

专家问诊

你对麻醉的认知仅仅是“打一针，睡一觉”吗？

解读当代麻醉术应用场景和常见误区

■记者程雪

提起麻醉，你还简单地认为只是“打一针，睡一觉”吗？麻醉科医生在术中才登场？麻醉会对患者的身体或智力造成伤害么……本期邀请浙江大学医学院附属第二医院麻醉手术部主任、主任医师严敏，科普当代麻醉理念和麻醉技术应用场景，纠正人们对麻醉的常见误区。

围术期安全要靠麻醉医生

“很多过去不实施麻醉的检查和操作也开展无痛项目了，让医疗体验舒适感大大提升，也让患者的安全得到保障。”严敏介绍说，麻醉广泛应用于各种疼痛治疗、门诊侵入性检测、日间手术以及住院治疗，具体有无痛胃镜、无痛支气管镜、无痛经食道超声心动图、无痛取卵、无痛分娩等。

前段时间，一名在工地干活的小伙子不幸被铲车误伤，大腿和屁股几乎离断，血流不止。送进手术室的时候，他出血量预估超过 6000ml，已经处在濒死边

缘。麻醉团队立即实行监护，迅速开放多路静脉通路快速补液输血、维持循环稳定等。麻醉手术部球囊阻断团队进行腹主动脉球囊阻断术——这是一种犹如在宽阔的江河筑起大坝的技术，快速阻断“上游河流”，减少患者出血，为手术创造条件。

严敏介绍说，当前的麻醉学已经在传统方式上引入个性化监护手段，在术中可对患者进行经食道超声心动图、心排量监测、神经监测、脑氧饱和度监测、凝血功能监测等技术，为患者提供完善的术中管理。

麻醉只是“打一针，睡一觉”？

麻醉是一种怎样的体验？对于患者而言，可能只是“打一针，睡一觉”，而对于麻醉医生来说，精准医疗背景下，麻醉医生已经从术中走到整个围术期。

“现代的麻醉不再是单纯地在手术中维护患者生命安全，麻醉医生也参与到术前、术中、术后的全程管理，为患者的生命护航。”严敏说。

术前，麻醉医生需要了解患

者的重要脏器功能，将患者调整到最佳手术状态。根据其情况和手术方式，从全身麻醉、神经阻滞麻醉、椎管内麻醉、复合麻醉、局部麻醉等麻醉方式中做最优选择。

术中，患者往往处于非常脆弱的状态，麻醉医生会全程监护生命体征，建立液体通路，进行循环、呼吸、内环境等精细管理，保障患者生命安全。麻醉中，要根据患者情况调节药物，减少应激反应，保障病人安全稳定，让操作医生更好地观察患者微小的病变，进行精确准确地操作。

术后，麻醉科医生更要积极参与患者康复过程，提供个体化的镇痛方案等，全方位提供围术期精准管理。

麻醉会造成孩子智力缺陷么？

麻醉也常用于老年患者和儿童患者，他们往往在复杂的检查中不耐受，实施麻醉后可以舒适地度过诊疗过程。但也有人很担心，摄入麻醉药物过多，会不会影响人体健康，全麻的话会不会对小孩子智力产生不良影

响？

严敏说，现有麻醉药物的可控性、可逆性、安全性、有效性都非常好，现有麻醉药物半衰期非常短，患者苏醒后药物已经代谢完全。大规模的人群研究表明，常规剂量的麻醉药物不会对儿童的智力产生明显影响。清醒状态引起的紧张焦虑所带来的危害远超想象，而麻醉可以明显缓解患者的紧张焦虑，提供无痛、舒适、安全的诊疗保障。

病人的恐惧就来源于对麻醉知识的缺乏。很多人容易在术前变得紧张，这就需要麻醉医生出马，通过麻醉门诊和术前访视等进行有效心理干预，提高患者对麻醉的认识，必要时也可以给予镇定药物调控。

患者在手术之前往往会收到禁食禁饮的通知。严敏解释说，这是因为在麻醉的状态下，食管括约肌松弛，使得胃内的食物和液体会反流至咽喉及口腔，如果这些东西误吸入气管和肺部，就会导致严重的不良反应。患者们要遵医嘱，术前禁食，保证术中安全。

育儿大百科

疫情期间,关于儿童口腔你必须了解更多

■主持人许瑞英

反复来袭的疫情，把大家折腾得身心俱疲！尤其是家有读书郎的家庭们，更是胆战心惊。

然而精力无穷的神兽们天生喜欢到处玩，到处摸，时不时地再拿小脏手去揉揉眼睛、抠抠牙齿、啃啃指甲，简直让家长们变成了一台不停叮嘱的复读机。

的确，口腔，作为病毒进入人体的主要途径之一，在这个节骨眼上尤其要引起足够的重视。有哪些关键点，平时你做到了吗？

刷牙前用洗手液和水彻底洗手至少 20 秒：一般孩子从外面回到家后，都会先洗手，但是在刷牙之前，很少有习惯先将手清洗干净的，这一点需要特别注意哦！

每三个月更换牙刷，大人和孩子的牙杯牙刷分开放：孩子不使用大人的牙刷，牙刷也一定要分开放，如果孩子发烧康复之后，记得最好也要更换一只新牙刷。

3 周岁后的娃还在吃手，一定要戒除：0-3 岁还在口欲期的孩子，如果吃手的话，家长们一定要记得及时给孩子洗手。如果 3 岁之后的孩子仍然在吃手，就必须引起足够的重视啦！孩子在进入幼儿园之后，社会接触面大，感染病毒的风险更大，同时，这个时候再继续吃手，就容易引起牙齿的错颌畸形。

如果处在隔离区或者封控区，孩子出现了口腔问题，无法及时就诊，可以接着往下看：乳/恒牙疼痛，如果表现为进食后食物嵌塞疼痛，应及时用牙线剔除，同时避免冷热食物刺激；如果只有吃东西时痛，应尽量避免使用该牙。如有食物嵌入，如疼痛剧烈或引起夜间无法休息，可服用止痛药及消炎药。

发现龋齿或填充物脱落，如无明显疼痛不适，可自行刷牙清洁，适当时候及时就诊。乳牙松动或脱落，儿童换牙期间，乳牙松动或者脱落均属正常情况。如牙齿松动引起进食不适，家长可考虑帮助拔除，或诱导儿童进食偏硬食物促进其脱落。乳牙滞留，如果孩子换牙中出现了双排牙，可让孩子多咀嚼或啃食有韧性的食物，促进乳牙脱落，等隔离解除后及时前往医院就诊。牙龈出现脓包多为牙齿的根尖周炎所致，如无疼痛，口服消炎药即可，待隔离解除后前往医院进一步诊治。

乳/恒牙治疗未完成，如果牙齿治疗一半，被隔离在家，也不要急着，因为一般封药处理，多为氢氧化钙糊剂等消炎药物，可以保留数周到数月，可以待到隔离解除后再行复诊。如果临时封药脱落，注意保持口腔卫生，尽量避免使用该牙，及时清洁牙洞即可，若有肿痛明显，可前往医院就诊。

徜徉花海 乐享春光



这两天，春光明媚，市民徜徉在这义县花田美地，有的在姹紫嫣红的花海中赏花、有的坐上卡丁车

体验速度与激情，乐享春天的美景。

通讯员张建成、李云升 摄

网友集体诉苦“春季过敏”

医生说,揪出“真凶”有 100 种办法

■朱佳欢

草长莺飞、万物复苏的春天，对过敏体质人群来说，却是一把鼻涕一把泪的苦日。网友们又开始集体诉苦。

“阿嚏！阿嚏！阿嚏！”连打好几下喷嚏，亮亮（化名）不仅鼻子难受，眼泪都快流出来了。他只能无奈感叹：“没办法，老毛病发了。”杭州未来科技城医院过敏中心主任医师汪绪武说这些天就诊患者明显增多。“一般过敏症状不出现，大家就不当回事儿，等到过敏季节到了，打喷嚏、流眼泪，难受了才会重视。”

过敏原来是免疫系统“防卫过当”

亮亮过敏表现在鼻炎，他的朋友静静（化名）则是表现在皮肤，动不动身上就起“风团”，指甲一划就是一道痕，医生确诊是荨麻疹。“高中时候发现的，试了各

种偏方都不见效，后来不去管，突然好了，但是生完孩子又发了，我感觉到是免疫力下降的原因。”汪绪武主任表示不无道理。

过敏性疾病又称变态反应疾病，是身体对一种或多种物质的不正常反应，而这些物质对大多数人是无害的。简单讲就是身体免疫系统对某种本无害的物质“防卫过当”的过激反应。

过敏反应主要体现在人类的呼吸系统、眼睛、肠胃系统和皮肤四个方面，会伴随身体对过敏原的变态反应而产生各种症状。

“我家儿子一出生就湿疹严重，心疼。”“每天抓耳挠腮，猴子即视感。”“我每天擦鼻涕的餐巾纸能把垃圾桶塞满。”“眼睛痒的想把眼珠子抠出来”……

网友的吐槽代表的是过敏表现，比如眼睛发痒使用消炎药水后不仅没好反而加重，要警惕过敏性鼻炎结膜炎；鼻子痒、打喷嚏、流鼻涕经常发生在早上，吸入异味

或油烟、空气中有粉尘时，可能是被过敏性鼻炎盯上了；皮肤发痒，抓挠后出疹子，出疹子后更痒，小心过敏性皮炎；厌食、烦躁不安、反复呕吐、长时间腹泻等表现，可能是食物过敏。

过敏的原因千奇百怪，竟有人对钱过敏

“过敏的症状大多相似，但是过敏的原因不尽相同。”汪绪武主任医师在大量过敏患者中遇到有人对鸡蛋过敏，有人对尘螨过敏，有人对花粉过敏……竟然还有人

对钱过敏！患者只要一接触钱币，就会导致接触性皮炎后来发现是对硬币中的镍铬金属成分过敏。

有人说那就用纸币吧，但纸币是用各类油墨印刷而成，油墨多源于植物，它们比金属更容易引起过敏反应。所以，过敏体质的人知道过敏原非常重要。过敏原是使人过敏的抗原，空气、食

物、饮料、日用品中都有它们的踪影，几乎无处不在。只有全面、有效查出过敏原，才能对症治疗，从根本上解决问题。杭州未来科技城医院引进浙大迪迅先进的过敏原检测系统，从几十种到上百种的特异性抗体 IgE（一型过敏）和食物特异性抗体 IgG4（三型过敏）都能检测。

三型过敏性疾病的治疗相对比较简单，主要是对过敏食物进行饮食管理，避开过敏原。一型过敏性疾病的治疗可进行“以毒攻毒”做“脱敏”，医学上称之为特异性免疫治疗的办法，俗称“脱敏治疗”。另外，除了医学治疗，过敏人群应该遵循医生的生活处方，比如使用除螨产品以及防螨床品。

双百擒凶，过敏无处可遁

过敏原检测可分为体内试验和体外试验。体内试验比如点刺试验，方法是先将点刺皮试液滴

健康警示

吃当季凉菜 险送命

黑木耳宜现泡现吃

■记者程雪

通讯员张弛、魏安琪

黑木耳营养丰富，口感弹润，有“素中之荤”的美誉，是不少人喜爱的美食。杭州的王阿姨前几天自己凉拌了一盘黑木耳，她怎么也没想到，这盘爽口的凉菜却差点夺走她的性命。

吃黑木耳后进了ICU

这天中午，王阿姨没啥胃口，想到两天前泡好放在冰箱里冷藏的黑木耳，正好弄个酸辣凉拌木耳开开胃，凉拌之前她还特意在水里煮了一遍。午饭后一小时，王阿姨出现恶心呕吐情况，腹部剧烈胀痛，她去社区医院输液后回家休息，结果到了晚上症状又加剧了，上吐下泻五六趟，腹痛难忍，体温一度升高至 39℃。

第二天一早，家人发现王阿姨精神恍惚，情况不大对劲，急忙将她送往杭州市红十字会医院急诊科。王阿姨当时测血压只有 79/56mmHg，心率 125 次/分，四肢湿冷，皮肤巩膜黄染，皮肤可见散在花斑。“不好！病人休克了！”急诊科医师一边完善相关检查，一边立即进行抗休克、抗感染、补液等治疗。

转入消化科病房后，王阿姨的各项指标持续“报警”：炎症指标迅速增高、心肌受损、凝血功能明显异常，肝功能进一步恶化，很快出现无尿，需要进行肾脏透析治疗。

医院多学科迅速联合会诊，结合王阿姨的病史特点，考虑其为黑木耳产生的米酵菌酸毒素导致的中毒性休克，紧急转至 ICU 加强监护及各器官支持治疗。经过抗休克、抗感染、输血，以及进行床边持续血液净化治疗，王阿姨的感染症状逐步改善，血压稳定，精神明显好转，目前已脱离生命危险，转至肾内科继续专科治疗与康复。

泡发太久会产生毒素

杭州市红十字会医院 ICU 主任医师方堃说，其实干木耳本身没有毒，总结以往黑木耳中毒病例中都有一个共同的特点——黑木耳一般都泡发两天以上。

木耳在泡发过程中可能会滋生一种叫作椰毒假单胞

菌的细菌，它会产生米酵菌酸毒素，有权威报道显示，食用 1-1.5mg 就有致命可能。

正常的黑木耳短时间泡发产生米酵菌酸的概率非常低，但如果长时间浸泡，加上外部环境不干净，就有可能被椰毒假单胞菌污染而生成米酵菌酸毒素。比如浸泡时周边同时存在过期变质的食物，或浸泡容器没洗干净而残留食物残渣，这些变质和残留的食物残渣就会变成米酵菌酸形成的温床。

米酵菌酸具有耐高温、难溶于水的特性，高温烹饪也无法去除，一旦滋长了此类细菌，即使是认真清洗、做熟，毒素也没办法完全去掉，就算是少量摄入，也会引起中毒。

米酵菌酸的中毒潜伏期最长为 3 天，多数为半天至 1 天。患者初期仅有恶心、呕吐、腹泻、头晕、全身无力等轻度症状，随后可出现黄疸、肝肿大、皮下出血、呕血、意识不清等症状。

今后还能安心吃黑木耳吗？

对于米酵菌酸，目前医学上还没有特效药，只能见招拆招，对症治疗。如果催吐洗胃之后症状仍不能缓解，则需进行血浆置换来将毒素排出。如果毒素已经到达各脏器，又就医不及时，很可能造成不可逆的损伤，如果毒素摄入量太大，将面临生命危险。

因此，预防很重要。方堃建议，泡发木耳类食材，随发随吃。特别是夏季，最好在冰箱内或冷水加适当冰块泡发，低温可以延缓微生物的增殖速度。通常来说，木耳用冷水泡 1-2 小时就可以了，最长也不宜超过 4 个小时。如果是温水或者热水泡，时间更要相对减短。当泡发木耳的时间较长，出现浑浊、发黏和异味的情况，要果断扔掉。

“除了凉拌木耳，凉拌腐竹、黄瓜、秋葵、藕片、马齿苋都是开胃好菜，但凉菜也会带来一些食品安全风险。”方堃提醒广大市民，制作凉菜时要注意生熟分开，不要用于处理过生肉的刀具、砧板、器皿接触凉菜；尽量焯水煮熟，焯水之后过干净可饮的凉水，或者直接摊在较大的盘子里，放入冰箱一会冷却后食用。

时令健康

一天三颗枣 很香，很甜，很健康

■小杭

清明过后，进入暮春，天气多风偏干燥，也让人们有些不适，在享受春景与暖阳的同时，也要根据季节的变换调整饮食结构，尊重春季“少酸多甘”的饮食规律，但要注意这里所说的“甘味”并不是指蛋糕、奶茶等富含蔗糖的甜品，而是像糯米、蜂蜜、桂圆等略带甜味，并且有助于身体补充阳气的自然食材，其中最为推荐的就是红枣，甘甜补脾胃，美味又便宜，不选它选谁？

俗话说“一日三枣，青春不老”，红枣自古就是补气养血的上等佳品，作为“五果”（桃、李、梅、杏、枣）之一，它富含维生素、氨基酸和多种矿物质，有补益脾胃、调和药性、养血宁神的功效。《本草纲目》记载：“（枣）主治心腹邪气，安中，善养脾气，平胃气”，中医临床常将红枣用于药性剧烈的药方中以减少烈性药的副作用，还能保护人体正气。

现代药理研究发现吃红枣能增加胃肠黏液，在胃肠道功能不佳、蠕动力减弱及消化功能差时就很适合进补红枣，且红枣对女性防治月经期贫血和产后失血有重要作用，其效果是通常的补血药物所不能比拟的。

怎样挑选一颗上好的红枣？看外表：优质的红枣大而饱满，外表光滑少裂痕，其皮呈紫红色，且颜色越深枣越成熟，味道当然也越好。捏质感：优质的红枣皮薄核小肉多，轻轻地捏一下可以感受到其肉质饱满。如果枣有干扁或有空洞就可能是被虫吃过了。品味道：优质红枣一定是味甜干脆，如果有苦涩或者酸的味道则不建议购买。

市面上常见的红枣有干红枣和新鲜红枣两种。干红枣最好是煮食，或将其煎水饮用，或与大米、小米或糯米同煮为粥，要注意烹制时先将红枣切开，因为它的表皮坚韧不易消化，不剖开很难将其中有效成分完全溶解出来。

新鲜红枣中含有丰富的维生素 C，能以有效降低体内血清胆固醇和甘油三酯水平从而保护血管，但要注意鲜枣吃多了易致腹泻并伤害脾胃，所以在春季因外感风热而引起的感冒、发烧及腹胀气滞症状时要少吃鲜枣。