

夏天警惕六种“啤酒病”

夏天喝啤酒,除了会引起痛风外,还会对胃肠、心脏、肝脏及肾脏造成不良影响。专家表示,“因为喝下去的大量水分会很快排出,但酒精却迅速被吸收。”

喝冰镇啤酒危害更大,冰镇啤酒的温度较人体温度低20℃~30℃,大量饮用会使胃肠道的温度急速下降,血流量减少,从而造成生理功能失

调,并影响消化功能,严重时甚至会引发痉挛性腹痛和腹泻、急性胰腺炎等危及生命的急症。

1.胃肠炎

大量饮用啤酒容易使胃黏膜受损,造成胃炎和消化性溃疡,出现上腹不适、食欲不振、腹胀和反酸等症状。

冰镇啤酒可使胃肠道温度突然下降,毛细血管骤然收

缩,从而诱发胃肠炎,出现痉挛性腹痛和腹泻。

这种病人最早的表现主要是恶心、呕吐;然后才会出现腹泻,每日3次~5次甚至数十次不等,大多数人这时都知道是“吃坏肚子”了,如果没有及时就诊,那很容易造成水电解质的紊乱,严重的会造成严重脱水甚至休克。

2.急性胰腺炎

夏天大量喝啤酒还会使胰腺分泌旺盛,容易导致急性胰腺炎。专家称,还有许多人本身就患有胆结石,在暴饮暴食时,特别是大量喝啤酒后,也容易患急性胰腺炎。

这样的人最典型的表现就是上腹部急剧疼痛,有些会伴有恶心、呕吐、腹胀、腹泻、发烧等症状。这种情况比较麻烦,应该及时到医院就诊,切不可拖延治疗时间。

3.酒精肝

啤酒产热量大,所含营养

成分大部分能被人体吸收,同时,大部分的酒精通过肝脏代谢,长期受酒精损害,会导致酒精肝,还有可能转为肝硬化和肝癌,大大缩短寿命。

很多男性喝啤酒时还会摄入大量的脂肪,又缺乏必要的运动,脂肪肝就很容易产生,而这些人轻者可无任何症状,但有些人的症状却和肝炎类似,全身疲乏无力、食欲不振、腹泻、腹痛、体重减轻,部分病人还有发热现象。

4.肾结石

“为了消暑,很多人都以啤酒替代喝水,这是极不科学的。”专家说,经常喝啤酒的人,水被大量排出,尿酸浓度增高,容易得结石。

这是因为酿造啤酒的大麦芽汁中含有大量水分,饮入后会产生钙、草酸和嘌呤核苷酸等,它们相互作用,能使人体中的尿酸量增加一倍多,容易促进肾结石形成。

肾结石可能长期存在而无症状,特别是较大的结石。肾结石引起的疼痛分为钝痛和绞痛。有些患者会有间隙发作的疼痛史。肾绞痛的部位不同于其他肠胃疾病,疼痛常位于腰部和腹部,多数呈阵发性,亦可为持续疼痛。另一症状是血尿,疼痛时往往伴发血尿,体力活动后血尿加重。

5.低血糖

啤酒中所含的酒精虽低,可是酒精产生的热量会干扰患者正常的饮食控制。当糖尿病患者服用磺酰脲类降糖药或注射胰岛素时,如饮啤酒过多可能出现低血糖反应。

6.心衰

啤酒中含有大量水分,饮入后会增加心脏负担。如果经常大量饮用啤酒,心脏受到酒精的持续损害,会引起心脏肥厚,诱发心力衰竭,已有心力衰竭症状的人更不宜喝啤酒。

(罗鹤清)



黄梅天 少吃西瓜少喝啤酒

梅雨季节已经来到,不少人出现大便不成形、厌食、困乏等症状,中医专家提醒,黄梅天里要少吃西瓜、西瓜这些“驻湿”的瓜果,啤酒也要少喝。

据中医内科朱欣伏医生指出,黄梅天空气中湿气较重,人容易出现食欲减退、困倦乏力等不适症状,特别是本身脾虚的患者,消化系统症状会加重,如厌食、气虚、四肢沉重。医生分析说,脾主运化,一旦体内湿热较重,会影响运化功能,造成消化吸收障碍。因此在梅雨季节要特别注意健脾化湿。目前西瓜、香瓜都大量上市,成为市民的理想水果。殊不知,西瓜、香瓜都是“驻湿”的瓜果,容易造成体内湿气淤积,加重湿热症状。要特别注意儿童的饮食调理,儿童自制力较差,过多饮用冷饮或无节制乱吃会加重脾胃阳虚,一旦阳气受损,脾胃功能失调,就会导致水湿不化而引起脾湿,儿童会出现大便不成形、厌食、困乏等症状。

专家建议,脾虚的患者要多吃一些容易吸收、消化的食品,以抵御湿热的侵袭。

(晓红)



看球赛不宜喝冰镇啤酒

连日来,欧洲杯足球赛在欧罗巴大地激战正酣。而球迷们也是彻夜鏖战,每天只睡两三个小时,看球时还伴着冰镇啤酒、小菜等,由此衍生出各种“球赛综合征”。记者从各大医院获悉,近日年轻患者有所增加,其中胃

肠道疾病、心律失常等占多数,而这些疾病大多与半夜看球赛有关。

球迷郭先生平时有两大爱好:足球、啤酒。这几天,他每天凌晨都边看球边喝冰镇啤酒,日子过得非常爽快。不过,一天早上起床后,郭先生

开始感觉胃部有烧灼感,一天上了5次厕所。到医院一检查,医生说是因过量摄入冰镇啤酒,导致胃部寒湿气加重,患了急性胃肠炎。

笔者从医院获悉,这两天气候潮湿,温度不算很高,但是,急诊中30岁左右的年轻

病人却明显增加。据该院门诊统计,胃肠道疾病、心律失常、神经衰弱引发的心理等疾病每天增加近百例。

“除了精力不济、失眠等情况外,还有不少市民出现心律失常”,郑安琳教授表示,上述症状都是由于看球赛改变

人的生物环境后引起的应激失常。

为此,专家建议:夜宵尽量不要吃辛辣刺激的食物,更忌冰镇啤酒,不妨以口味清淡的碳水化合物和水果为主;尽可能用茶水代替咖啡、可乐;为保护颈椎,忌长时间和躺着看电视,不妨随着球赛的“中场休息”活动筋骨;高血压、心脏病、肝病等慢性病患者最好不要熬夜。

(新华)



乙型肝炎表面抗原(HBsAg)在体内存在的时间及其意义

肝炎科主任 副主任医师 牛卫理

乙肝病毒(HBV)感染呈世界性流行,我国属HBV感染高流行区,一般人群的HBsAg阳性率为9.09%。接种与未接种乙型肝炎疫苗人群的HBsAg阳性率分别为4.51%和9.51%。

感染HBV后,HBsAg是首先出现的病毒标志物。从感染到血中出现HBsAg的时间,与感染的途径及病毒数量有关。数量大,则间隔时间短,约3周。如输入HBsAg阳性的血液,在输血后1周即可检测出HBsAg。如数量小,则间隔时间可达4个月以上。一般在HBsAg出现后7周左右表现出肝炎症状和肝功能异常,此时常常接近HB-

sAg滴度达高峰时间。在自限性感染时,大多数病人的HBsAg在血中持续时间为6周,最长可达20周,肝炎症状出现后4周内大多消失。患者血清转氨酶达高峰后12周消失,如超过6个月仍不消失,可能变为慢性肝炎。

HBsAg是感染HBV后最先出现的指标,其阳性的意义主要有:1.有助于乙型肝炎的早期诊断,急性乙型肝炎的潜伏期末,大部分病人血清HBsAg阳性,急性期达到高峰,然后下降。在乙型肝炎病人血清中HBsAg检出率达70%以上;2.有助于乙型肝炎的鉴别诊断,阳性者为乙型肝炎患者或携带

者(包括慢性HBV携带者和非活动性HBsAg携带者);3.有助于乙型肝炎的预后估计:6个月内消失者,多提示HBV自然清除,持续6个月以上者,多数迁延不愈,常表示疾病慢性化;4.筛选供血员及各种血制品;5.研究乙型肝炎的流行病学:已证实HBV主要经血和血制品、母婴、破损的皮肤和黏膜及性接触传播;6.乙肝相关性疾病的调研:通过大样本的分析,发现肝癌的发生和乙型肝炎具有相关性,我国目前男性HBsAg阳性率(11.33%)高于女性(8.23%),易患乙型肝炎和肝癌。

药酒什么时间饮用最好

时下很多人喜欢通过喝药酒来治病或养生,但对于如何科学饮用,就知道很少了。殊不知,药酒也是一种中药,如饮用不当,对身体反而有害。

一般来说,药酒最好在进餐时或者餐后喝,以免刺激胃黏膜。而且,因为药酒多由度数较高的白酒泡制而成,所以不善饮者,如果空腹喝下很容易上头,导致心跳加速。就算是那些平时很能喝酒的,也不要空腹喝,以防意外。此外,有些人喜欢在睡前喝点药酒,一些添加

了枸杞、天麻、桂圆等安神中药的药酒,的确有助入睡。但这也要因人而异,少数人会因此血液循环加快,变得兴奋不已,这就得不偿失了。

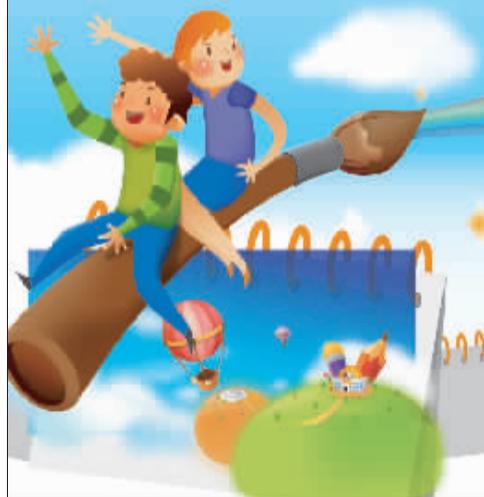
值得提醒的是,不论出于何种原因喝药酒,都要适量,否则将严重影响身体健康。治疗性药酒服法须遵医嘱,滋补养生类药酒的最佳用量以每天50克~100克为宜。同时,有慢性胃炎及胃溃疡者,肝炎、肝硬化或肾功能不全者最好不要喝。

(今强)

热烈庆祝我市“顶呱刮”奥运主题即开型体育彩票隆重上市!

详情咨询各体彩销售网点

《淇滨晚报》小记者暑期招聘开始啦!



自《淇滨晚报》小记者采访团成立以来,本报组织小记者参加了培训、参观等一系列活动,赢得了小记者和家长们的广泛赞誉。应广大同学和家长的强烈要求,经报社党委研究,本报决定继续招聘《淇滨晚报》小记者。具体要求如下:

一、招聘范围

凡学习成绩优良、思维活跃、身体健康、爱好广泛、遵守纪律,积极参加社会实践,关注《淇滨晚报》,有一定写作(摄影、绘画)基础的中小學生,均可申请报名。

二、录取条件

报名者提供1篇~2篇能反映实际写作水平的优秀习作和一寸免冠照片两张,经报社审核录取;在正规的报纸、书刊、广播电视、网络上发表过作品,或在学校以上各类比赛中获得过奖励的中小學生可直接录取。报社审核录

取后每人交费100元。

三、报名方式

1.直接到报社二楼211室小记者活动中心报名;

2.由学校组织集体报名;

3.由本报正式小记者推荐报名。

四、待遇

1.发放小记者证、采访本、小记者帽。
2.免费赠阅一年《淇滨晚报》一份。
3.报社免费为小记者举办知识讲座;免费组织小记者参加市内采风活动;优秀小记者可申请假期跟随报社记者采访;享受诸多合作单位为小记者提供的优惠和部分景区的免费服务。小记者各项活动通知将通过《淇滨晚报》、大河鹤壁网小记者家园网站发布。

4.在《淇滨晚报·小记者家园》专版及大河鹤壁网小记者家园网站刊发小记者优秀稿件

及绘画、书法、摄影作品。

5.每年对优秀小记者进行评选奖励。

五、报名时间

即日起正常工作日及周日均可报名。

报名咨询热线:3319180

13033892229 13849202392

联系人:王老师 关老师

近期小记者部分活动预告

- 1.小记者与名人面对面
 - 2.参加《鹤壁日报》创刊50周年庆典
 - 3.欣赏影片,写观后感
 - 4.走进军营
 - 5.小记者联谊会
 - 6.暑期体验式采访
 - 7.小记者讲“我的第一次采访”
 - 8.百米长卷绘奥运
- ★具体活动安排详见《淇滨晚报》