

聚会狂饮涨爆膀胱、暴饮暴食撑出胰腺炎、打扫剩饭上吐下泄 急诊日收百名患者 都是“春节病”闹的

□本报记者 朱虹

春节七天小长假转眼间过去了,这个假期大家玩的还开心吗?记者从哈工大附属黑龙江省医院急诊科获悉,假期这几天急诊室一点也不比平常轻松,平均一天收进百名患者,患病种类呈现出典型的春节特征。除了心情激动、饮酒过量引发心脑血管疾病的,今年,春节病“花样翻新”,如亲戚聚在一起翻旧账吵架喝药的、朋友聚会不能喝也往死喝昏迷的、暴饮暴食肚子剧痛犯了胰腺炎的……让医生欣慰的是,由于哈尔滨市禁燃烟花爆竹,往年因放鞭炮而造成的意外伤,今年几乎没有。

七两半白酒、五瓶啤酒下肚 中年男子涨爆膀胱

42岁的夏先生春节回老家过年,多喝了点儿,七两半白酒、五瓶啤酒下肚之后,感觉腹部剧痛,却无法排尿。随着腹痛越来越剧烈,夏先生被家人开车紧急送至哈工大附属黑龙江省医院救治。

2月7日一早,泌尿三科主任单戈到普外四科为夏先生会诊发现,夏先生的膀胱爆裂了,之所以用“爆”,是因为破口非常大,有七八厘米长,导致夏先生的腹腔内全都是尿液,有严重的腹膜炎,急需抢救。单戈主任立即在腹腔镜下,为夏先生进行了膀胱破裂修补术,夏先生转危为安,目前已脱离生命危险。

大年初三,昏迷不醒的陈先生当天深夜被几位醉酒的朋友送到了医院,朋友们因喝得太多,沟通困难,把陈先生送到医院就离开了。医生为陈先生解酒,在解酒药的帮助下,第二天,陈先生终于有了意识,但还是十分难受。他与护士长苦诉衷肠。原来聚会当天,陈先生因婚姻出现问题,心情不好,本想借酒消愁,奈何不胜酒力。“我也知道难受,但是为了面子,不能不喝啊。”陈先生当晚喝了20多瓶啤酒,晕了过去,经过解酒,又吐了一天,这才从医院走出去。

据悉,省医院春节期间,每天平均接收因过量饮酒而需要解酒的患者十余位。记者在哈医大一院胸痛中心了解到,多人因饮酒过量导致了心梗的发作。



过年剩菜舍不得倒全吃了 上吐下泻花钱又遭罪

在消化系统疾病方面,春节前两天和后两天呈现出了较为不同的疾病状态。前几天因暴饮暴食撑坏的不少,后几天,因打扫剩菜拉肚拉虚脱的也大有人在。

25岁的小魏体格不错,但初三晚上和亲戚吃了一顿火锅,几斤羊肉和牛肉下肚,又喝了不少酒,晚上回家后肚子就疼得不行,第二天痛不欲生的小魏一早赶到医院看病。医生检查怀疑是胰腺炎,对症用药后得以缓解。

初四、初五这几天,腹泻患者比前几日明显增多,医生问诊时发现不少患者这两天都在吃除夕当天的年夜饭,诱发了胃肠道疾病。

医生介绍,海鲜隔夜后会产生蛋白质降解物,是一种毒素,对身体有害;凉菜没有经过高温加热容易滋生细菌,尽管放在冰箱里也会在低温下繁殖,引起肠道疾病;豆制品因含水和蛋白质等营养成分,是微生物的培养基地,一旦食物没有热透,还是比较危险的。

亲戚聚会喝多翻旧账 老人一生气吃下百片“毒药”

67岁的宋女士被亲人送往医院时已经陷入深度昏迷,在医院重症监护室抢救了几天,依然没有苏醒的迹象。据家人介绍,宋女士此前吃了100片氯氮平,这是一种精神类药物,可以让发作的精神分裂症患者快速镇定下来,但如果正常人大量服用就会造成呼吸困难,陷入深度昏迷,危及生命。

大过年好好的,为啥要吃药轻生呢?省医院急诊科护士长马海靖告诉记者,每年过年都有类似的患者,亲戚朋友聚在一起,起初还是一片欢乐祥和的景象,可是几杯酒下肚,气氛就慢慢不对了,从回忆到翻旧账,把多年前不开心的事都拿出来抱怨,受到酒精的作用,很多人意气用事,与家人大打出手,最终打进了医院,而今年,动手的少了,吃药的却有好几例,宋女士是其中比较严重的一位。

宋女士当天也是因为家庭琐事,感觉生活失去了希望,产生了轻生的念头,由于她家有精神疾病患者,正巧有这种让人致命的药物,于是吃了一瓶。但因为摄入过量,药物作用对宋女士各器官造成了不可逆的影响,恢复较为困难。

据了解,还有一些冲动之下想不开的患者吃了大量安眠药,或者是把家里的多种药品全部都吃掉,好在家人送来的比较及时,洗胃加上各种促醒药物的作用,脱离了生命危险。

心宽不发愁、坚持每天散步、吃饭八分饱……

104岁老寿星的养生秘籍你也能做到

本报讯(记者 黄晏君 文/摄)香坊区有一位104岁的老奶奶,每天坚持散步,生活能自理,还能收拾自己的房间,喜欢养花、养鱼。7日上午,记者来到了哈量家属区李先生家中,采访了他的母亲、104岁的老寿星赵庆玲老人。

记者来到李先生家时,赵庆玲老人正在擦拭一盆君子兰。老人共有6个子女,现在与大儿子李先生一起生活。李先生说:“父亲去世时我才17岁,是母亲把我们姐弟6人抚养成人。母亲勤劳、豁达、正直、善良,是我们的榜样。”

老人耳朵有些背,其他方面都挺好,也没有慢性病。她的一日三餐很有特点,早晨通常是牛奶、鸡蛋;中午吃一些蔬菜、鱼、瘦肉和米饭;晚上喝小米粥,吃点面食。饭后夏天就下楼在小区里溜达,冬天在房间里走走,每天15时都要喝一盒酸奶。老人的儿媳对记者说:“除了擦地之外,她的房间都是她自己打理。”老人还指着鱼缸对记者说:“这种燕鱼很好,已经养了快一年了,我每天都给它们喂食。”

记者向她请教养生秘籍,她微



笑着说:“第一是心宽,人生烦恼很多,不要总去想,想也没用,不要放在心上。第二是运动,我在道外住的时候,每天5点半起床后都去江边压腿、甩手、走步,坚持了几十年”。她还强调一点,“饭菜再好,也只吃八分饱。”

4日大年三十晚上,在哈市的晚辈们都来看她,赵庆玲老人还和大家一起包饺子、看春晚。老人说:“现在我很满足,有生之年还要继续锻炼身体,不给孩子们添麻烦,也要多看看新时代。”

春节肉吃太多腻了吧? 专家提示你这样吃更舒服

本报讯(实习生 纪天伟 记者 朱虹)春节大鱼大肉是否吃腻了?哈工大附属黑龙江省医院南岗分院营养科主任李玉厚告诉大家,每餐不宜过饱,正常人七八分饱,心脏不好的六七分饱即可。李主任表示,很多人过年期间只吃两顿甚至是一顿饭,这是不对的,正确的做法是少量多餐。尤其对于老年人和患有心脑血管疾病的人,如果每天只吃两餐势必会吃多,造成心脏负担加重。老年人和心脑血管疾病患者我们建议每餐吃七八分饱,甚至是六七分饱。刚过完年,大多数人都处于营养过剩的状态,这几

天最好饮食清淡。医生建议,油每人每天的摄入量应不超过30毫升,盐的摄入量不超过6克,心脏病严重的患者只要4克左右即可。

李玉厚建议,饮食清淡可以从烹饪方式入手,用清蒸、清炖,盐水煮的方法吃鱼、虾等海鲜。对于牛羊鸡猪肉等,可以把它们做成“肉馅”制品,包饺子、包包子、包馄饨、做丸子等等,尽量少用油。

对于粗粮,可以采取粗粮细作的方式,比如把玉米打成粉,做玉米面粥,把南瓜和面粉一起制作成馒头,即便糖尿病患者也可以正常食用。



扫码



看视频

饮食提醒

高血压患者:不要吃太饱、太咸,多喝水,以免增加心脏负担。

脑血管患者:不要吃太咸。

糖尿病患者:不仅要少吃糖,还要少吃白米面、奶油、坚果、蜜饯等含糖量高的食物。

消化不良患者:多喝蜂蜜水,吃粗粮,益生菌等食品。