

职健课堂

清洗厕所竟然住进EICU?

有一种职业性中毒,生活中也会发生

这是一种被广泛用于消毒杀菌领域的气体,但同时也是一种剧毒气体,它就是“氯气”。氯气中毒一般发生在职业环境中,但生活中使用这类物品也要千万当心,不小心误吸后,很容易导致中毒。最近,江苏省中医院急诊中心接诊了一位在家中发生氯气中毒的患者,中毒不久就因呼吸衰竭住进了EICU(急诊重症监护室)。

清洗厕所时晕倒,六旬大爷进了EICU

今年5月初,家住南京的60岁王大爷(化名)在家中清洗厕所时,为了消毒灭菌,向水中投放了一些泡腾消毒片,却没想到被瞬间散发的气味刺激,不久便开始出现呼吸困难,晕倒在地。“还好我回去及时,当时一推开门满屋子都是刺鼻子的味道,他就晕倒在厕所。”王大爷的家属说起此事,仍然心有余悸。家属随即开窗通风,将王大爷送往江苏省中医院急诊救治。“患者刚到急诊时,尽管尚有意识,但呼吸困难,呛咳不适,咯吐白痰,恶心欲呕,胸闷胸

痛。”急诊科王毅军主任介绍,据家属携带的消毒片包装瓶和临床表现综合判断,王大爷应该是氯气中毒了。急诊医护人员予以化痰、抑酸护胃等治疗后,患者症状未有明显缓解,遂转入抢救室治疗。

在抢救室时,患者精神萎靡,喘促明显,呼吸频率快(40次/分),胸部CT提示两肺弥漫性病变。医护人员予经鼻高流量氧疗、甲强龙抗炎等,但考虑患者吸入性肺炎(氯气中毒)、急性呼吸窘迫综合征、呼吸衰竭,与家属沟通后收住EICU进一步治疗。

氯气中毒发病快,患者容易呼吸衰竭

在EICU,医护人员予以无创呼吸机辅助通气,1小时后,王大爷仍胸闷气喘,呼吸频率35-50次/分,立即行气管插管+有创呼吸机辅助通气,俯卧位通气改善肺顺应性,药物镇痛镇静,大剂量激素抗炎、抗氧化,液体负平衡,抗感染,辅以抑酸护胃、肠内营养支持等综合治疗。经过5天的积极治疗,顺利脱机拔管,胸部CT

显示两肺少许炎症及纤维灶,较前明显吸收减少。后续经过呼吸康复锻炼,在住院治疗10天后,王大爷治愈出院。

EICU华胜毅医生介绍,该患者发病进展很快,从出现氯气中毒,到最后呼吸衰竭进EICU仅半天时间不到,幸好送医抢救及时,否则后果不堪设想。

“氯气是一种黄绿色、有强烈腐蚀性的有毒气体,易溶于水,广泛用于化学和塑料工业等。”EICU李津金主任表示,氯气之所以能够消毒,原因就在于氯气溶于水后能够生成有消毒属性的次氯酸,次氯酸具有极强的氧化性,能够破坏细菌的细胞壁和细胞膜,还会让微生物菌中的蛋白质合成酶被破坏,最终导致细菌死亡,达到杀菌的目的。但氯气同时也是具有强烈刺激性气味的剧毒气体,当人体短期内吸入大量氯气时,会造成以急性呼吸系统损害为主的全身性疾病,即氯气中毒。

1片约等于1瓶消毒液,使用时千万要当心

氯气中毒好发于从事制造各种含氯化合物、印刷、造纸、自来水消毒等工业的人群,王大爷为何在清洗厕所时出现氯气中毒呢?

泡腾消毒片大部分都是含氯类消毒片,产品多用于游泳池、地板、厕所、餐具、衣物等漂洗消毒,王大爷所用的正是此类含氯泡腾消毒片。“1片消毒泡腾片放入1000ml水中溶解后,相当于一瓶浓度(含氯500mg/L)的消毒液。”据家属介绍,王大爷由于没有仔细阅读使用说明,一次性放入水中30多片含氯泡腾消毒片,才导致了意外的发生。

急诊科主任郭涛提醒,一旦出现呼吸困难、呛咳、胸闷、恶心等氯气中毒症状,要迅速离开有氯气的环境,到空气流通清新的地方,及时用大量的清水清洗受污染的眼睛、皮肤等,并及时送医治疗。同时,要加强安全教育,完善操作规程,按照说明书使用清洁剂,不要随意与其它清洁用品混用,使用时保持屋内通风,提高个人防护意识。 麻云

图说安康

暴雨洪水后,饮食饮水要注意

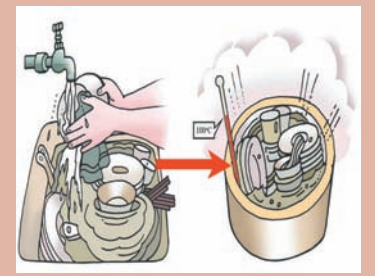
最近,多地出现暴雨、洪涝灾害,给人们的生产、生活带来影响。暴雨洪水过后,我们应关注个人的疾病预防和控制,务必做好卫生防护,特别是饮食饮水的安全。



切勿直接饮用河水、地下水等各类生水。尽量选择包装完好、未开封的瓶装水和瓶装饮料。若无瓶装水,应确保将水煮沸后饮用。



避免食用任何生食,包括水果、蔬菜,所有食物都应煮熟煮透后再食用。



不用未经清洁的水源清洗食物和餐具,餐具(碗、盘子、勺、筷子等)要定期清洁,煮沸消毒。煮饭、漱口、洗手等日常用水也应使用干净水源。



切勿食用被洪水浸泡过的食物,这类食物应立即丢弃。也不应食用淹死或病死的动物。



注意手部卫生,可用洗手液或肥皂仔细清洗手部,确保清洁。避免手脚长时间浸泡在水中,尽量保持皮肤清洁干燥,预防皮肤溃烂和皮肤病。



注意环境卫生,做好防蝇防鼠灭蚊工作,预防肠道和虫媒传染病。 来源:综合

健康讲堂

入伏啦! 高温天浑身无力当心“低钾”作祟

7月15日正式入伏。“三伏天”里,有的人为了防暑降温会大量喝水,当出现浑身没劲、双手抽搐的症状时,常常怀疑是中暑了。专家提醒,高温环境下大量出汗后,钾、钠、氯等电解质会随着汗液流失,继而出现口渴、乏力等症状。此时只补充纯净水,会加剧电解质缺乏,造成低钾等电解质紊乱。

近日,杭州29岁的程序员单先生熬夜与朋友看完球赛后开车回家途中突感不适,全身开始冒虚汗,20分钟的路开到家门口时已是满身大汗。当单先生准备下车时,发现自己下肢瘫软,无法动弹,并出现了呼吸困难。紧急就医后医生诊断为“低钾血症”,考虑单先生为甲亢引起的“低钾性周期性麻痹”。而单先生近来看球熬夜、身体疲乏明显、劳累,都是这种病的主要诱因。

钾对人体来说有多重要?南京鼓楼医院内分泌科副主任医师葛智娟介绍,心脏跳动、神经-肌肉活动、呼吸等生理功能,都需要正常浓度的钾离子来维持,其中98%

的钾离子在细胞内,正常的血清钾浓度为3.5-5.5毫摩尔/升。一旦低于3.5毫摩尔/升,就可确诊低钾血症,人会出现肌肉无力、松弛、瘫痪等症状,甚至出现呼吸肌麻痹,严重时会有生命危险。人体在长久的进化过程中,已经形成了一种叫作“钾稳态”的自身调节保护机制,血液中钾含量有波动时,能够通过调动细胞内的钾或者重吸收尿液中的钾等一系列措施,来保证血钾值的稳定。

为什么会出现低钾?一个健康的正常人,不会反复出现低钾。低钾可由三种情况导致:1.摄入不足,2.排出过多,3.钾向细胞内转移。其中摄入不足,大都是禁食或者严重的偏食导致的;排出过多可以分为两种,胃肠道排出过多,如严重的呕吐和腹泻,另外则是通过尿路排钾过多;钾向细胞内转移则是指细胞外液中的钾被转运到了细胞内。其中尿路排钾过多涉及到多种肾脏疾病和肾上腺腺疾病,钾向细胞内转移更是涉及到酸中毒、使用大量葡萄糖液、周期性

麻痹等多种疾病。所以“低钾”并不是单纯补钾这么简单,需要排除其他类疾病的可能性。

专家建议,有低钾血症发作史或是长期在高温、高湿环境下工作的人,平时多进食钾含量高的香蕉、猕猴桃、柿子、枣、杏、橙子、杨梅、苹果等水果,以及菠菜、芹菜、甘蓝、香菜、山药、毛豆、莴笋等蔬菜,还应注意避免使用利尿剂、糖皮质激素类药物、甘草类护肝药等可导致低钾的药品。

需要注意的是,钾含量较高的食物也不可过量食用,特别是老年、糖尿病及应用保钾利尿剂和某些类型降压药的患者,最好先行体检,排除肾功能问题,否则过多食用高钾食物反而容易引起高钾血症,同样有生命危险。同时,日常也需劳逸结合、合理饮水、适度运动,特别是大量流汗后切忌短时间内大量饮水,这些做法同样是维持钾离子浓度在正常范围的重要手段。另外,高风险人群应当定期检测血钾水平,在医生的指导下合理用药。 王春霞

安全隐患随手拍

加装法兰防护罩,让化学品输送更安全

存在隐患 管道泄漏,强碱喷射灼伤人。  
整改建议 加装法兰防护罩。  
整改情况 采购部按规格购买了法兰防护罩,在法兰连接处加装。举一反三,对公司7处化料台的法兰连接均安装了相应规格的防护罩,确保化学品的使用安全。

江苏欧化纺织有限公司 张国健 (江苏省总工会劳动和经济工作部供稿)



马益民主任医师(右一)手术中

“得了这个肿瘤是不幸的事,但幸运的是能有马主任这样优秀的医生给我做手术,感谢省人民医院,感谢马主任团队!”近日,在江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院、江苏省妇幼保健院)骨科骨与软组织肿瘤病区,现年57岁的刘女士(化名)说。她因腹膜后肿瘤入院接受手术治疗,现在手术做完,整体恢复良好。“希望通过我的故事能让大家更多地

医线传真 腰痛查出“体内炸弹” 仁医妙手成功拆除

了解腹膜后肿瘤,虽然它像个不定时炸弹藏在我身体里,但它不是绝症,不要害怕它。”刘女士如是说。

据了解,前不久刘女士突然感觉腰痛,在家附近的医院做了腰部核磁共振检查,医生说她肚子里有个东西,建议到大医院看看。刘女士的儿子带着母亲赶紧前往当地省城的三甲医院就诊,专家会诊认为肚子里面的肿块可能是神经起源的肿瘤,但因为紧贴腹盆部大血管,万一手术过程中损伤到了大血管,出血会非常多,手术风险特别大。一家人对做不做手术非常纠结,此时,刘女士的女儿打听到江苏省人民医院骨科马益民主任医师是做腹膜后肿瘤的专家,便决定到省人医来看看。

马益民主任医师表示,腹膜后肿瘤多数位置深、周围血管密集、解剖结构复杂,手术空间

狭小、难度高、风险大,“刘女士这个肿瘤的位置确实不好,紧贴髂血管,但由于肿瘤还没有完全包裹血管,只是压迫推挤血管移位,有手术机会的,也有风险,但对我们来说,风险可控。”马益民主任医师说。“听到马主任的话,我松了口气,我妈终于有救了!”刘女士女儿回忆道。

6月28日,手术按照计划准时展开,手术团队中的高峰副主任医师介绍,“这场手术还是难度比较高的,因为肿瘤紧靠血管,如果说肿瘤是‘炸弹’,这根血管就是‘引线’,我们要做的就是‘拆弹’的同时不能碰到这根‘引线’,因此需要手术医生抽丝剥茧地完成,由于我们团队此前有很多难度类似或者更高的手术经历,因此我们在万全的准备下,还是很有信心可以攻克。”手术期间,马益民主任医师小心翼

翼地分离,历时90分钟,经过全体医护人员的共同努力,直径5厘米的肿瘤被成功完整切除!

马益民主任医师介绍,腹膜后肿瘤紧及血管常见有三种情况,“一是血管来源肉瘤,肿瘤起于大血管,如髂静脉平滑肌肉瘤;二是肿瘤包绕大血管,如腹主动脉旁去分化脂肪肉瘤;三是大血管内肉瘤瘤栓,如大腿腓神经肉瘤反复复发生下腔静脉瘤栓,刘女士的肿瘤就属于第二种”,马主任表示,由于跨越多个学科,一般三甲医院医生面对这类患者感到较为棘手,“遇到这种病人,我们通常会术前进行多方位评估,如建立3D虚拟模型、模拟手术,并开展多学科联合会诊,相关科室的专家聚在一起对病例详细分析,探讨手术风险、治疗方案、风险预防、围手术期生命支持等,为治疗做好准备。” 周杨 何雨田

健康科普

青年运动健将球场猝死 专家:注意三点可预防

近日,青年运动员在球场上的猝死事件引发了社会的广泛关注。如何预防运动猝死?南京市妇幼保健院综合内科科主任王静向大家普及相关知识——

王静主任介绍,在运动过程中,一旦发现有人出现猝死征兆(如突然晕倒、意识丧失等),应立即采取以下应急措施:

- 1. 立即拨打急救电话:第一时间拨打120,寻求专业医疗救助。
- 2. 心肺复苏(CPR):在等待急救人员到来之前,立即对患者进行心肺复苏。规范的心肺复苏流程包括:  
胸外按压:双手叠放在患者胸骨中下部位,用力按压,使胸骨下陷约5-6厘米,每分钟按压100-120次;  
人工呼吸:在每30次胸外按压后进行2次人工呼吸,确保气道畅通,气流进入肺部;
- 使用自动体外除颤器(AED):AED是一种能够自动检测心律失常并施行电击的设备。AED的普及和使用培训非常重要。建议在各大运动场所、学校和社区配备AED,并定期进行急救培训,确保更

多人能够在关键时刻使用这些设备,挽救生命。

王静主任介绍,青年运动员猝死虽然较为罕见,但其背后的原因复杂多样,主要包括心脏疾病、过度疲劳和缺乏休息、电解质失衡等方面原因。针对上述原因,我们可以采取以下措施来预防运动猝死:

- 1. 定期体检:尤其是针对心脏病的筛查,包括心电图、超声心动图等,以便及时发现潜在的心脏问题。
  - 2. 科学训练:制定科学合理的训练计划,避免过度训练,确保有足够的休息和恢复时间。
  - 3. 补充电解质:在高强度运动后及时补充电解质,如通过运动饮料或电解质片,保持体内电解质平衡。
- 王静主任提醒社会大众,青年运动员在球场上的猝死事件不仅仅是个体的悲剧,也是对我们整个社会的警示。我们每个人都应关注健康,重视预防,掌握应急处理方法,共同营造一个安全、健康的运动环境。 史月

中医频道

city不city? 中医炫彩耳贴火了



中医炫彩耳贴

“中医还能这么时尚?不知道的还以为我贴的是水钻耳钉呢!真好看!”正在南京市中西医结合医院中医特色护理门诊就诊的市民齐女士惊喜地说道。

很多接受过中医耳穴埋籽治疗的人,对这个中医技术的传统印象都是几个贴在耳朵上的小方块胶布,虽然确有治疗效果,但是真的不怎么美观。

为了满足广大追求健康时尚人士的需求,南京市中西医结合医院中医特色护理门诊率先研发了“中医炫彩耳贴”,这种耳贴在原有耳贴基础上增加了像“水钻耳钉”一样的装饰物,不仅瞬间增加了耳贴的美感与时尚度,也有利于增强耳穴按压的刺激强度和效果。一经推出,迅速成为今夏的健康时尚爆款,得到很多好评!

该院中医特色护理门诊副主任护师戎飞玲介绍说,耳穴埋籽是中医常用的一种外治适宜技术,又称耳穴压贴或者耳穴埋豆,根据不同病种或者患者的具体症状,一般采用中药王不留行籽(或莱籽)刺激耳廓上对应的穴位或反应点,通过经络传导,达到防治疾病的目的。 杨璞