

急性酒精中毒患者行走在危险边缘 适量饮酒莫贪杯

在朋友聚会的欢声笑语中,饮酒往往被视为增添气氛的优选,不少人白酒喝完不尽兴,红酒再来一杯。然而,不当的饮酒方式,特别是过量或混合饮用,潜藏着巨大的健康风险。江门市五邑中医院急诊医学科主治医师胡小剑提醒,很多人觉得喝多了睡一觉就好,“但急性酒精中毒患者,每个都行走在危险边缘。因此,饮酒要适量,莫贪杯”。

文/图 江门日报记者 何雯意
通讯员 余敏贞 陈智敏 刘森

豪饮红酒被送到医院救治

近日,22岁的小琳在朋友聚会中豪饮红酒后昏睡不醒,被朋友紧急送医。经检查,她已处于深睡状态,呼吸变慢,浑身散发浓烈酒气。急诊团队立即实施复苏体位管理,建立双静脉通道补液,并注射葡萄糖和维生素B1。3小时后小琳逐渐清醒,逃过一劫。“幸好送医及时,属于轻度中毒。”胡小剑回忆。

“每天我们急诊医学科都会接诊到急性酒精中毒的患者。”胡小剑表示。

无独有偶,45岁的王先生被发现倒在路边,身旁有呕吐物,浑身冰凉,呼之不应。送到急诊时已深度昏迷,呼吸微弱,血糖骤降至危险值,体温仅34.8℃。“这是典型的重度中毒伴多器官

危机。”胡小剑说。急救团队紧急气管插管、呼吸机支持,快速升温 and 纠正低血糖酸中毒。经过12小时生死搏斗,王先生才脱离险境。

胡小剑提醒,急性酒精中毒是指人体短时间内摄入过量的酒精,导致中枢神经系统功能受损的一种状态。急性酒精中毒不是睡一觉就好,而是有可能出现严重危害。

“当过量乙醇侵入人体,就会直接抑制中枢神经系统,从最初的兴奋话多,迅速滑向步态不稳、昏睡,直至昏迷不醒。”胡小剑提醒,更危险的是,这会严重干扰延髓的呼吸和循环中枢,可导致呼吸变浅、变慢甚至停止,或引发致命的心律失常、血压骤



医生对急性酒精中毒患者进行治疗。

降。此外,还有可能出现呕吐物

在疾病(如心脑血管意外、胰腺炎、低血糖昏迷)等并发症。

急性酒精中毒分为三个阶段

胡小剑指出,急性酒精中毒的症状因程度不同而有所差异,一般分为三个阶段。

一是兴奋期,患者会感到轻松愉快,言语增多,行为失控;二是共济失调期,患者出现动作不协调、步态不稳、言语不清等症

状;三是昏睡期,进入昏睡状态,皮肤湿冷,呼吸缓慢,唤不醒,可出现呕吐,引发误吸,严重的可能会出现瞳孔散大、抽搐、休克、昏迷甚至导致死亡。

胡小剑提醒,轻度醉酒者可能表现为胡言乱语、走路东倒西

歪等,但人还是有意识的,这种情况,一般只要休息一晚上或做些醒酒措施即可清醒。但重度醉酒者往往会意识不清,如果放任不理,有可能因吸入呕吐物而导致窒息。“对于醉酒者,要使其头部偏向一侧或让其侧卧,以防呕吐物吸

入气管而窒息。此外,要谨慎催吐,避免损伤咽喉部。”胡小剑提醒,醉酒者要注意保暖,避免低体温,出现昏迷、叫不醒、呼吸异常(过慢或停止)、面色苍白、皮肤湿冷、抽搐等情况,必须立即拨打120急救电话或紧急送往医院。

饮酒没有所谓的“酒量好”

针对经常饮酒的人群,胡小剑给出五个建议。

一是严格限量,适量饮酒,避免一次性过量饮酒。男性每日酒精摄入量不宜超过25克(半两),女性不宜超过15克;二是慢慢喝酒,不要快速饮入大量的

酒,而是慢慢品尝,给身体代谢酒精的时间。三是不空腹喝酒,避免在空腹、疲劳、生病等情况下饮酒。饮酒前可适当进食富含蛋白质和脂肪的食物,如牛奶、面包等,以减缓酒精吸收。喝酒期间及之后,补充足够的水

分;四是有慢性基础疾病的避免喝酒。如有慢性疾病或正在服用药物,应咨询医生的建议,了解饮酒对身体的影响。此外,服用抗生素期间一定不要喝酒;五是留意身体反应。饮酒过程中一旦出现任何不适症状,应立即

停止饮酒并休息。

“饮酒没有所谓的‘酒量好,喝多少都不怕’,每个人的身体状况是不一样的。当酒精浓度达到阈值,就会导致酒精中毒。”胡小剑提醒。

医学指导



胡小剑:

医学硕士,江门市五邑中医院急诊医学科主治医师,江门市医师学会急诊分会委员,广东省针灸学会平衡针灸专业委员会第一届委员会委员,擅长运用中西医结合方式治疗各种急慢性内外科疾病,对各种药物过量及毒物中毒有丰富的临床经验,擅长紧急气管插管,环甲膜穿刺、心肺复苏、纤支镜、电除颤等急救技术,注重器官保护与生命支持。

延伸阅读

这些“解酒偏方”不靠谱

针对网络流传的“解酒偏方”,胡小剑提醒,以下三种偏方不靠谱,如有需要应咨询医生的专业意见。

一是喝浓茶。茶叶中的茶碱会使血管收缩,加重心脏负担,且浓茶利尿,会使未分解的酒精过早进入肾脏,损害肾脏。

二是喝醋。喝醋不仅不能有效解酒,还可能刺激胃黏膜,导致胃部不适。

三是睡一觉就好。不能硬抗休息,觉得睡一觉就好,如果出现昏迷、呼吸困难、抽搐等症状,盲目等待可能导致严重后果,应及时就医。

广东省眼库 江门工作站揭牌



广东省眼库江门工作站揭牌活动现场。

江门日报讯(文/图 记者/何雯意 通讯员/何家怡)6月11日是中国器官捐献日。为进一步弘扬器官捐献大爱精神,普及器官捐献知识,助力国家器官、角膜移植事业发展,江门市中心医院与中山大学中山眼科中心联合举办“生命接力·爱如星火”主题宣传活动。其间,广东省眼库江门工作站正式揭牌成立,为江门地区角膜捐献与角膜移植专项技术发展开启新篇章。

江门市中心医院党委书记黄炎明表示,器官捐献是人类文明与医学进步的伟大实践。它让逝者的生命以另一种形式延续,为终末期疾病患者点燃重生的希望。近年来,在市委、市政府的关心下,市卫生健康局的指导下,市红十字会等部门支持下,江门市中心医院汇聚各方力量,大力倡导、宣传器官捐献的理念,依法依规推进器官捐献专项工作。通过举办一系列的培训讲座和宣传活动,力求进一步激发全社会关心和支持器官捐献,倡议医务工作者成为器官捐献的传播者,为实现“健康中国、健康江门”贡献力量。

江门市红十字会副会长陈敬仪表示,在卫生健康部门、医疗机构和社会各界的共同努力下,江门市器官捐献事业稳步推进。市红十字会将持续完善器官捐献志愿服务体系,加强宣传教育工作,进一步提升公众对器官捐献的认识,推动本地区器官捐献事业发展,促进侨乡文明新风尚。

广东省眼库主任冀建平教授表示,江门市中心医院挂牌广东省眼库江门工作站后,双方将确保工作站规范、高质量运行,让“生命接力”的使命扎根侨乡大地,让“爱如星火”的星光凝聚成照亮更多患者的灯塔。

当天,江门市中心医院眼科成功开展一例角膜移植手术,为一名角膜病致盲患者带来新希望。

江门市中心血站开展 世界献血者日主题活动 共筑大爱之城



市民参观江门市无偿献血教育基地。

江门日报讯(文/图 记者/何雯意 通讯员/张乐)6月14日是世界献血者日。当天,江门市中心血站开展“致敬献血者座谈会暨血站无偿献血教育基地揭幕仪式”活动,向无偿献血者致以崇高敬意,并号召更多市民加入生命接力行列。

当天,江门市中心血站党支部书记张艳红发表致辞,并向参与活动的献血者与志愿者表达诚挚感谢。自《中华人民共和国献血法》实施以来,江门市无偿献血事业取得跨越式发展:累计超百万名市民参与献血;连续27年未发生输血传播传染病事件;2024年献血总量突破1400万毫升;江门市先后荣获“全国无偿献血先进市”“广东省无偿献血先进市”等称号。

随后,江门市中心血站副站长李顺英宣读2022—2023年度全国无偿献血表彰公示江门地区的获奖名单。这次,江门地区共有1316位爱心人士上榜,其中27人获“终身荣誉奖”,302人获“金奖”,264人获“银奖”,712人获“铜奖”,另有11人获“无偿献血志愿服务奖”,江门市中心医院获“无偿献血促进奖单位奖”。

作为获奖代表,2022年第三季度“广东好人”余锺恒分享了自己的献血与志愿服务经历。“献血不仅是奉献,更让我找到了人生的意义。”余锺恒号召更多年轻人加入献血队伍,“你捐献的每一滴血,都可能成为他人生命的曙光。”

活动现场,江门市无偿献血教育基地正式启用。该基地通过互动展陈与科普视频,全方位展示血液从采集到临床使用的全过程。基地的落成,标志着江门市无偿献血宣传迈入新阶段。

活动结束后,不少热心人士留在现场进行无偿献血。专门从外地赶到现场参加活动并献血的江门市建材协会执行会长蒋武柳表示,略尽绵薄之力,希望能有更多人加入无偿献血的队伍。

刷牙出血、牙龈红肿……

不要让牙周炎“偷”走你的牙

近期,牙周炎引发热议。随着社会经济水平的发展,牙周炎变得越来越常见。牙周炎究竟是怎么回事?其成因和危害有哪些?又该如何正确预防?医生提醒,牙周炎是造成牙齿缺失的主要原因,也是危害人们的牙齿和全身健康的主要口腔疾病。

文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 陈君 温颖

牙周炎发展缓慢 容易被忽视

“在牙齿周围,牙龈、牙周膜、牙槽骨和牙骨质,合称为牙周支持组织。当牙周支持组织被感染发生炎症时,可能导致牙周炎。”江门市中心医院口腔综合科主治医师石佳伟表示。

江门市五邑中医院口腔科主治医师劳嘉成表示,牙周炎本质是牙菌斑生物膜引发的慢性感染性炎症,容易导致牙龈、牙槽骨等牙齿支持组织的破坏。《第四次全国口腔健康流行病学调查报告》数据显示,我国35岁以上人群超90%存在牙龈出血,成人牙周炎患病率高达80%以上。

“牙周炎发展非常缓慢,没有特别明显的急性症状,这也是很多人不在意的原因。”石佳伟提醒,牙周炎早期除了有牙龈出血,不会有明显的疼痛,发病比较隐蔽,即使到后期牙齿松动

了,很多人也没有明显的疼痛感。

“牙周炎一开始出现的症状是牙龈发红,刷牙时有点出血,啃一口苹果后发现留下一圈血印子。如果不在意,牙龈开始退缩,牙齿缝显露出来。之后,牙齿会出现松动,时不时有脓液流出来。再后来,牙齿和牙齿之间的缝隙越来越大,而之前松动的牙齿开始摇摇晃晃,有的人还会出现牙痛。”石佳伟提醒,这时候吃约止痛,已经无济于事,随着牙周炎的进展,病变越来越深入牙龈深处。

劳嘉成提醒,如果出现牙龈红肿出血(刷牙、咬硬物时)、持续性口臭、牙龈退缩、牙根暴露、牙齿松动移位(如门牙出现缝隙)、咀嚼无力感、牙龈溢脓,一定要警惕牙周炎,及时就医。



牙周炎发病比较隐蔽,但病变会深入牙龈深处。

形成牙周炎。”石佳伟表示。

另外,口腔卫生不良、刷牙不彻底、不使用牙线等局部促因因素,吸烟、糖尿病、免疫系统疾病等全身性危险因素都容易造成牙周炎。

劳嘉成提醒,牙周炎还与营养不良有关。营养不良虽然不是牙周炎的直接病因,但会降低牙周组织抵抗力,加速疾病进展,影响治疗效果和愈合。

牙菌斑是主要“元凶”

石佳伟介绍,牙菌斑是牙周炎发生的始动因子,牙菌斑是口腔细菌在牙齿表面堆积形成的黏性生物膜,牙菌斑如果没有得到有效清除,长期堆积,钙化,就会逐渐形成牙结石。牙结石表

面粗糙促进更多菌斑堆积,且刺激牙龈。“这时单纯依靠刷牙或口服消炎药已经无法祛除病因,但很多人都没有注意,失去牙龈炎的最佳干预治疗机会,牙龈炎持续进展,从量变到质变,最后