

发现孩子误服药品怎么办



资料图片

管不严,存放位置不当导致儿童误服。另一个是粗心的家长给孩子喂错剂量,甚至喂错药品,导致药物过量或中毒。

为避免小孩误服药物的意外,家长尽量不要在孩子面前吃药,因为孩子会模仿成人吃药的行为。不要为了让孩子吃药,骗其说是糖果。家长应把药物放在孩子不易拿到的地方。另外,家长要对家中药品以及各类腐蚀性化学剂、鼠药等物品妥善存放,最好放在高处并落锁,切忌放于儿童能触及的地方。特别提醒的是,不要用饮料、矿泉水瓶装有毒液体,以防孩子误服。

发现孩子误服药物,怎么办?先要尽量弄清孩子吃了什么药,吃了多少。如果

确定孩子误服的是一般性药物,如毒副作用很小的多种维生素,让孩子多喝点凉开水,使药物稀释并及时排出即可。安眠药、降压药、退热药、降糖药等有一定毒副作用,且有剂量限制,孩子误服后会出现不同程度的反应,如头晕、腹痛、恶心呕吐,心跳加快或减慢,或陷入昏迷,甚至导致休克,造成生命危险。家长最好第一时间送其到医院接受救治。

如果误服具有腐蚀性的物品,可引起口腔、食管、胃部灼伤、出血,甚至胃穿孔,家长不要随意给孩子喂水,也不要擅自催吐,以免使孩子的咽喉、食管和胃受到二次损害,应及时送到医院接受诊治。如果误服不明物品,应把外包装或剩余物一起带到医院,以便医生判断并采取相应的治疗措施。

据新华网

近日,余婆婆发现3岁的孙子轩轩(化名),手里捏着一个瓶子往嘴里喂。余婆婆仔细一瞧,竟是自己吃的降压药。她吓了一跳,赶紧从轩轩嘴里抠出1片来,并叫来儿子丁先生。丁先生试着给孩子催吐,没有成功,于是他赶紧将孩子送到医院急诊科。患儿被送到医院时,面色潮红、无精打采、嗜睡、恶心、干呕、心动过速,出现药物中毒表现。

误服药物事件发生的主要原因,一是家长对药物保

哪些人不适合做艾灸

艾灸是中国传统灸疗法的一种,利用点燃的艾条、艾柱产生的艾热刺激体表穴位,通过激发经气的活动来调整人体紊乱的生理功能,并广泛应用于内科、外科、妇科、五官科等疾病。对寻常人来说,艾灸还能达到强身健体治未病的效果,是养生保健的主要方法。

然而,艾灸虽然是一种适合大众的养生保健方法,但艾灸以火熏灸,施灸过程中稍不注意可能引起皮肤烫伤,除非治疗需要,一般要避免烫伤。

阴虚体质的人慎用灸法。阴虚是指津液亏虚,多见于劳损久病或热病之后而致阴液内耗的患者,必须经过专业医生的正确指导才能进行艾灸治疗,否则灸法可能会灼伤阴液使病情加重。

面部、大血管等重要的器官、组织周围一般不宜采取直接灸,以免烫伤造成严重后果。

极度疲劳,过饥、过饱、大怒、情绪不稳时慎用灸法,妇女经期、孕期小腹



资料图片

和腰部都慎用灸法。针灸治疗在于调节人体的经络之气,过饥、过饱或生气时经络之气往往不通畅或紊乱,施灸往往起不到好的效果,被施者还容易出现晕灸的现象。

据人民网

三个动作给颈椎松绑

所致的颈髓压迫。

这种颈椎病在医学上叫脊髓型颈椎病,好发于40~60岁以上人群,早期仅表现为颈部酸痛不适,时有手指或上肢麻木,严重的伴有上肢无力,握筷、写字等精细功能受损,由于不会引起严重疼痛,常常被忽视。

对于早期、轻型脊髓型颈椎病,正确的防治原则是平衡筋骨,具体可通过正规脊柱专科医师进行理筋按摩及自我功能锻炼来实现。这里推荐一组简单有效的动作:扩胸——耸肩——仰颈。每个动作重复三次,此为一组,每次运动做10组,

能够治疗和纠正低头含胸、侧卧睡姿等不良姿势造成的颈肩损伤和筋骨失调。

人体颈椎肌肉附着在胸椎和胸廓上,扩胸可以帮助拉伸胸廓周围肌肉,恢复胸廓骨关节的协调性;耸肩有助肩颈肌肉恢复弹性,以保证颈椎关节协调运动;仰颈运动与“低头”这类慢性损伤的姿势相反,可放松颈椎后方肌群,拉伸颈椎前方肌群并恢复其弹性。每个动作重复3次,可以利用运动的惯性增加运动幅度,同时不会增加肌肉拉伤风险,使康复锻炼变得高效而且安全。

据新华网



资料图片

在我们周围,捧着手机、平板电脑的“低头一族”越来越普遍。长时间低头造成颈项部肌肉劳损,进一步可导致颈椎病的发生。

因为颈椎病变而出现脊髓损伤。造成损伤的罪魁祸首正是不知不觉、长期低头

图片新闻



为进一步使广大青年学生掌握卫生应急技能,提高自救互救能力,漯河医专二附院(漯河市骨科医院、市五院)近日组织医疗专家到漯河市第四高级中学,为高一新生上了一堂心肺复苏技能培训课。

刘宝霞 摄

加班熬夜 喝洋参枸杞茶

忙碌的工作中,加班熬夜已经不是什么新鲜事,成了很多上班族的日常。不少人觉得,偶尔熬几次夜没有什么问题,但身体就是在这不断的“偶尔几次”中,慢慢被拖垮的。中医上讲“整体观”,说的就是人和大自然是一个整体。夜晚,大自然进入了睡眠模式,人体最好也顺应自然,安然入眠。

如果必须加班熬夜,第二天还得照常上班,怎么办呢?推荐一款补救的药茶,取西洋参5克、五味子5克、枸杞子5

克,加入适量茶叶共同泡水饮用,可酌加蜂蜜调味。

熬夜易伤气伤阴,导致虚火内生,而西洋参补气养阴,清热生津;五味子生津敛汗、涩精,有“常服五味子以补五脏之气”的说法;枸杞子滋补肝肾,益精明目;蜂蜜清热补中、润燥和中。此四药功效可对应熬夜导致的阴虚火旺、双目干涩、气虚乏力等症状。泡茶饮用,省去熬药的不便,简便易得,适合上班族。

据人民网

消除眼疲劳的小方法



资料图片

长时间面对电视、电脑、手机,容易引起眼球充血、眼睛干涩等疲劳症状。专家总结了简便易行的眼疲劳消除法,可供参考。

穴位按压 眼周有6个对抗眼疲劳的穴位(如图),依次是睛明穴(位于鼻根目内眦交界处)、攒竹穴(眉

头近眼窝凹陷处)、鱼腰穴(瞳孔直上方,眉毛中央处)、丝竹空穴(眉尾凹陷处)、太阳穴(鬓角凹陷处)、承泣穴(眼球中央下端眼窝凹陷处)。按压时,从睛明穴至丝竹空穴依次按压,每个穴位用食指按压5秒,重复3遍以上。

敷毛巾 眼皮牵拉、眼神惶惶是眼睛血液循环不良的信号,可采取热敷法。将湿毛巾放入微波炉加热30~50秒,等到不烫手时,敷于眼皮1~2分钟,有活血解乏的效果。如果眼球充满血丝,则是眼睛“上火”、有炎症的信号,此时宜用毛巾冷敷1~2分钟。

据新华网