



一女子术中放屁被烧伤

# 屁大的事 有这么严重?

近日,据日媒报道,东京一家医院一30岁女性在接受激光手术过程中放了个屁引发火灾,导致腰部、腿部大面积烧伤。我们常把“屁大的事儿”挂在嘴边,形容没什么大事,其实,这“屁事”可不是什么小事。



## 一个屁有400多种成分

研究发现,一个“屁”含有400多种成分,主要为氮、氢、二氧化碳、甲烷、氧等无臭气体,以及微量的氨、硫化氢、粪臭素等恶臭气体。其中,氢、甲烷、硫化氢等均为可燃性气体,遇到明火可燃烧,这也是案中女子为何引发火灾的原因。在“屁”的所有成分中,恶臭气体只占到1%左右,但由于人类的嗅觉非常灵敏,即使是亿分之一的浓度,也能察觉出来。因此,哪怕屁中只含有微量的恶臭气体,人们也会觉得非常臭。

## 有屁不放,憋坏心脏!

民间常有“有屁不放,憋坏心脏”的说法,其实这是非常有道理的。但很多人在公共场合会因为顾全面子而忍住不放,其实这对身体很不好。

首先,屁中的氮、二氧化碳、氢、甲烷等成分都是有害物质,如果憋着不放,这些有害物质会被肠道黏膜重新吸收,进入血液循环,引起胸闷、腹胀等症状,严重者会出现内毒素血症。

其次,肠气在体内堆积过多会引起肠痉挛、腹痛,影响大便的排泄;而人在便秘时,大肠内会产生堆积更多的废气,从而形成恶性循环。

第三,如果这些气体长期不能排出,可使胃肠消化功能减弱,一些年老、免疫力低下者容易继发肠道菌群失调,长此以往还会使其他器官功能受到严重影响,如肝脏、心脏等。

## 一天放几个屁才算正常?

人们进食后,由于消化道正常菌群的作用,会产生一定量的气体,这些气体随同肠蠕动向下运行,由肛门排出。放屁是人的正常生理活动,正常情况下,人的消化道内大约有150~200毫升左右的气体,除少量被细菌代谢、肠黏膜吸收外,大部分气体通过打嗝或放屁的方式排出。

正常人每天都会有意或无意地放6~20个屁不等,平均每人每天排出的废气约在500~1500毫升之间。若一个人不放屁或放屁次数少,都意味着存在胀气、胃肠道疾病;如果数日不放屁,也不排便,还伴有腹胀、腹痛等不适,往往是肠道梗阻的先兆。

## 为什么有的人屁特别多?

“屁多”主要由三种原因造成:一是常吃一些产气的食物,如红薯、洋葱及豆制品;二是暴饮暴食或进食过快;三是可能患上了胃肠道疾病,这类患者往往伴有腹痛、腹胀、腹泻、便血、消瘦等症状。如果屁声连连作响,且伴有恶臭,可能与消化不良或过多食肉类有关;如果屁声如雷,却不太臭,则大多数是因为贪食含淀粉过多的食物。

长沙市中心医院消化内科  
副主任医师 王赛

## 察眼识疾病

眼睛不仅能反映出人的喜怒哀乐、七情六欲,还能够反映人体健康状况。因为许多疾病在其发生、发展的过程当中都会在眼睛中留下痕迹,是全身疾病在眼部的局部表现。

**糖尿病** 当糖尿病并发视网膜病变时,患者最突出的表现是视力急剧减退,对远处或近处的事物看不清。一般来讲,近视性屈光不正通常出现在糖尿病急性期或复发期;远视性屈光不正发生在病情得到控制时。

**高血压** 高血压患者通常也会伴有不同程度的视力减退,幻视、色视、黑蒙等现象在高血压患者身上也时有发生。此外,高血压患者还可能发生球结膜下出血,会使眼球出现鲜红、大小不一的出血斑,虽然一般可以自行吸收,但应该引起足够重视。

**肝病** 肝病患者常会因为肝功能受损而出现黄疸,使双眼巩膜发黄;而肝癌患者会常伴有视物模糊、视力减退、黄视症以及夜盲症等症,如果视力骤然下降,常提示有大出血,同时眼睑可有黄色色素沉着以及蜘蛛痣。

**脑梗塞** 脑梗塞患者可能同时伴有视力减退、偏盲,或视野改变甚至失明等症状,症状主要与视网膜、视神经病变的轻重及脑部受累的部位有关。

**脑肿瘤** 脑肿瘤的患者常会出现视力减退以及视野范围缩小现象,有时还会伴有视幻觉、复视等,主要与肿瘤的侵蚀、压迫有关。

湖北远安县中医院 胡献国

## 一家四口“感冒”其实是汞中毒

李先生一家四口近日同时出现了头晕、咽痛、咳嗽、发热等症状,当地医院诊断为“上呼吸道感染、支气管炎”,经过近10天的治疗,全家人的症状不但没有好转,反而更加严重了。一家人感到非常不解,“感冒”为什么会治不好呢?原来,这一家四口在住房的阳台上炼金,都吸入了大量汞蒸汽,刺激呼吸道出现了类似上呼吸道感染的症状,其实是汞中毒。

汞是银白色液态金属,常温下可挥发成气态,经呼吸道进入人体后可引起汞中毒。急性汞中毒主要表现为头痛、恶心、呕吐、乏力、咳嗽、咳痰、呼吸困难、全身红色斑丘疹,至少尿、无尿、尿毒症等;慢性汞中毒主要表现为失眠、多梦、乏力等兴奋症状,伸舌、伸舌等细震颤,以及牙龈肿胀、出血

等口腔炎症状,低分子蛋白尿、肾病综合征等。

汞与金、银等金属可生成汞合金——汞齐,因此,从事炼金行业的工作者一定要加强自我防护意识,一旦出现“感冒”症状,及时到专科医院就诊。另外,对于普通家庭而言,最容易接触汞的就是水银体温计,一支水银体温计约含汞1克,打碎后可使一间15平米的房间内汞浓度高达22.2毫克/米<sup>3</sup>,若不慎吸入可引起汞中毒。因此,若水银体温计不慎打破,一定要谨慎处理,应把散落的小汞珠聚集在一起,形成一个大汞珠,收集好了再密封丢弃;并立刻打开门窗通风,被水银污染的地方撒些硫磺粉,不可用手直接接触水银。

湖南省职业病防治院中毒医学科  
主治医师 黄春桃

本  
版  
协  
办  
单  
位

**湖南省职业病防治院**  
长沙市雨花区新建西路162号  
电话:0731-85602016  
网址: http://www.hnzhfx.com  
湘卫产(2016)第16-0816-1619号

## 张医生信箱

### 甲状腺结节患者要“补碘”还是“少碘”?

张医生:

我上周体检时发现甲状腺有个结节,我知道患甲状腺疾病是很讲究饮食的,请问,甲状腺结节到底要补碘还是少碘?

湖南读者 颜女士

颜女士:

一般来说,甲状腺疾病的饮食是很有讲究的,如地方性甲状腺肿(俗称“大脖子病”)要“补碘”,而甲亢患者要“忌碘”,桥本甲状腺炎患者要“低碘”。但甲状腺结节患者的饮食有哪些讲究,还要看是什么样的结节。

如果是单纯的、良性的甲状腺结节,无需太过忌口,但不要再吃太多海带、紫菜等高碘食物;如果同时伴有甲亢、桥本甲状腺炎或甲状腺肿时,就要根据具体情况调整饮食。

如果甲状腺结节合并甲亢,需“忌碘”,要吃无碘盐,不吃海带、紫菜、虾贝、海鱼等海鲜;如果合并桥本甲状腺炎,则需“低碘”饮食,不吃海带、紫菜等高碘食物,少量吃虾贝、海鱼等低碘海鲜;如果合并甲状腺肿,需避免生吃十字花科蔬菜,如萝卜、菜花、花椰菜、白菜、甘蓝等,但做熟了可以吃;如果是恶性甲状腺结节(甲状腺癌),可能需要做手术外加<sup>131</sup>I放疗,而放疗前同样需要“低碘”饮食。

张医生

## 健康卡通



### 油性头发少梳多按

油性头发的人,本身皮脂分泌旺盛,如果每天梳头次数过多,就会使头发更油,不仅头皮屑较多,感到头痒,而且会出现掉发问题。因此,油性头发者可改为头部按摩,可对头皮产生和缓、安定的作用,并减少皮脂腺分泌。

图/文 陈望阳