

“红泥小火炉”惬意但危险

容易引发一氧化碳中毒

YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 王婧

“绿蚁新醅酒，红泥小火炉。晚来天欲雪，能饮一杯无？”近年来，“围炉煮茶”新中式茶饮流行，三五好友，点上炭火，煮一壶茶，茶香袅袅，烟火氤氲，仪式感满满。

不过，炉暖茶香的温馨场景暗藏危险。近日，烟台毓璜顶医院高压氧疗科主任曹春妮告诉记者，连日来，医院接诊了多名因使用炭火“围炉煮茶”引发一氧化碳中毒的患者。

重度中毒最为致命

“在日常生活中，烧炭取暖，使用燃气热水器洗澡、天然气或液化气罐做饭，在燃油车里开着空调睡觉以及在较密闭空间内吃炭火锅、炭烤、围炉煮茶等，都是常见的一氧化碳中毒场景。”曹春妮说。

记者在采访中了解到，一氧化碳中毒的症状根据中毒程度的不同分为轻度、中度、重度，中毒程度与环境一氧化碳的浓度、接触时间、患者身体状

态均相关。

其中，轻度中毒，会出现头痛、头晕、胸闷、心慌、恶心、呕吐、全身乏力等症状，如果能及时开窗通风，吸入新鲜空气，症状会很快减轻、消失；中度中毒，症状表现为多汗、烦躁、走路不稳、皮肤苍白、意识模糊，老是感觉睡不醒、困倦乏力并逐渐进入昏迷状态；重度中毒最为致命，中毒者会出现以下症状：神志不清，牙关

紧闭，全身抽动，大小便失禁，面色口唇现樱红色，呼吸、脉搏增快，血压上升，心律不齐等。患者若不能及时脱离中毒环境，会进入深度昏迷，脉搏细弱，不规则呼吸，血压下降，也可能出现高热，生命垂危死亡率，即使侥幸获救，也会遗留严重后遗症。

如果发现有人出现一氧化碳中毒症状怎么办？“我们要立即打开门窗通

风，并将患者转移至新鲜空气流通处，注意保暖，叮嘱患者安静休息，避免活动后加重心、肺负担及增加氧的消耗量。同时确保患者呼吸道通畅，对于神志不清的患者可将其头部偏向一侧，以防呕吐物进入呼吸道，导致窒息。”曹春妮说，“若中毒情况较为严重，应立即呼叫120急救电话，将患者送到有高压氧舱的医院进一步检查治疗。”

不要过早地中断治疗

在医院，对于一氧化碳中毒最有效的治疗手段就是高压氧治疗。若高压氧治疗后，症状没有完全改善或中毒症状较重，患者还需要积极配合药物治疗。

曹春妮表示，高压氧治疗是目前临床上治疗急性一氧化碳中毒和预防一氧化碳中毒迟发性脑病的重要治疗手段。高压氧治疗急性一氧化碳中毒安全有效，能尽快改善一氧化碳中毒症状。需要注意的是，一氧化碳中毒昏迷患者清醒后有迟发性脑

病发生的可能。高压氧治疗能最大限度地预防迟发性脑病的发生，降低迟发性脑病的发生率，减轻迟发性脑病发生的症状，一定要注意不要过早地中断治疗。一旦发生迟发性脑病，需要配合药物、营养支持、高压氧、康复等综合治疗。

曹春妮提醒市民，日常生活中应及时检查煤炉、土炕排烟管道安装是否合理，排烟管是否通畅，土炕周边是否有裂缝；燃气热水器不置于浴室或卧室，



不得自行安装、拆除及改装燃具；保持室内通风；使用天然气或煤气做饭及时开启排气扇；燃油车未行

驶时，避免空调开启、发动机长时间空转；在可能产生一氧化碳的地方安装一氧化碳报警器。

冬吃甘蔗胜过参

冬季天气寒冷干燥，人们多喜爱温热、滋补的食物，容易积热上火，出现口干舌燥、咽喉肿痛等症状。冬吃甘蔗胜过参，不妨来一碗甘蔗红萝卜马蹄水。

除了清热润燥之外，在冬季吃甘蔗还被认为有养血健脾、大补阳气的作用。中医认为，甘蔗汁味甘性寒，有清热、生津、润燥、消痰、止咳等功效。中医临床常把甘蔗汁用于口干舌燥、津液不足、小便不利、大便燥结、消化不良、反胃呕吐、高烧烦渴等症。

复脉汤原指炙甘草汤，是《伤寒杂病论》中的名方，主治“心动悸，脉结代”与“肺痿多涎唾”，具阴阳并补、益气养血之功。而甘蔗性味甘凉，也是阴阳双补之品，与复脉汤同功，所以被称为“天生复脉汤”。

在寒冷干燥天气，甘蔗富含的糖分能够为机体补充热能，抵御寒冷，消除疲劳，而它丰富的水分和维生素也能有效补水，有效缓解干燥症状。甘蔗也富含多种微量元素，其中以铁的含量最高，位居水果之冠，因此也有“补血果”之称。此外，甘蔗还有健脾利尿、润肠通便的功效，对于冬季运动量不足的人群来说，也是对脾胃非常友好的。

民间还有“立冬食蔗齿不痛”的说法，冬季多咀嚼甘蔗，除了滋润喉咙之外，还能清洁牙齿、锻炼咬肌，可以避免上火，也是一举多得。 本报综合

教你正确用耳机

耳机是我们生活的伴侣，但也可能是听力的隐形杀手。合理使用耳机，保护听力，我们才能享受世界的美妙声音。

控制耳机的使用时间和音量：为了保护听力，应当遵守“60-60”原则，即成人单次使用耳机时长不超过60分钟，音量不宜超过最大音量的60%。

注意耳机的清洁：养成定期清洁耳机的习惯，防止细菌和真菌滋生，降低感染风险。

选择合适的耳机类型：选择优质耳机或降噪效果好的耳机，可以有效提高声音质量和降低外界环境噪音的干扰。

选择耳机的使用环境：避免在嘈杂的环境，如地铁上、公交车上、马路边使用耳机，必要时优先选择主动降噪耳机，不要为了听清耳机里的声音而将音量调得过高，尽量把音量控制在能让自己听清楚内容的最低限度。

睡觉时不适宜佩戴耳机：睡觉时佩戴耳机会增加耳部结构损伤的风险，进而引起外耳感染；同时睡眠状态下佩戴耳机，不仅会使内耳毛细胞一直接收声音信号的刺激，导致听力疲劳，最终造成噪声性听力损伤，还会因为持续的声音刺激使大脑处于浅睡眠状态，影响睡眠效率，导致第二天精神状态变差。

据科普中国

“泻立停”被全面停售

近日，曾经家喻户晓的止泻药物“泻立停”被全面停售，这一消息在医药行业及消费者中引发广泛关注。这款常用药

品，为何退出市场？

其实，“泻立停”是这款药品的商品名之一，其对应的通用名为“颠茄磺苄啉片”。药品的通用名是固定的，是国家药典委员会按照《药品通用名称命名原则》组织制定的药品法定名称。一种药品只有一个通用名，但可以有多个商品名。比如，通用名为对乙酰氨基酚的药品，其商品名有百服宁、泰诺林、必理通等。

国家药监局2024年12月31日发布公告，国家药监局组织对颠茄磺苄啉片开展了上市后评价，经评价，决定自即日起停止颠茄磺苄啉片在我国的生产、销售、使用，注销药品注册证书。已上市销售的产品，由药品上市许可持有人负责召回，召回产品由所在地省级药品监督管理部门监督销毁或者依法采取其他无害化处理等措施。公告的这一品种共涉及80个药品批准文号。

国家药监局表示，上市后的药品经评价，如果发现不良反应大或者因其他原因危害人体健康，应当注销药品注册证书。已被注销药品注册证书的药品，不得生产或者进口、销售和进口。已被注销药品注册证书、超过有效期等的药品，应当由药品监督管理部门监督销毁或者依法采取其他无害化处理等措施。

业内人士认为，“泻立停”的主要成分是磺胺甲噁唑、甲氧苄啉和颠茄流浸膏，临床主要用于感染性肠炎的治疗。从三种主要成分的药理作用

来看，其复方使用不符合目前临床对感染性肠炎的治疗基本原则。

随着医药科技的不断进步，2011年以后“泻立停”已经极少使用，更多新型、高效、安全的止泻药物近年来接连涌现。业内人士指出，像蒙脱石散通过吸附肠道内的病菌和毒素发挥止泻作用，安全性高，适用人群广泛，包括孕妇和儿童。益生菌类药物如双歧杆菌四联活菌片，能调节肠道菌群平衡，可以改善腹泻症状，副作用较小。这些药物在疗效和安全性上的优势，使得“泻立停”在市场竞争中逐渐处于劣势。

“泻立停”的停售不仅是一款药品的谢幕，更是医药行业发展变革的缩影。对于医药企业而言，只有不断创新、提高药品安全性和疗效，才能在市场竞争中站稳脚跟。

据新华社

