

野生蘑菇中毒 进入高发季

健康时报 林敬

每年的6月到8月,野生菌在雨季大量繁殖,野生菌中毒事件也会频发。6月以来,云南、贵州、湖南、四川等多地均发布关于野生菌中毒防控预警的通告,强调不要随意采摘、出售、购买、食用自己不熟悉的野生菌。

“不采不食、不买不卖有毒和不熟悉的野生菌是最好的预防方法。”云南大学附属医院(云南省中毒临床救治基地)急诊内科副主任医师谢媛介绍:“多数毒菌的毒性轻微或尚不能确定,能引起严重中毒的菌类有20余种,主要为鹅膏菌属、亚稀褶红菇等。”

据“湖南疾控”微信

公众号发布的6月蘑菇中毒指数显示,2016~2022年,湖南省6月野生蘑菇中毒事件数发生最多、发病人数最多,致死人数最多。其中,鹅膏菌中毒人数达300余人,死亡人数达30余人。

“贵州疾控”微信公众号提醒,野生蘑菇中毒目前尚无特效解毒治疗方法。误食野生蘑菇后在数分钟至72小时内,如果感到头昏、恶心、呕吐、腹泻或有其他不适,要高度怀疑野生蘑菇中毒,应立即采取以下措施:

立即拨打120急救电话 及时前往正规医院就诊,并告诉接诊医生自己进食野生蘑菇的种类、时

间、地点和同餐者。

在等待救治时,立即催吐、导泻 比如大量饮用温盐水,然后用筷子、手指、汤勺等硬质东西刺激其咽部,帮助呕吐。对已昏迷的患者不要强行向其口内灌水,防止窒息。对神经精神型的中毒患者进行束缚,防止其伤人或自残甚至跳楼等举动。

保留剩余蘑菇样品或进食蘑菇的照片 提供给专业人员救治参考,这一点非常重要。

如果所就诊医院不具备救治野生蘑菇中毒的医疗条件,医院要立即向卫生行政部门报告,尽快将病人转到具备条件的医疗机构救治。



“中国的手术机器人设备已经非常先进。”全球机器人手术协会主席帕特尔教授(前排左一)在第118届美国泌尿外科学会年会上,实操了来自中国的首款纯单孔手术机器人——术锐单机孔手术机器人后表示。

该手术机器人是由中国医师协会内镜医师分会副会长、上海长海医院泌尿外科主任医师王林辉(前排右一)团队与上海交通大学机械与动力工程学院徐凯教授团队等研发,是具有完整自主知识产权和全链条核心关键技术的首款国产单孔手术机器人系统。该首款国产单孔手术机器人系统攻克了单孔机器人外科领域“卡脖子”技术。图为王林辉教授向帕特尔教授介绍上海长海医院机器人手术培训中心有关情况。

健康时报记者 尹薇 上海长海医院 冯瑾报道

■声音

让医疗服务更高效贴心。

——不久前,国家卫健委、国家中医药管理局联合印发《改善就医感受 提升患者体验主题活动方案(2023~2025年)》。人民日报评论说。

我国医疗应急能力持续“上台阶”。

——据7月3日国家卫健委新闻发布会消息,我国医疗应急队伍建设经历了从一无所有到初具规模的过程,特别是近10年内发展非常迅速。健康报评论说。

我国药品医疗器械创新成果已经进入爆发期。

——据7月5日国新办的“权威部门话开局”系列主题新闻发布会消息,国家药监局持续深化药品医疗器械的审评审批制度改革,相关政策红利也在不断释放。

医美整容不是普通商品,而是一台严肃的手术。

——每年暑期,各大医美机构纷纷做起毕业季整形季的活动。极目新闻评论说。

不容“幽灵餐厅”威胁“舌尖上的安全”。

——月销量7000+的外卖店铺,在平台上展示的门店照片宽敞明亮,实地探访却是地下室中深藏的简陋厨房操作间。光明网评论说。

不昧心,不欺人,请守护好这样的“傻导游”。

——近日,一位“傻小子”导游小祁被游客记录表扬后走红网络,他将每日行程统筹得井井有条;总是拦着游客买高价纪念品。北京日报评论说。

绝不容“大胃王”挑战赛死灰复燃。

——近日,四川宜宾一餐饮店推出“挑战大胃王”竞赛活动,要求参与者在规定时间内食用108个抄手,按食用速度获得相应的奖励。人民网评论说。

保护高温下的劳动者,值得反复说。

——近日,北京一名导游在颐和园带团游览时因中暑送医,经抢救无效离世。澎湃新闻评论说。

为啥有人显老,有人显年轻?

浙江医院整形外科主任医师 赵启明

有的人一直很年轻,但有的人一眼就能看出岁月的痕迹。最明显的显老特征就是太阳穴凹陷,额头窄,法令纹、泪沟凹陷,颧骨高,轮廓“一波三折”,而当脸干瘪不饱满时,皮肤松弛下垂,各种皱纹也就出现了。其实,长得显老除了遗传原因,还和生活习惯有关。

吃得太咸或太甜 吃盐太多,体内钠离子增加,细胞内外的水交换过程会出现问题,从而出现颜色附着,造成肌肤粗糙发黑。钠离子的增加还会

导致面部细胞失水,从而造成皮肤老化,时间久了皱纹就会越来越多。

甜食吃多了,皱纹也会增多。过多的糖会引起糖基化反应,破坏保持皮肤弹性的蛋白纤维,使皮肤看起来松松垮垮,非常粗糙。此外,高糖饮食还易导致痤疮等皮肤问题。

经常熬夜 不规律的睡眠会影响内分泌代谢,造成皮肤水分流失,易导致皱纹出现、皮肤暗淡、长暗疮、黑眼圈加重等。

经常暴晒 因为阳光直射会直接损伤皮肤深层

的弹性纤维和胶原蛋白,致使面部皮肤变得松弛无光泽,出现皱纹。所以,要养成夏天打伞、日常使用优质防晒品的好习惯。

面部表情过于丰富 经常眯眼、皱眉、狂笑、撇嘴,这些动作和表情都会使面部增多皱纹。

过度减肥 过度减肥会导致脂肪在短时间内减少,脸蛋儿“空了”就会塌陷,显得皮肤松弛、面容憔悴衰老。保持健康的体重,适当饮食,多多锻炼适当减脂,同时也让皮肤更加紧致。

■健康提示

祛湿轻身：荷叶薏米茶

广东省中医院副院长杨志敏：荷叶有清暑化湿、升发清阳的作用；薏苡仁不仅营养丰富，且利水渗湿、健脾止泻。夏季减肥推荐一款补气祛湿轻身茶。准备干荷叶5克，薏米（炒）10克，山楂（炒）3克，五指毛桃30克，青皮5克。将洗净的材料放入茶壶内，加入适量开水，加盖浸泡5分钟即可饮用。

暑热烦闷：薄荷香茶

浙江杭州市余杭区第三人民医院针灸科俞忆婷：不少人一到夏天就觉得烦闷，这与气候炎热使人大量出汗、阴津耗损过多有关，推荐一款薄荷香茶。准备薄荷4克，香薷、淡竹叶各3克，车前草5克。将洗净的香薷、淡竹叶、车前草放入沸水中，加盖焖泡5~10分钟；再放入薄荷，再盖焖5分钟即可饮用。