

# 年底大扫除 小心强酸强碱入眼

春节临近，许多市民开始进行家庭大扫除，然而，有的市民在大扫除的时候，疏于对眼部的防护，对眼睛造成严重损伤。近日，武汉市民吴先生用自己配制的火碱溶液清洗家中油烟机时，不慎将溶液溅入眼中，导致整个左眼全部变白。医生提醒，眼睛是人体比较脆弱的器官，平时一定要做好防护。如果不慎将化学物质溅入眼中，切忌用手揉搓，应立即用大量清水冲洗眼睛，并以最快的速度到附近正规医院治疗，以防止并发症的发生。

为迎接农历新年的到来，家住武汉市汉阳区的吴先生在家中进行大扫除。由于厨房油烟机的油污很重，吴先生便按照网上的方法，自己动手配制火碱溶液，哪知在操作时不慎将火碱溶液溅入了左眼里。“当时眼睛疼得没有知觉了，完全睁不开。”吴先生说。他的家人立刻用大量清水为吴先生冲洗眼睛，疼痛当时有所缓解，但后来吴先生的眼睛越来越痛，家人赶紧带他前往医院就诊。

经医生检查，吴先生左眼红肿，视力仅为0.25，左眼上睑结膜大片缺血、水肿，球结膜全周缺血、高度水肿，全角膜浑浊、水肿，角膜上皮出现大面积损伤。影像资料显示，吴先生的左眼全部变白。医生用大量生理盐水为吴先生的左眼进行了冲洗，并迅速开展羊膜移植手术，术后，吴先生的视力恢复良好。

据介绍，眼部的化学烧伤若处理不及时，容易引生角膜疾病、睑球粘连、继发性青光眼和并发性白内障，轻则影响视力，重则可导致眼球萎缩，甚至眼球不保。据了解，近段时间，医院接诊了不少像吴先生这样在家庭大扫除时因操作不当或疏于对眼睛的防护而导致眼睛受伤的案例，轻则导致眼睛不适，重则可能导致失明。

医生提醒广大市民，在开展年底大扫除时，尽量避免使用自制的强酸性或强碱性溶液。同时，在开展大扫除时，做好眼部防护非常重要，例如佩戴护目镜，可避免损伤的发生。酸性、碱性或热性物质一旦入眼，需立即用清水冲洗，至少要持续10分钟，用以稀释化学品浓度，减少对眼部的持续损伤，然后尽快到医院诊治。

(据《楚天都市报》)



冬季室内燃煤取暖、围炉煮茶时，要了解一氧化碳中毒预防知识，检查通风条件、使用燃料和报警装置。

燃煤取暖要科学

新华社发 商海春 作

## “五九”时节 身体这两个系统养护有妙招

步入“五九”时节，寒冷天气对呼吸系统与心血管系统的影响逐渐显现。此时想要保持身体健康，需要特别注意对呼吸系统和心血管系统的养护。

当人体受到寒冷刺激时，呼吸道的血管会收缩，导致血流量减少，这可能会降低呼吸道黏膜的抵抗力，增加呼吸道感染的风险。同时，寒冷的空气也会刺激呼吸道，导致呼吸道痉挛、支气管黏膜上皮细胞受损，增加呼吸道感染和哮喘的风险。

呼吸系统的养护重点在于保持呼吸道湿润、温暖，预防感冒和呼吸道疾病。要保持室内温暖，可在加湿器或暖气旁放置一盆水，以保持室内湿润。避免吸入冷空气，

尽量减少外出。如果需要外出，应佩戴口罩、围巾等保暖用品。

寒冷的环境可能导致人体血管收缩、血压升高，增加心脏负担。血压波动还会引发心肌缺血、心律失常等。此时，心血管系统的养护重点在于保持血压稳定、预防心脑血管疾病。

专家建议，可以适当食用生姜、红枣、桂圆等温性食物，以补充人体热量和营养，同时也有助于保持血压稳定。适量摄入高热量、高蛋白、高维生素的食物，如羊肉、牛肉、鸡肉等。要控制盐的摄入量，少吃高脂肪食物。

(据《陕西工人报》)

### 呼吸道疾病防治 五大关切

权威回应来了

哪些症状提示孩子有可能是肺炎？

- ◆ 持续高热或发热时间超过3天
- ◆ 咳嗽频繁或明显加重，伴有痰量增加或痰色改变
- ◆ 部分年长儿童主诉胸闷、胸痛、憋气等不适
- ◆ 精神倦怠或萎靡，低龄儿童表现出烦躁、哭闹、难以安抚

如果孩子出现这些情况时

—— 应警惕肺炎的可能，尽快送医 ——

资料来源：国家卫生健康委新闻发布会

新华社发（六原制图）

## 假期暴饮暴食 当心命悬“胰腺”

春节临近，作为我国最重要的传统节日，亲朋好友之间的聚会聚餐自然少不了，大家推杯换盏、把酒言欢，场景喜庆热闹。殊不知，暴饮暴食很容易引发一个非常凶险的急症——急性胰腺炎。

胰腺是人体重要的消化器官，它分泌各种消化酶，以帮助我们消化摄入的食物。同时，它还会分泌胰岛素和胰高血糖素，参与血糖调节。胆道系统疾病、血脂过高、暴饮暴食、过量饮酒等因素可能会提前激活胰液中的酶原，使这些酶开始消化胰腺自身，从而引起急性胰腺炎。

急性胰腺炎可发生于任何年龄段人群，多见于青年。患有胆管结石、胆道感染等胆道疾病的病人，是急性胰腺炎的高危人群。此外，高血脂症、十二指肠降段疾病、服用某些特殊药物、甲状旁腺功能亢进等人群，也容易发生急性胰腺炎。急性胰腺炎往往发作突然，通常会引发剧烈的疼痛。疼痛部位通常位于腹部，并且会持续数小时或数天。除疼痛外，急性胰腺炎还可能引起其他症状，包括恶心、呕吐、腹胀、发热、发冷、低血压、休克、水电解质或酸碱平衡紊乱等。科学预防胰腺炎需注意定期体检，均衡、规律、合理饮食，避免暴饮暴食和

过量饮酒，控制好血脂、血糖，保持良好的生活习惯，避免过度劳累，保证充足的睡眠，必要时要积极正确地治疗胆道疾病。

急性胰腺炎是患者自己无法处理的疾病，尤其是重症胰腺炎，患者的死亡率很高。所以，如果有人聚餐或饮酒后突然发生急性腹痛，要高度警惕其是否得了急性胰腺炎，立即到医院急诊就诊，尽早接受治疗。疑似得了急性胰腺炎时，要做好以下几方面工作：

立即拨打120急救电话寻求帮助，让患者尽快到医院就诊。

患者安静卧床、禁食禁饮，减少对胰腺的刺激。让患者采取弯腰屈膝侧卧位，使肚子放松，以减轻疼痛。不能揉肚子，更不能吃止痛药。

让患者保持镇静，避免精神过度紧张。尽量安慰患者，使其情绪放松，减少挣扎、滚动等动作。

春节假期是急性胰腺炎发病的高峰期，突发的急性胰腺炎往往生死攸关，科学处置、尽快治疗是挽救患者生命的关键。希望大家节日期间注意卫生，避免暴饮暴食，管住嘴、迈开腿，过一个健康平安、快乐祥和的春节。

(据《大河健康报》)

本版组稿 郑伟元