

中毒急救护理:点亮生命的“安全灯塔”



在咱们老百姓的日常生活中,中毒这事儿可能就藏在不经意间。可能是孩子偷偷拿了大人的药片当糖吃,可能是打扫卫生时把两种清洁剂混在一起冒出怪味儿,也可能是夏天吃了隔夜菜上吐下泻……这些看似平常的小事,要是处理不好就可能酿成大祸。今天就给大伙儿讲讲中毒急救的知识,学会这些,关键时刻能救命!

常见中毒类型及识别要点

药物中毒

家庭里最容易出问题的就是药物中毒。特别是有小孩的家庭,那些花花绿绿的药片、胶囊,孩子看着好奇就容易误食。要是发现孩子突然蔫蔫的、老是吐,或者说头晕心慌,就得赶紧看看药盒少没少药。还有老人,有时候记错药量吃多了,也可能出现浑身无力、手脚发抖的情况。

清洁剂中毒

清洁剂中毒也得特别注意。现在家里清洁剂五花八门,像84消毒液和洁厕灵,这两千万不能混着用!混在一起会冒出呛人的毒气,闻着就嗓子疼、咳嗽,严重了还会喘不上气。要是清洁时突然闻到怪味儿,人感觉不舒服,赶紧开门开窗跑出去。

食物中毒

夏天最常见的是食物中毒。吃了变质

的肉、没洗干净的菜,或者隔夜菜没热透,可能过几小时就开始肚子疼、上吐下泻,有的人还会发烧。这种情况要是一家人或者一起吃饭的人都出现,基本就是食物中毒没跑了。

动植物中毒

在外面玩的时候要当心动植物中毒。春天蘑菇千万别瞎采,那些看着好看的野生蘑菇可能有毒,吃了之后先是恶心呕吐,严重的会伤肝伤肾。被蛇咬了也别慌,看看伤口是不是有两个深深牙印,周围肿起来还发麻,那可能就是被毒蛇咬了。

中毒急救的黄金原则:快、准、稳

快的意思,就是不要浪费时间。有毒物质进入体内,必须迅速处置。尤其是煤气泄漏和农药中毒,时间拖得越久,风险就越大。发现不对劲,先救人再找原因,同时赶紧打120,说清楚地址和情况。

准的意思就是搞清楚啥情况。看看旁边有没有药瓶、农药瓶、剩下的食物,这些能帮医生判断是啥中毒。问问病人哪儿不舒服,是吐了还是头晕,有没有发烧,这些信息都很重要。

稳就是别瞎折腾。有的人一着急就乱支招,又是给灌醋又是给催吐,这些瞎操作可能越帮越忙。特别是碰到喝了强酸强碱(像硫酸、烧碱)的,催吐会烧坏食道,千万不能这么做。

常见中毒的家常处理法

误吃了药或化学品

如果不小心中服用了一些常用的药物,比如老鼠药和农药,在没有昏迷的情况下,赶紧催吐。找个大碗倒上温水,让病人喝下去,然后用手或者筷子轻轻碰喉深处,刺激一下就吐了,多吐几次,把肚子里的东西吐干净。

如果服用了洁厕灵、浓硫酸等强酸强碱,一定要避免催吐!赶快给患者喂点牛奶、蛋白之类的,可以起到保护食管、胃部的作用,然后赶紧送医院。

食物中毒别大意

吃坏肚子上吐下泻,先别着急止吐止泻,让肚子里的坏东西排一排也好。多喝淡盐水,别让身体脱水,要是拉得厉害、吐得厉害,赶紧去医院输液。

夏天剩菜剩饭一定要热透了再吃,要是发现食物有怪味儿、变颜色了,千万别舍不得扔,吃坏肚子可就亏大了。

被蛇咬了别乱跑

在野外被蛇咬了,先看看蛇长啥样,记住花纹颜色,方便医生对症下药。然后找根绳子或者布条,在伤口往上一点的地方轻轻绑一下,别绑太紧,每隔20分钟松一下,不然手脚会坏死。用清水冲伤口,别用嘴吸毒液,赶紧送医院,越快越好。

小结:中毒这事儿可大可小,关键是咱们得有防范意识,知道基本的急救方法。平时多注意,能避免很多麻烦;真碰到事儿了,别慌,照着正确的方法做,及时送医院。

来源:科普中国



3秒致盲!这种“玩具”正在毁掉孩子的眼睛



“10岁男孩玩激光笔视力丧失”“14岁少女盯了激光笔3秒左眼近乎失明”……近年来,关于激光笔伤眼的新闻频频出现,受害者大多是青少年甚至儿童,当孩子们用清澈的双眼探索世界时,一支激光笔却可能瞬间终结光明,让家庭陷入悲痛。

这小小的激光笔,究竟暗藏何种致盲危险?家长又该如何守护孩子的“心灵之窗”?

小小激光笔,为何能让眼睛致盲?

激光笔在生活中随处可见:逗猫玩具、课堂教具、小卖部里几元钱的“玩具”……但它对眼睛的杀伤力远超想象。

那为何小小激光笔有如此大的“威力”?

普通手电筒的光就像撒出去沙子,又散又弱;但激光笔的光就像一根非常尖的针,能量特别集中。据测算,强激光聚焦后的亮度,比太阳表面还要亮上千万倍!当它照射到眼睛里,光线会聚焦在视网膜上,就好比拿放大镜把阳光聚在纸上,能直接把纸烧出个洞——视网膜上的感光细胞,也会瞬间被烧坏。

更要命的是视网膜的“核心区”——黄斑区。这里是我们看清东西的关键部位,一旦被激光照射到,短时间内可能造成黄斑水肿、出血、裂孔、脉络膜新生血管,对我们的黄斑区造成永久性的、不可逆的视力损伤。

有这些症状,是激光笔灼伤眼底的危险信号

当激光笔对眼底造成灼伤时,患者的眼部会迅速发出“求救信号”。即时症状方面,被照射眼睛会立刻出现刺痛感,视野中出现固定黑影,视物模糊不清,看东西颜色也会变得暗淡。部分人还会出现短暂的畏光、流泪现象,即使闭眼或处于较暗环境中,眼前仍可能残留光斑或暗影。

长期症状的危害更为严重。若未得到及时有效治疗,患者的中心视力会显著下降,原本能看清的文字、人脸等细节变得模糊扭曲,甚至无法辨识。阅读、驾驶等日常活动受到极大影响,严重者会出现永久性的中心暗点,眼前始终存在一块无法视物的区域,给生活带来极大不便和痛苦。这些症状一旦出现,意味着眼底损伤已较为严重,必须立即采取行动。

如果不幸被激光照射到要怎么办?

发现孩子被激光照射到,家长必须立刻行动!

紧急防护:第一时间闭眼转头,用手遮挡眼睛,避免继续直视光线,减少视网膜暴露时间。

争分夺秒就医:务必尽快带孩子到专业眼科医疗机构,通过眼底照相、眼底造影、OCT等专业检查,明确损伤程度。

记住:治疗越早,视力恢复的希望越大!

如何才能避免激光笔伤眼?

首先,激光笔一定不能当做一种玩具,要让小朋友意识到这个激光笔对眼睛的危害,防患于未然。

其次,如果说家里要用到激光笔,建议通过正规渠道购买,最好选购激光辐射类别为3R类及以下的产品(激光功率不大于5mW)。

此外,生活中,除了激光笔,还有很多其他刺眼的强光,比如强光手电筒、舞台激光灯,也不能直接照射眼睛,否则照射时间久了也会对眼睛造成伤害,需要注意。

来源:科普中国

雷劈车,人没事!雨天出行怎样“避雷”?

8月以来,全国多地出现雷雨等强对流天气,广西等地还陆续发生了行驶的汽车遭雷击事件。

8月5日,在广西北海铁山服务区发生惊险一幕,当时正在下雨,一辆缓慢行驶的汽车,突然被一道闪电击中,现场有火光闪现,小车当即停车,车上人员无大碍。

车辆被雷击后里面的人为何没事?

汽车外壳由金属制成,金属在雷击的过程中,会形成一个等电势的车壳,像一个天然的“法拉第笼”。

什么是法拉第笼?

法拉第笼是一种由导电材料(如金属网、铜、铝等)制成的封闭或部分封闭结构,它的核心功能是阻挡外部电场和电磁波的侵入,同时防止内部电磁波的外泄。这种结构之所以有效,是因为它能够引导电场和电磁波沿导体表面传播,从而阻止它们穿透到笼内。

当电场或电磁波与法拉第笼接触时,笼内的自由电子会在导电材料表面重新排列,以中和外部电场的影响。这一过程确保了笼内空间的电场强度维持在一个极低的水平,有时甚至接近于零。

因此,车辆被雷击中后,内部的电磁环境基本不受影响,电流会通过车身,再由湿轮胎导向大地。

雨天行车遭遇雷击时如何正确应对?

如果驾车时遭遇雷雨天气,可以在安



全区域停车,关掉引擎、音响系统及收音机等,并关闭所有车窗,使车辆形成一个完全封闭的空间。

切记不要触摸车窗把手、换挡杆、方向盘等,尽量把双手放在大腿上。

如车辆遭遇雷击,不要贸然下车,等电流经车身表面传到地面后再进行处理。

此外,雨天行车还要注意什么?

▲尽量不要在空旷的路段、田野行驶。

▲停车避雨时,不要把车停在电线杆、树下或高楼的墙角下,这些位置都有引雷风险。

▲避雷时,在车上尽量不要使用电器。

▲高速上如遇雷雨天气,应就近进入服务区。

户外出行如何避免“被雷到”

中国气象局原公共气象服务首席朱定真表示,雷雨天气,有两个“30”要谨记。

第一个“30”是指30秒,从看到闪电到听到雷声的时间如果少于30秒,说明雷电在10公里以内,此时即便头顶没有打雷下雨,也建议尽快寻找避雷场所。

第二个“30”是指30分钟,建议最后一次听到雷声,30分钟之后再出门。

第一时间躲避:户外遭遇雷电时,应立即寻找装有避雷针的建筑物或钢筋混凝土建筑物躲避。若实在无处可躲,要寻找低洼地躲避。如在沟壑,可蹲下身体以减少遭遇雷击的风险。

此外,这些危险动作要避免:

不要靠近高压电线、路灯、广告牌等;

不要在河流、湖泊等水域附近逗留;

不要躲在公园里的简易建筑物内;

不要使用手机,避免在空旷地带打伞;

不要把钓鱼竿、球拍等物品扛在肩上;

不要躺在地上。地面的电流可能会传导到人的身体;

不要在大树下躲避。如果雷电击中高大的树木,电流就会顺着树干、树枝、树叶通过人体导入地面,使人体成为导体而被电击。

如果不得不在大树附近躲避,一定要蹲在距离大树最少2米以外的地方,并放低手拿的物品,等响雷停止20分钟后再向安全的地方转移。

来源:国家应急广播