

新郑播报 | 健康

藿香正气水+头孢=中毒? 这是真的!

最近,朋友圈和微信群被一条“藿香正气水与头孢一起服用,会马上丧命”的消息刷屏,消息一出也引发不少市民担心,这是真的吗? 记者就此采访了新郑市人民医院药械科陈桂红药师。

陈桂红表示,虽然不能说是马上丧

命,但这则消息有一定科学性,因为藿香正气水里面含有酒精成分,和头孢同时服用会发生双硫仑样反应。双硫仑样反应,又称戒酒硫样反应,是由于应用药物(头孢类)后饮用含有酒精的饮品(或接触酒精)导致体内“乙醛蓄积”的中毒反应。

陈桂红还告诉记者,除头孢类药物外,硝基咪唑类药物、奥美拉唑、格列本脲甲硝唑、氯霉素等药物,均可与酒精产生双硫仑样作用。因此,在患者注射或服用上述药物,直至停药7日内,均应谨记不仅要禁酒,还要避免食用各种含乙

醇的药物、食物,如米酒、酒心巧克力、发酵的食醋、豆腐乳、藿香正气水、养阴清肺糖浆等,特别是肝功能异常者、儿童、老人、心脏病患者、脑血管病患者及对乙醇敏感的人,更不要将这些药物混用。

新郑播报 邓春丽

1 饮三叶茶

夏至养心清暑,首先推荐夏至三叶茶,分别是荷叶、竹叶、薄荷叶。可以三叶合泡(每种3-5克)或者任选其中的一种(荷叶、竹叶用5-10克,薄荷叶5克即可)泡茶喝,有非常好的清心火、养心和消暑作用。难以接受苦味茶的人,可以用绿豆西瓜饮代替,即在煮好的绿豆汤里加入小块的鲜西瓜。

2 芹菜萝卜汤

夏至时人体的气血往头部升发,很多人会出现头昏脑涨,对于脑血管脆弱的人,夏至前后出现脑血管破裂的危险也比较大,所以需要适当地进行降气,(除了服药),一个简单的食疗方法是用芹菜和萝卜煮汤喝。

3 西洋参麦冬茶

对于心气虚的人,出汗多了以后会有心慌、呼吸短促、乏力症状,建议这类人夏至这天开始喝西洋参麦冬茶。具体做法是每天取3克西洋参、5克麦冬,开水泡代茶饮,不过这道茶只适合心气虚的人群。

4 每两三个小时开开窗

一般开空调两三个小时后就该开窗户透透气,大约半个小时。没有自然风对流,空气较污浊,容易疲倦头疼。

夏

夏至之后,我国大部分地区将进入盛夏,这是一年中最难熬的暑热关。中医认为夏至时人体的阳气达到鼎盛,气血上升,容易出现心脑血管问题,因此夏至后的养生十分关键,要特别注重保养心气,预防中暑。奉上8条养生建议,照着做就行。

夏至最要养心气

8条养生建议请牢记

5 空调26℃最合适

室内外温差不应太大,一般在8℃-10℃。否则,从火热的室外一下子进入阴凉的室内,人体自身很难迅速调整,会产生一系列不适的反应,特别容易患感冒、胃肠炎、肩周炎、面部神经麻痹等症,更是心脑血管病人的一大忌。夏天虽然可能出现38℃以上的高温天气,但是一天中大多数时间的温度都在35℃以下,所以26℃的室内温度是比较合适的。

6 夜间温度别太低

年轻的朋友不要贪图凉爽睡觉时通宵开着空调,最多是将其调为夜间模式,只要可以清凉入睡就行了。否则睡着后很容易受风着凉。

7 多喝水

暑易伤气,如出汗太多则令人头昏胸闷、心悸口渴、恶心等。多饮凉开水,以补汗液造成的水分丢失太多。锻炼则以散步、慢跑、打太极拳为好,不宜做过分剧烈的运动。

8 多吃稀食少油腻

夏季常因气候燥热而食欲不振,其实这是因为湿热蕴积在内,肠胃缺乏运化动力的反应。调养胃气,让胃口这个吸收营养的“加油站”动力十足,才更有利于食物的消化与吸收。胃喜潮湿,因此多吃稀食是顺应胃气的重要方法。早晚喝些大米或薏米粥。体质弱的人还可以增加一些红枣或者生姜。这样既有助于生津止渴,还能帮助滋养胃阳。

肉类与油腻性食物则是阻碍肠胃消化的“绊脚石”,在保证每日所需的基本蛋白质以外,最好减少肉类的摄入。



新郑市人民医院 风采巡礼

县乡村三级联合送服务 再创医院新品牌

新郑市人民医院携手基层医疗机构

联合开展2016年“走村串巷进社区 服务百姓健康”大型义诊月活动



配置有移动DR、彩超、心电图机、电视等高端设备的“巨无霸”——百万元大型体检车,成为新郑市人民医院名副其实的“移动医院”

走村串巷进社区 服务百姓健康

近日,医院再次借助2016年该院成为白内障免费手术指定医院的东风,切实走向村镇,走进社区,为老百姓提供最实际、最接地气的医疗服务和白内障筛查活动,达到早发现、早治疗的目的,新郑市人民医院解放路院区特于6月、7月、8月3个月,开展2016年“走村串巷进社区 服务百姓健康”大型义诊月活动,由院长亲自带队,分片区每天进行义诊活动。活动开展以来,已深入新郑市各乡镇、卫生院10余处,义诊百姓千余人,张贴白内障复明工程海报300份,发放彩页万余份,筛查确诊白内障患者90余名。



下乡义诊活动月,三级联合义诊

新郑市人民医院作为新郑医疗领域龙头单位,长期勇担服务社会、技术帮扶的责任。为带动基层医疗机构卫生服务能力提升和发展,逐步实现分级诊疗模式,将国家惠民政策落到实处,给基层群众提供足不出户的优质诊疗服务,医院班子高度重视,多次联谊基层医疗机构,与乡、村、社区卫生院达成共识,以乡村医疗骨干熟识的健康网络为基础,依托新郑市人民医院的技术、品牌、设备、专家优势,达成医疗资源的纵向整合,同时利用配置有移动DR、彩超、心电图机、电视等高端设备的“巨无霸”——百万元大型体检车的优势,走村串巷进社区,成为名副其实的“移动医院”。 新郑播报 邓春丽 通讯员 杨莹 文/图

下乡义诊活动月 医院各科齐上阵

活动现场,前来咨询的百姓络绎不绝。义诊中,针对老百姓提出的常见病、慢性病等问题,该院的义诊服务队不仅给予耐心的答疑解惑,并为他们测量血压、测血糖、做初步诊断,根据病情提出合理治疗方案。此外,该院的中医科、男科也加入到活动中来。服务对象大到90岁高龄,小至2岁的儿童,切实为百姓提供内、外、妇、男、儿科的全面检



仔细筛查,利于白内障早发现、早治疗

查。同时,义诊服务队还准备了宣传手册,发放给现场的百姓,普及医学常识和健康知识,使广大群众能增强自我保健意识,科学就医。6月、7月、8月正值夏季最炎热的3个月,但该院的义诊服务队依旧严谨认真、耐心细致地为百姓提供医疗服务,下乡义诊活动月,真正地送健康下基层,为老百姓提供安全、优质、高效的医疗服务!



关注微信服务号
新郑市人民医院
实现预约、查询、
咨询等线上服务