

大妈患“爆肝”险送命,浙江省人民医院感染病科主任潘红英教授提醒——

夏季吃不熟海鲜、肉类易感染戊肝

暴发性肝衰竭死亡率可达50%左右,这么凶险的疾病缠上了年逾六旬的金大妈,医生“刨根问底”后发现,差点让金大妈送命的竟与一条带鱼有关。

舍不得扔掉的带鱼“招”来凶疾

“以后一定要注意啊,不新鲜的不要吃,鱼虾蟹等海鲜肉类一定要煮熟。”浙江省人民医院感染病科主任潘红英教授查房时对金大妈嘱咐道。

金大妈家住浙江天台,平时身体不错。不知怎的,前一阵她胃口不好,但未引起重视,慢慢地胃口越来越差且皮肤也明显变黄。无意中,金大妈透露,小便似浓茶也有一段时间了。有一天,金大妈被发现在家中意识模糊,家人立即将她送往当地医院。医生检查后发现,金大妈竟患上了由戊肝引起的暴发性肝衰竭,再晚些送来就很危险了。

戊肝通过消化道感染,那么患者发病前曾吃过什么东西呢?经过询问排查,终于发现了“真凶”。

原来,金大妈平时节俭,前些日子她发现家里的一条带鱼有点“烂”了,没舍得扔掉,最终还是将就着吃了,没想到,没多久就发病了。

事不宜迟,当地医护人员迅速进行急救,输了血浆后,金大妈神志转清,病情渐渐稳定了。随后,医院通过双向转诊将金大妈送往浙江省人民医院接受人工肝治疗。

“刚到医院时黄疸指标400多,是正常值的20多倍(正常值为17),5次人工肝治疗,血浆置换(换血)超过1万多毫升。”潘红英说。

暴发性肝衰竭(FHF)是指突然出现大量肝细胞坏死或肝功能显著异常,还可发生肝性脑病(HE)的一种综合征。其临床特点是起病急、病情危重、死亡率高。

经过人工肝等一系列治疗后,金大妈黄疸指标等明显好转。目前患者已回到当地医院继续进行护肝治疗。

吃不熟海鲜、肉类易患上戊肝

一条带鱼怎会引发危及生命的戊肝?

潘红英介绍,戊肝是消化道传染病,有比较明显的季节性特征,夏秋季节患者居多。大部分的戊肝是“吃出来的”,其中相当部分患者在发病前有吃不熟海鲜、肉类的经历。

一般认为,在不熟的海鲜中,贝壳类海鲜最容易引起戊肝,这是因为这类海产品的腮吸水后,会把水中的病毒过滤并留在体内,如果其中有戊肝病毒,在食用时没有煮熟杀死,就有被感染的风险。

不洁的生水也要注意,一旦水被病毒污染,生饮后,也有感染的可能。

此外,用菜板既切海鲜又切熟食,菜板纹理内隐藏的病菌感染熟食,也会造成病毒传播。

感染戊肝后,潜伏期一般为10~60天,近半数会出现发热、乏力、厌食、恶心、呕吐等症状,容易出现黄疸,表现为黏膜及皮肤组织黄染,小便呈茶褐色,重症患者会出现极度乏力、呕吐、意识不清。

因此,当你吃了不干净的食物并出现了不明原因的皮肤、巩膜(俗称眼白)发黄现象,就要引起警惕了。

戊肝发病人群以青壮年为主,其中孕妇易感;老年人一旦患上戊肝,重症发病率较高。因此,老年人患上戊肝,更要及时诊治。

潘红英提醒,预防戊肝要注意把住“病从口入”关,注意饮食卫生,不喝生水,生吃蔬菜、水果要洗净,海产品、肉类应煮熟,不吃半生不熟的羊肉串等烧烤食物,不在不卫生的摊点吃饭。一旦出现上述症状,一定要及时就医。

宋黎胜

链接>>> “脱欧病毒”流入英国 夏季“撸串儿”需谨慎

英国气温明显上升,一些家庭为周末户外烧烤作准备。健康专家提醒,“撸串儿”前需对产自欧洲大陆的培根、香肠、猪肉派等肉制品留个心眼儿,这类肉制品可能已被“脱欧病毒”污染。

“脱欧病毒”其实是一种戊型肝炎病毒新变种,据英国《泰晤士报》报道,这种病毒在法国、荷兰、德国和丹麦的养猪场传播扩散,每年约有6万多名英国人被感染。埃克塞特大学肠胃病学专家多尔顿博士因此把这种病毒称为“脱欧病毒”。

多尔顿强调了戊型肝炎病毒的危害:“它会攻击人体的肝脏、神经,疾病高发期是5月”。

人们感染戊型肝炎病毒通常是由于食用没有煮熟猪肉制品,感染后会出现类似流感的症状,免疫力较低的人群是感染高危群体,其中包括孕妇。

戊型肝炎病毒对高温敏感,把肉煮熟、烧透即可消灭其活性。“脱欧病毒”经媒体报道后,英国食品标准局已发布了烹饪猪肉、猪肉制品及内脏的建议。

据新华社



预防近视

近日,绍兴市中心医院眼科举办了预防近视开放日。当天,眼科负责人向大家家长和青少年作了预防近视的主题讲座,并带大家参观了眼科门诊,为小朋友们测视力,解答大家家长有关预防近视的提问。

随着手机、电脑、电视等电子产品越来越渗入生活,儿童、青少年近视有低龄化和高度化趋势,近视防治也成为全社会关注的热点问题。

眼科专家表示,让眼睛经常沐浴在大自然光线下,可以有效降低青少年近视发生率,特别是户外运动、乒乓球、羽毛球等体育活动。

单明铭

补充膳食纤维应该注意什么?

如今,膳食纤维这种营养素对很多人来说已不再陌生,然而,真正了解它的人并不多。

膳食纤维到底是什么?凭经验来说,膳食纤维就是植物性食物中质地较粗、不易咀嚼消化的部分,如粮食和水果的皮、蔬菜中的“筋”等。从科学的定义来讲,膳食纤维是指植物中不能被人体消化利用的糖类物质。

从化学结构来讲,膳食纤维主要分为以下几类:一是非淀粉多糖,如纤维素(大多数植物细胞壁的主要成分)、半纤维素、植物多糖(果胶、瓜尔胶等)、微生物多糖(黄原胶等)等;二是抗性低聚糖,如低聚果糖(洋葱、莴苣中富含)等;三是抗性淀粉,包括回生直链淀粉(食物蒸煮冷却后形成的不被人体消化的淀粉)等;四是其他膳食纤维,如木质素(不是多糖,存在于细胞壁中)等。

根据溶解性,膳食纤维又分为可溶性膳食纤维和不溶性膳食纤维两大类,可溶性膳食纤维主要有果胶、树胶、藻胶、豆胶、琼脂、部分低聚糖及少

数半纤维素等;不溶性膳食纤维主要有纤维素、部分半纤维素、木质素等。

不同来源的膳食纤维化学组成差异很大,对健康的益处也有所不同。一般来说,可溶性的膳食纤维和抗性淀粉质地柔软,在大肠中部分或全部被发酵,可以帮助人体控制胆固醇和血糖水平,有利于预防心脏病和糖尿病等慢性疾病。不溶性膳食纤维质地较硬,它们的主要作用是促进肠道蠕动和预防便秘。需要说明的是,这两类膳食纤维的功能并不是绝对的,有时也会重叠和交叉,它们能量低且有填充作用,并有助延缓胃的排空,对于控制食量和增加饱腹感都有帮助。此外,抗性低聚糖、抗性淀粉等还是很好的益生元,能刺激有益肠道菌群的生长。研究表明,适量摄入膳食纤维还有助于降低结肠癌、乳腺癌等癌症的发生风险。

中国营养学会建议,成人每天应该摄入25~30克膳食纤维。然而,中国疾病预防控制中心进行的相关调查显示,我国居民的膳食纤维摄入量仅为10.9克/

天,远远不够。

膳食纤维在蔬菜水果、粗粮豆类及菌藻类食物中含量丰富。各种豆类,如黑豆、黄豆、红豆、绿豆等都是补膳食纤维的高手,可溶性和不溶性膳食纤维含量均特别高,是很多蔬菜水果的好几倍甚至十几倍。木耳、海带、裙带菜、口蘑等菌藻类食物同样含有丰富的膳食纤维。根菜类食物纤维含量也较多,如胡萝卜、红薯、土豆等。

那么,补膳食纤维应该注意什么?可溶性膳食纤维比较柔和,对消化道刺激小,适合肠胃功能不好的人;不溶性膳食纤维对肠胃的刺激较大,如果肠胃功能不是很好,尽量少吃“筋”多、富含不溶性膳食纤维的食物。另外,补膳食纤维并非多多益善,摄入过量时(超过75克/天),会引起胃肠胀气、肠易激综合征患者、儿童和老人更为明显。另外,摄入过多膳食纤维还会影响钙、铁、镁等矿物质的吸收,甚至有可能导致胃病。

芮莉莉



临安 生态之城 创业之城

抢抓杭州城西科创大走廊建设机遇,全力打造长三角最具活力的创新创业之城。临安科技局诚邀您的创业加盟!

临安市科技孵化中心隶属于临安市科技局,2008年创建为国家级科技企业孵化器,2017年新增孵化面积,孵化场地进一步拓展优化,孵化能力全面提升。孵化器位于临安市主城区,在杭州城西科创大走廊发展轴上,周边配套设施完善,与浙江农林大学仅相隔500米,现面向社会广泛招引成立时间不超过24个月的科技型小微企业入驻。

优惠政策:入驻临安市科技孵化中心的企业可享受租金减免返还,创业导师、人才政策,投融资对接等多项服务。

联系方式: 临安市科技孵化中心, 陈志杭 13336132456



富阳 富裕阳光的 大都市新型城区 欢迎您

杭州第九区——富阳高举“高新工业强区”大旗,牢固树立“产业第一,产业当中高新产业第一”的理念,重点打造“一核两带、联动发展”的科技创新布局,依托国家级经济技术开发区和“浙大网新”“富春硅谷”“银江智谷”等科技园,积极推进“产业转型向东看、生态建设向西看、城市发展向南看”,精心描绘富裕阳光的富春山居新画卷。

联系方式: 杭州市富阳区科技局
联系电话: 0571-63323732
61700939



创新中国产业园·东新分园

园区概况

创新中国产业园东新分园暨智谷创新广场地处下城区善贤路4号,已规划地铁五号线,BRT快速公交换乘中心,交通便利。总面积27368平方米,共地上四层,地下一层。

园区定位

以建设创新型科技园区、大学生创业基地为重点。为产业化企业、大学生创业、初创期的小微科技企业的孵化培育、服务式小型办公室等提供多种办公创业空间。

园区配套

公共服务大厅(含总台服务、洽谈区、小型会议室、大型多功能会议室、休闲吧、咖啡吧等)、内部食堂、健身活动中心、桌球娱乐室、顶楼足球场等。提供企业注册代办(大创免费代办)及财务委托管理,免费参加区组织的创业实训及一对一团队辅导等多种服务。旨在打造服务式创新广场,企业家们的创业俱乐部。

招商热线

钟先生 18105711266 0571-56920112