麻烦。因为雪地靴极易卡在油门和离合之间,使脚踩油门和刹车时动作不灵敏,很容易造成追尾,所以不适合开车时穿。

儿童不宜穿雪地靴

部分雪地靴不适合给孩子穿,有的雪地靴中绒毛长,容易造成孩子摔跤,长期穿还影响腿型发育。这类鞋新的绒毛较长,穿一段时间后鞋内空间增大了,孩子行走时足部很容易滑动,越着急跑就越打滑,难免摔跤、崴脚。

此外,有些雪地靴鞋底又厚又硬,无法做到1/3处弯折,走路时弯曲度不够,无法缓冲地面对下肢的冲击力,孩子每走一步都需要更用力地抬足跟,足部肌肉持续紧绷,肌腱与脚底筋膜也得不到充分休息,影响足弓和骨骼发育;同时,后跟软无法支撑脚跟,易引起踝关节和韧带损伤。

穿雪地靴应注意什么

购买时应查看雪地靴的产品标识。标识内容包括商标、品名、鞋号、材质、企业名称、执行标准等必要信息。

建议选用皮毛一体的雪地靴。未经特殊工艺修饰的动物皮革和人造皮革在视觉上是有区别的,前者色泽柔,后者往往光鲜炫目。拨开帮内毛绒,看里面的毛皮接合处,如果很密,毛是长在皮板上,每个毛孔均匀分布,则为皮毛一体;若有明显的编织经纬线,即为人造毛或羊毛编织在基布上。手感上,皮毛一体绒毛稠密且有弹性,人造毛绒手感虽也细密,但毛绒稀松弹性较差。

应注意鞋底材质及纹路设计。好的鞋底做工细致、光滑、无肉眼可见的气泡和胶缩现象,手感柔韧且富有弹性,而差的鞋底弹性较差,做工粗糙,手感僵硬。

为什么一氧化碳中毒患者多来自农村,且年龄偏大?李虎年表示,冬季农村取暖方式相对单一,如电暖器和炭火、煤球等取暖。其次,农村的老人出于节约电费和习惯炭火取暖等原因,很多情况下会选择在室内燃烧煤球、木炭取暖,这种情况下一旦燃烧不充分,且长时间处于密闭空间,极易发生一氧化碳中毒。

心慌、恶心呕吐、肢体乏力等临床表象。中度的急性一氧化碳中毒在轻度的基础上可能有浅昏迷或者呼吸心率的减慢,氧饱和度变差,碳氧饱和和蛋白在百分之二十到四十左右。而重度一氧化碳中毒患者表象为深昏迷,可能会出现肢体的缺血坏死、呼吸心跳骤停等严重的并发症。

李虎年表示,轻度一氧化碳中毒情况下,市民还能进行自救,中度和重度会出现意识丧失、浑身无力、无法行动的症状,一般情况下很难自救,广大市民一定要提高警惕。

如果感觉自己疑似一氧化碳中毒,要立即打开门窗,流通空气,同时尽快脱离中毒环境;当疑似房间一氧化碳气体浓度较高时,要避免明火和使用电器排烟,以免引起火灾的发生;如果身体出现一些不适症状要及时拨打120急救电话进行求助;中、重症患者应尽早进行高压氧治疗,减少后遗症的发生。