

此盐非彼盐 警惕亚硝酸盐中毒

通讯员 江歆 本报记者 徐小翔

前不久,金华市婺城区一位老人在做蘑菇汤时,新拆开一袋家中存放的“食盐”,并与两岁的孙子共同就餐。随后,两人先后出现恶心、呕吐症状,孙子出现意识模糊。送医后发现两人高铁血红蛋白值异常,怀疑是亚硝酸盐中毒。经过全力抢救,奶奶症状缓解,目前已痊愈出院。但令人痛心的是,孙子抢救无效死亡。



浙江省自2010年起每年均有亚硝酸盐中毒事件上报,中毒主要原因为将亚硝酸盐误当成食盐食用、蔬菜腌制不当等。

亚硝酸盐是一种护色剂,可在肉类中作为食品添加剂使用,其外观与食盐相似,但可导致高铁血红蛋白症,食入0.2-0.5克即可引起中毒,1-3克便会导致死亡。当人体摄入中毒剂量的亚硝酸盐即会出现急性中毒症状,特征表现主要为头晕、乏力、胸闷、恶心呕吐及皮肤粘膜紫绀等,潜伏期为20分钟至3小时。

对此,疾控中心专家建议,加强餐饮单位监管,禁止餐饮单位采购、贮存、使用亚硝酸盐,严防将亚硝酸盐误作食盐使用,加工食品。食品加工企业及家庭存放亚硝酸盐的地方,要与食品、炊具、饮用水严格隔离,盛放亚硝酸盐的容器要加明显标签,避免误用。不食用刚腌制的咸菜,腌菜时盐可多放些,并腌制15天以上再食用;现腌现吃的菜也不能久放,腌菜时要选用新鲜蔬菜。

疾控中心流调人员在患者居住的出租房厨房内,发现一个餐盒里装有类似盐巴的物品。据家人回忆,里面很可能是一年前开卤味店时剩下的亚硝酸盐。现场采集的12份样本(食物8份,调味品4份)经实验室检测显示,蘑菇汤中亚硝酸盐含量为每升10000毫克,咸菜每升36毫克,剩余盐巴样品中亚硝酸盐含量为80%。经临床特征、流行病学调查、实验室检测综合分析,确认这是一起因误食亚硝酸盐导致的食源性疾病暴发事件。

晨间进食 有益控糖降脂

近日,北京协和医院肝脏外科比较了一日三餐的进食方式与两种限时进食方式对健康成年人身体状况的影响,发现晨间进食可改善空腹血糖、降低体重和体脂、增加肠道微生物多样性,在提高胰岛素敏感性、控制血糖方面更加有效。

研究人员介绍,限时进食可分为晨间进食和午间进食,前者是把每天的进食时间控制在早上6时到下午3时之间,即不吃晚餐;午间进食是把每天的进食时间控制在上午11时到晚上8时之间,即不吃早餐。90位健康、自愿参与研究的志愿者被分配至两组及其对照组中,最后有82名志愿者完成了为期5周的试验。分析结果显示,晨间进食在提高胰岛素敏感性方面比午间进食更有效。晨间进食改善了空腹血糖、减轻了体重和肥胖、改善了炎症,还增加了肠道微生物多样性。 据央视网

六旬大爷食难下咽 缺牙新生让他重享天伦之乐

近半年来,家住杭州市萧山区的牟大爷遇到了一件烦心事:他新配的假牙很不好用,不但吃东西不方便,还经常会突然从口中掉出来。

在跑了好几家口腔机构后,牟大爷终于遇到他的理想牙医——美奥口腔城星机构的关呈超院长,折磨他多年的牙齿烦恼,从此烟消云散。

种好牙后,牟大爷感慨万分:“以前我牙口不好,都是老伴打成糊状给我吃,现在啃排骨、咬苹果全不在话下,那种感觉真痛快。”

多年饱受缺牙苦 夜不能寐令人愁

牟大爷由于多年来抽烟喝酒的生活习惯,患上了慢性的牙周炎,一开始他并没有引起重视,后来牙齿慢慢脱落,只得靠活动义齿度日。

由于平时不注重口腔清洁,牟大爷的口腔情况越来越差,严重影响一日三餐以及日常生活。“我有时候都梦到自己重新长出新牙,牙齿都成我的一块心病了。”

在家里人的鼓励下,牟大爷也去过不少口腔医院咨询种植牙,但医生给出的方案却让他犯愁,“我去过好几家医院,但是都告诉我剩余的这几颗牙不能保留,要拔掉之后才能种,我不太愿意。”就这样,由于种植方案始终没有达到牟大爷的心理预期,种植这事搁置了。

多院建议拔除后种植 终遇关院长定制方案保留余牙

在朋友的推荐下,牟大爷找到了关呈超院长。关院长介绍说,牟大爷的情况不是个例,目前国内活动假牙使用率非常高,相当一部分老年人佩戴假牙。但是,假牙若护理不当也会存在不小隐患。

关呈超院长检查了牟大爷口腔的骨密度情况和重要组织位置,发现他的余牙还比较稳固,可以保留,对有牙齿缺失的位置进行种植就可以了。

牟大爷听到关院长的方案后非常满意,立刻预约手术:“没想到关院长说我的余牙还不错,还可以保留,实在太好了。”

最终,关院长给牟大爷的手术

方案是通过“局部即刻负重”技术,弥补牙缺失的同时,保留余牙,并实现当天戴牙,让牟大爷重获新齿。

关院长说:“半/全口微创即刻种植是一种针对半口或者全口种植牙的修复方案,利用四颗种植体即刻恢复出整排牙齿,不仅可以实现半口及全口牙齿的稳固,而且还能当天种牙,当天恢复咀嚼功能。”

多年来的诊疗经验,关院长一直不忘医者初心,“我们每天都会接触到很多牙缺失患者,尽管他们的口腔情况各有不同,但实现他们的缺牙梦并尽可能保留余牙,减少患者的痛苦,是我一直以来对自己的要求。”

美奥口腔是一家全国连锁专业齿科机构,在全国18座城市拥有32家机构,目前在杭州有2家分院,是省市医保定点单位,入驻杭州以来,有近万名种牙老顾客积累。作为民营口腔机构,美奥口腔坚守医务人员职业道德,确保诊疗方案严谨、科学、合理,让市民拥有一口健康、安全的好牙。关呈超表示,“这是一份职责,更是一份使命。”

记者 林乐雨

5月百万好牙补贴

指定品牌欧美种植牙
3680元/颗 (不含麻醉、手术、材料费)

感兴趣的市民可通过本版右上方电话报名。



关呈超院长简介:

美奥口腔杭州城星机构院长,副主任医师,上海交通大学医学院附属九院口腔临床博士,ICOI(国际种植牙专科医师学会)中国总会常务理事,ICOI中国浙江专家委员会副会长,瑞典诺贝尔中国讲师顾问,黑龙江省高校科学技术一等奖,领衔主译《上颌窦提升外科技术与技巧》,领衔主译《无牙颌种植外科及修复操作技术》,领衔主译《穿颧种植——循解剖之道》。