



年前大扫除 竟然引发哮喘

警惕是它惹的祸,这些细节别忽视

做大扫除感染肺曲霉病

春节将至,张大爷在扫除过程中吸入了大量灰尘和霉菌孢子,导致哮喘发作。据了解,张大爷今年73岁,有哮喘病史。为此,张大爷服用了常备的哮喘药物,但症状并未缓解,反而逐渐加重。随后,他被家人紧急送医。经检查,张大爷的肺部出现了感染,确诊为肺曲霉病。

肺曲霉病是一种由曲霉属真菌引起的肺部疾病,主要通过吸入空气中的曲霉孢子而感染。我国曲霉菌感染中,烟曲霉感染最多见,其次为黄曲霉、黑曲霉、土曲霉等。人若不慎吸入,则会导致过敏,表现为轻微咳嗽或低烧等;如果长时间吸入霉菌可能寄生于支气管内,伤害人体组织,严重时还可能导致呼吸衰竭甚至死亡。

突发哮喘怎么办

当灰尘和霉菌孢子飞扬在空气中时,患有呼吸系统疾病的人群,一定要警惕。若不慎吸入突发哮喘怎么办? 这几点要注意:

- 1.第一时间脱离过敏原,离开粉尘、霉菌较多的环境;
- 2.平躺、站位变坐位,平躺时气道塌陷,坐下并向前探身体时,膈肌会下移,呼吸道能被打开,且让肺的容积更大;
- 3.用腹式呼吸,尽量缓解紧张情绪;
- 4.及时用药并就医,尤其是有支气管哮喘病史的患者建议随身携带急救药物。

霉菌藏哪儿 如何清除

霉菌青睐潮湿的环境,在20~30℃、湿

度80%以上的地方最容易繁殖。此外,长时间未清理的空调,其内部易积累霉菌。家中怎样除霉菌?不妨试试这么做。

■居室

开窗通风,是最有效的除霉方法。尽量在房间对角线方向打开至少两扇窗户换气;或使用空调的除湿功能来降低屋内湿度。

■厨房

日常生活中,可以经常打开厨房的排风扇通风。

■浴室

浴室内最易滋生霉菌,避免在浴室内晾衣物;日常可在打扫后使用除霉的专用喷雾剂。

■布艺

布艺沙发等家具易滋生霉菌,应定期清洗沙发套,并在阳光下暴晒。

这些清洁剂别“混搭”

清洁剂各有不同功效,不要以为混合使用效果会更好,有时可能产生有毒气体或导致灼伤。

◆洁厕灵+84消毒液=氯气中毒

氯气是一种有毒且具有强烈刺激性的气体,会使人恶心、呕吐、胸口疼痛和腹泻。

◆84消毒液+洗衣液=有毒物质

洗衣液和84消毒液混合会发生中和反应,降低清洁效果,甚至产生有毒物质。

◆洗洁精+洁厕灵=清洁效果减弱

洗洁精是碱性清洁剂,洁厕灵属于酸性清洁剂,二者混合会发生中和反应,导致清洁效果大打折扣。

专家建议大家,年前大扫除时注意戴手套、口罩,以免吸入灰尘引发疾病,必要时还可戴上护目镜,以防清洁剂溅入眼睛。

据央视



砂糖橘吃多了变“小黄人” 如何恢复正常

随着春节的临近,“明星年货”砂糖橘闪亮登场!砂糖橘,是不少人心中的“过年最爱的报恩水果”。砂糖橘也太好吃了!一口一个根本停不下来。有网友说“吃多了砂糖橘,皮肤都变黄了”,这是真的吗?

专家表示,因柑橘本身含有 β -胡萝卜素、天然色素,若食用过多,人体不能及时代谢,会产生高 β -胡萝卜素血症,这时皮肤可能会泛黄。有网友问“小黄人”还能恢复正常吗?专家解释说,虽然高胡萝卜素血症这个名字听起来比较可怕,但其实对健康没有太大影响。高胡萝卜素血症无需特殊治疗,一般停止或者减少摄入富含胡萝卜素的食物一段时间后,皮肤颜色就会逐渐恢复正常,不用特别担心。

专家提醒,除食用砂糖橘导致的变黄外,我们还需格外注意病理性黄疸导致的变黄。黄疸是血清中胆红素升高导致的。胆红素来源于分解的衰老红细胞,其会在肝脏中加工,最后经过胆管排入肠道。红细胞被破坏过多、肝细胞受损或胆汁淤积时,都可能使得胆红素升高。黄疸通常是一些疾病的最初表现,可能会出现黄疸的疾病有病毒性肝炎、肝硬化、肝癌等。所以当我们发现皮肤变黄时,要关注黄染的部位、持续时间和程度。此外,还要注意是否有其他的症状或表现,比如皮肤瘙痒、疲乏、食欲减退、上腹部疼痛、发热等。

据羊城晚报





顶顶顶呱刮 爱要大声夸

体彩新春季

惊喜顶呱刮!

好运顶呱刮!

新年顶呱刮!

灵蛇献祥瑞,喜迎新春!体彩顶呱刮蛇年主题新春票上市,用不一样的方式表达赞美之意!蛇年顶呱刮,爱就要大声夸!

(1) 互动抽奖:1月6日-1月26日,通过“中国体育彩票”微信小程序或APP登录游戏页面,参与顶呱刮票面合成游戏获得抽奖机会,有机会赢取照片打印机、单肩斜挎包、定制帆布包、定制台历等惊喜好礼。

(2) 视频互动:1月9日-1月26日,在抖音平台进入#顶顶顶呱刮 爱要大声夸#话题页拍摄并发布互动视频,赢取惊喜好礼!



扫码参与活动

公益体彩 乐善人生

体彩公益金被广泛应用于

- 全民健身计划
- 奥运争光计划
- 补充社会保障基金
- 教育助学
- 法律援助
- 城乡医疗救助
- 乡村振兴
- 残疾人救助
- 红十字事业
- 赈灾救灾
- 农村养老服务
- 新疆西藏等地社会公益事业
- 文化事业

快乐购彩



理性投注

不向未成年人销售彩票及兑奖

更多详情请登录:重庆体彩网 www.cqtcw.net

为保护您的权益,不要通过任何手机APP或网站购买体育彩票,请到体育彩票实体店购买。

重庆市体育彩票管理中心



重庆彩市微信公众号



重庆体彩官方抖音号