

# 夏季也会一氧化碳中毒

**本报讯** 说到一氧化碳中毒，大家想到的大多是冬季烧煤取暖不慎所致，其实在炎热的夏季也会有一氧化碳中毒事故的发生。市一医院近日就接诊了两位一氧化碳中毒患者。

连日的高温，相信大多数人都在空调房里挪不开脚步了。张先生和他的妻子也紧闭大门待在家中的空调房里，他们想着闲来无事，就架起柴火灶炒黄豆，结果导致一氧化碳中毒，双双出现意识障碍。幸好家属及时发现，并第一时间将他们送往当地医院救治。当地医院紧急处置后，张先生夫妇当晚被送往市一医院急诊科。经过急救，张先生夫妇意识转清，但两人血化验显示碳氧血红蛋白都超过20%，最后他们被送入了康复科进一步治疗。

众所周知，一氧化碳是无色、无味、难溶于水的气体，它像一位神秘的“隐形杀手”，偷偷溜进空气中，伤人于无形。一氧化碳与血红蛋白的结合能力比

氧气大200倍，一旦进入体内，会迅速和血液中血红蛋白结合形成碳氧血红蛋白，导致机体缺氧，从而影响心、肺、脑、肾等多个器官。

一氧化碳中毒在冬天比较常见，但是夏天也要警惕。一氧化碳中毒初期主要表现为头晕、耳鸣、恶心、呕吐、心悸及全身无力，随着情况加重，会出现面色潮红、脉快、多汗、全身肌肉震颤、意识障碍等症状。

**夏季一氧化碳中毒常见情况有哪些？**

1. 不正确使用燃气热水器。使用燃气热水器洗澡时，如果没有安装排烟道，洗澡时空气不流通，很容易导致一氧化碳中毒。

2. 不合理使用空调。开空调时一定要通风换气，空调在一个相对封闭的环境里面运作，空气质量实际上比我们想象的更差，开窗换气能保证室内空气新鲜。如果家中有老人孩子或者体弱多

病者，更要谨慎使用空调，避免浑浊的空气诱发疾病。同时要妥善使用家中的煤气灶等，避免做饭时开着空调导致一氧化碳混入中毒。

3. 停车闭窗吹空调。汽车发动机连续运转会源源不断地产生一氧化碳，如果未能及时通风换气，排出的一氧化碳会通过空调和车厢缝隙进入车内，当车内一氧化碳的浓度越来越高，车内人员就有可能出现一氧化碳中毒。

**如果发现一氧化碳中毒怎么办？**

首先是赶紧打开门窗，尽快将中毒者转移到通风的地方。如果对方已经处于昏迷状态，必须立刻送往医院，在搬动时要注意让患者的头偏向一侧，防止误吸呕吐物造成窒息。

(通讯员 刘璇)

## 健康建德

## 子宫肌瘤需要切除吗 或可视情况而定

**本报讯** 平时到医院体检发现子宫肌瘤的患者普遍会问：“我这个肌瘤要不要开刀？严不严重？不能吃哪些食物？平时要注意什么？”子宫肌瘤其实是最常见的良性肿瘤，恶变率为0.4%—0.8%，所以不必太过担心。

**子宫肌瘤形成原因**

1. 子宫肌瘤的形成可能是因为身体免疫力下降，由于出现其他疾病刺激子宫而产生子宫肌瘤。

2. 可能是由于内分泌失调等原因引起，女性体内激素出现紊乱可能会导致子宫局部肌纤维增生，从而形成明显的子宫肌瘤。

3. 更年期女性容易出现子宫肌瘤问题，主要是由于体内内分泌动荡等问题引发。

4. 还有可能是由于环境因素、家庭遗传因素或饮食因素等问题导致。

**哪些食物影响肌瘤**

1. 不能食用生冷、辛辣刺激、冰冻的食物。因为辛辣食物会刺激内分泌引起内分泌失调。

2. 患者一定要避免饮酒，饮酒会导致血气激增，子宫肌瘤患者的情绪就会很难受到控制。

3. 不宜多吃发物，常见的发物包括虾、羊肉、蟹、黑鱼、咸鱼、乌贼等等。这些食物中含有的脂肪量较高，而肥胖女性患上子宫肌瘤的概率会比较高。

除了以上食物不要吃以外，也不宜吃温补的保健品，经常服用避孕药的患者也要停止服用。

**查出子宫肌瘤需要手术吗**

子宫多发肌瘤，没有明显症状，只是体检时偶尔发现小于5厘米的子宫多发肌瘤，如果没有影响月经，没有腹痛、尿频、便秘，可以每3—6个月定期复查B超，暂时不需要手术治疗。假如肌瘤短时间明显增大，伴有近期明显消瘦，怀疑恶变需要及时手术。

另外的肌瘤位于子宫黏膜层，会导致月经量增多、继发性贫血，需要考虑手术治疗。

更年期女性如果有多发子宫肌瘤，影响月经量可以暂时对症治疗，等绝经后肌瘤会自然萎缩，不需要手术治疗。

日常生活中管住嘴、迈开腿、管理好情绪，可以有效预防子宫肌瘤。

(通讯员 陈春燕)

## 大洋镇婴幼儿成长驿站投入使用

**本报讯** 近日，位于大洋镇大洋村党群服务中心内的大洋镇婴幼儿成长驿站正式投入使用。

该驿站建筑面积100余平方米，内设幼儿阅读区、儿童游乐区、亲子互动区、家长学习区、母婴室等功能区块。以明亮的黄色为主色调，活动区设施以原木色系为主，母婴室配备功能齐全，还免费向婴幼儿家庭提供育儿技能指导、亲子游戏陪伴、辅食知识讲解、儿童健康管理等社会服务，硬件设施和“软”服务一应俱全。

前期，大洋镇人大代表在走访时了解到，村里有很多父母不在身边的留守幼儿，平时由长辈照顾，但长辈育儿理念较旧，再加上年纪大体力上也吃不消。对此，人大代表们提出增加农村幼托班的建议，得到了党委、政府的高度重视，在多方努力下，成长驿站正式



落地。

除了作为婴幼儿家庭日常休闲娱乐的场所，成长驿站还定期开展婴幼儿家长养育技

能提升专业课堂，为婴幼儿家庭提供科学、专业、系统的服务指导。

(通讯员 刘冰倩)

建德 全国文明城市

“讲文明 树新风”公益广告

关心关爱未成年人  
是全社会共同的责任