

卡了一根刺，做了俩手术

医生提醒：这些“土办法”千万别再用了



一根鱼刺卡了4天才就医

近日，家住蓬莱区的于老太吃黑鱼时，不慎被刺卡住。她用“土办法”——吃馒头、喝醋，想把鱼刺咽下去。可折腾了4天，依然不见好转，于老太的咽部出现针刺样疼痛，有烧灼感并伴发热，在家属的陪同下到毓璜顶医院挂急诊进行治疗。

在外院进行胸部CT检查

发现符合食管异物表现，要进行手术治疗。可于老太却觉得是件小事，没必要手术。在家属的再三劝说下，转到毓璜顶医院做进一步治疗。在耳鼻咽喉科，医生通过食管镜下食管异物取出术，将鱼刺取出，检查发现患者食道壁损伤较重，肿胀明显，还有少量渗血。于老太被转入胸外科再次治疗。

于晓锋决定立即手术：在奇静脉弓下方用电钩及超声刀切开纵隔胸膜，用吸引器吸净食管床脓性液体，给创面充分止血后，放置纵隔引流管进行引流。手术结束后，于老太的体温很快恢复正常。经过一段时间观察后，她平安出院。

“若鱼刺比较小，卡住后对个人身体基本不会有影响。如果卡在咽喉，可以通过咳嗽将鱼刺排出。如果卡在胃肠中，可以通过胃肠道蠕动将鱼刺排出体外，这种情况对个人身体基本不会有影响。”

于晓锋说，如果鱼刺卡

YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修

近日，年近八旬的于老太因为吃鱼被卡刺只能急诊入烟台毓璜顶医院，结果鱼刺取出了，但因为刺卡时间过长引起纵隔脓肿，无奈只能再次手术。

“我们经过胸腔镜探查发现，患者胸腔内有淡黄色积液，肺组织与后纵隔胸膜粘连，后纵隔胸膜肿胀。这是因鱼刺扎破食管，且时间过长，导致伤口化脓，形成的纵隔脓肿。”在胸外科，副主任于晓锋告诉记者，“可千万不能小看这感染，如果不能及时控制住感染或对感染部位进行引流，即便在重症医

学高度发达的当下，患者的死亡率仍超过50%。”

于晓锋决定立即手术：在奇静脉弓下方用电钩及超声刀切开纵隔胸膜，用吸引器吸净食管床脓性液体，给创面充分止血后，放置纵隔引流管进行引流。手术结束后，于老太的体温很快恢复正常。经过一段时间观察后，她平安出院。

住喉咙，需要及时将鱼刺取出。若无法自行取出，建议及时就医检查，判断鱼刺位置，请专业医生取出。切不可用吃馒头、喝醋等“土办法”。吃馒头会导致鱼刺卡在食道口，增加了取出的难

度。如果患者卡鱼刺的位置比较浅，通过肉眼便可以观察到，医生会使用镊子将鱼刺取出。如果鱼刺卡得比较深，则需要通过喉镜检查，明确鱼刺的具体位置，然后再将鱼刺取出。

孩子需要膳食补充剂吗？

家长应理性对待，见啥补啥、一律拒绝皆不可取

YMG全媒体记者 张苹 通讯员 王朝霞 曾颖雪

维生素、鱼油、DHA、钙剂、铁剂、益生菌等膳食补充剂五花八门，有的家长见啥补啥，有的家长拒之门外。对此，市疾控专家提醒家长，应理性看待膳食补充剂。

饮食均衡、搭配合理不需额外补充

儿童青少年处于生长发育阶段，身体所需营养素远高于成年人，可因胃容量较小，易引发对营养素的高需求和低摄入的矛盾。有的儿童青少年存在偏食、挑食的行为，导致营养不均衡。膳食补充剂作

为营养素总摄入量的一个组成部分，不失为一种有效的营养调节方法。

那么，补一定比不补好吗？事实并非如此。

专家表示，从科学角度讲，只要孩子一日三餐饮食均衡，

搭配合理，不需要额外补充膳食补充剂。如果，孩子患病胃口不好或饮食不合理引起营养不良时，可以遵从医嘱或听取专业营养师的意见，科学合理地摄入膳食补充剂。另外，保健食品服用不当会对孩子的身

体造成伤害，如一些添加了维生素和矿物质的软糖，不仅色泽鲜艳、香甜软糯，而且打着“免疫调节”“促进生长发育”的旗号，价格高昂但保健功能有限，其中添加了糖，可能会增加肥胖、龋齿的发病风险。

如何选择膳食补充剂？缺啥补啥

如果需要给孩子选择膳食补充剂，家长应谨慎，缺什么补什么。

DHA 补剂按照 DHA 的来源分为深海鱼油和藻油。藻油 DHA 含量一般高于鱼油，且重金属污染小、基本无腥味，不含

EPA（二十碳五烯酸，一种多不饱和脂肪酸），更适用于儿童青少年。要注意 DHA 的纯度及含量：纯度越高，孩子肠胃吸收负担越小。注意查看配料表，尽量选择不含有添加糖、着色剂等食品添加剂的产品。颜色

深浅、腥味轻重、进口或国产品牌并不能作为判断 DHA 补剂质量的依据，不要盲目迷信不科学的宣传。

选择钙补充剂时，注意钙的含量和成分。钙磷比和钙镁比均为 2:1 时，钙的吸收率和

利用率较高。部分维生素 AD 制剂分为 1 岁以下和 1 岁以上，应予以区分。制剂类型包括滴剂（胶囊型）、片剂（咀嚼片）、胶丸等。考虑到儿童的配合度，首选滴剂。

膳食补充剂不能代替吃饭

专家提醒，选择膳食补充剂要考虑年龄段。2~5 岁的学龄前儿童对各种营养素的需求量较高，但消化能力未完全成熟、咀嚼能力较差，应选择易消化吸收和方便服用的膳食补充剂。6~17 岁的学龄儿童青少年生长发育迅速，可以针对孩子的实际情况适量补充钙剂、复合维生素等。

值得注意的是，膳食补充剂再好也不能代替吃饭。吃饭是最好的营养补充渠道。从天然食物中获取充足的营养素更为合理科学，家长一定要重视一日三餐，培养孩子不偏食、不挑食的饮食习惯，保持膳食多样、全面均衡，适当增加蔬菜、水果、坚果、大豆和乳制品、鱼蛋类等食物的摄入，减少高油、高盐、高糖食品的摄入。



市120一个月接治蛇咬伤21例

本报讯(YMG全媒体记者 张苹 通讯员 张晴)当前，蛇类外出活动较频繁，蛇咬伤多发。据市120急救指挥中心统计，6月17日-7月17日共接治蛇咬伤21例。

16日15时许，海阳张先生上山游玩时，不慎被蛇咬伤，伤口出现疼痛肿胀。市120急救指挥中心闻讯后立即调派附近医院救护车前往，急救人员给予清创、冲洗等紧急处理后，迅速转往医院进一步治疗。由于抢救及时，张先生脱离了生命危险。

17日6时许，蓬莱区王大爷在田间农作时，突然感到左手食指疼，仔细一看是被蛇咬了。家属立即拨打120急救电话，王大爷被送往医院进行救治。经过对症治疗，目前王大爷的病情已经稳定。

市120急救指挥中心专家提醒市民，夏季是蛇类的活跃期，在野外环境遇到蛇类时，不要慌张，镇静地撤离现场。在户外郊游时，避免到植被茂密阴凉的草丛、山洞等人群稀少之处活动；进入草丛前，可用手杖棍棒之类的物品拨开草丛“打草惊蛇”，赶走可能存在的蛇类，确保安全再进入。户外劳作或活动时避免穿短裤短袖，最好穿防蛇长靴，避免被蛇咬伤。在野外郊游搭帐篷时，一定要远离草丛、树丛、竹林等阴暗潮湿的地方。一旦被蛇咬伤，不要剧烈活动或惊慌奔跑，以免血液循环加速，使蛇毒迅速扩散。要立即用布条或手绢扎在伤口的近心端，减慢毒液扩散的速度。需要注意的是绑扎部位隔一段时间松绑1-2分钟，防止肢体长时间缺血，同时第一时间拨打120急救电话，尽快到医院救治。

《中华医藏》首批成果发布

作为我国大型中医药古籍整理保护项目《中华医藏》的首批成果，由中国中医科学院主编、国家图书馆出版社出版的《中华医藏·养生卷》近日在国家图书馆发布。

《中华医藏·养生卷》遴选收录了《遵生八笺》《养生月览》等为代表的 74 部养生典籍，在版本选择上力求精善，兼顾学术价值性与艺术代表性，充分展示中医药养生文化的博大精深。

据介绍，《中华医藏》是以中医药古籍原书影印为基础，集保存、传承、整理、利用为一体的中医药古籍再生性保护项目。从 2010 年起，在原文化部和国家中医药管理局指导下，国家图书馆、中国中医科学院中医药信息研究所组织全国专家学者开展了大量调研工作，从 1.3 万种中医药古籍中遴选古籍元典 2289 种拟作影印出版。2018 年，财政部正式将《中华医藏》列入“中华古籍保护计划”立项资助，全国 28 家单位、34 个课题组近千人参与这一项目，200 余家古籍馆藏机构支持项目实施。

中医药古籍承载着中华民族特有的精神价值、思想智慧和生命健康知识。

据新华社