



云南省第一人民医院
The First People's Hospital of Yunnan Province
昆明理工大学附属医院
The Affiliated Hospital of Kunming University of Science and Technology

寄生虫最喜欢这些食物 再馋也别生吃!

省一院疾控专家:寄生虫很危险

夏天来了,桌上的各种美味,鱼生、醉虾、涮肉……哪个是你的最爱?日前,林先生出现发热并伴有咳嗽、咳痰的症状,高烧近10天都没治愈。经确诊,林先生患上了肝吸虫病,这是目前最严重的食源性寄生虫病之一,严重时可引发肝硬化甚至肝癌。据林先生透露,他喜欢生吃淡水鱼虾,以为蘸芥末就能将寄生虫杀死。

吃一口生肉=吃十条虫子?今天,云南省第一人民医院疾病预防控制科毛文飞医师来给大家讲讲,各种食物中到底有什么寄生虫?吃下去会给我们带来什么危害?怎么才能避免这些风险?

猪肉、牛肉:有绦虫寄生风险

生的猪肉、牛肉中主要含有两种寄生虫,猪肉里面有猪带绦虫,牛肉里面有牛带绦虫。

危害:吃了生的、没熟透的猪肉、牛肉,里面的囊尾蚴会在我们肠道里面发育成成虫,吸附在我们的肠黏膜,造成我们腹部不适,引起腹痛、腹泻,消化不良,恶心呕吐。如果它吸血过多,会造成我们贫血、营养不良。成虫过多时,会阻塞我们的肠道,引起肠梗阻。幼虫如果寄生于我们的眼、脑、肝,还有肌肉皮下组织等,引起相应部位的严重损害及相应症状。

海鲜:寄生虫和细菌的大本营

●海鲜是寄生虫的大本营

海鲜中含有许多寄生虫,主要是异尖线虫、阔节裂头绦虫、棘口吸虫等。大部分野生海鱼体内都含有异尖线虫,吃三文鱼、海虾、北极贝最需要注意。

危害:异尖线虫会引起我们消化道的症状,引起胃部不适,腹痛、腹胀、腹泻,吸附到胃、肠壁,会引起胃、肠黏膜出血、溃疡,甚至糜烂。

●海鲜是细菌的大本营

海产品里面还有细菌,比如创伤弧菌、沙门菌、李斯特菌等。其中,危害最大的是创伤弧菌。螃蟹、生蚝等就有这种致命的细菌。

危害:创伤弧菌的病死率特别高,能达到30%~50%。它主要通过两种途径来危害我们:

第一,伤口接触感染。通过海鲜坚硬的壳,刺破我们的皮肤,引起相应部位感染发炎,严重的会引起败血症、坏疽,更严重的需要截肢,甚至面临死亡的风险。

第二,经口感染。吃进去后引起消化道症状,上吐下泻,发热恶心,细菌增殖后,会引

起菌血症、败血症。

淡水鱼:有肝吸虫的风险

鲫鱼、鲤鱼、鲢鱼、草鱼等野生淡水鱼主要含有肝吸虫。

危害:吃了含有囊蚴的鱼肉以后,它进入我们的肠道,在十二指肠内生长发育;还会沿着胆汁分泌的通道逆行,到达胆总管、肝胆管,在肝胆管内发育成成虫,引起我们胆管发炎,胆壁增厚,胆管上皮增生,胆管阻塞,导致我们的胆汁分泌受阻,甚至会引发相应部位的癌变。

淡水植物:也有寄生虫风险

荸荠、菱角、莲藕等淡水植物含有一种常见的寄生虫——姜片虫。姜片虫主要生活在淡水中,幼虫吸附在水生植物表面。

危害:姜片虫的虫体吸附到我们的肠壁里面吸血,会造成肠黏膜出血、坏死、脱落,甚至溃疡。如果虫体多了,会造成肠梗阻及腹痛、腹泻。

怎样防止寄生虫危害健康?

●食物煮熟再吃。最重要的一点,就是尽量避免吃生的食物,肉类和蔬菜等要煮熟了再食用。

●生熟分开摆放。包括切菜的案板,切菜的刀具,盛菜的器皿,生熟要分开,不要放在一起。

●处理水产戴手套防止感染细菌。在接触带有坚硬外壳的海产品时,戴上手套,避免刺破皮肤带来感染的风险。

●有症状尽快去医院。如果吃了生冷不熟的食物,出现了不适症状,尽快到医院寻求医生的帮助。 本报记者 王劲松

华山眼科与杏德医院 共建医联体

打造眼科诊疗平台为患者提供高效便捷的服务

近日,昆明华山眼科医院与昆明杏德医院正式牵手,举行“眼健康医联体”协作签约仪式。华山眼科医院全科室眼病专家将不定期坐诊杏德医院,双方将以眼健康讲座、公益检查为切入点,打造眼科诊疗平台,建立便捷通道,开展眼病分级诊疗和双向转诊医联体模式,为患者提供高效便捷的医疗服务。

昆明华山眼科医院负责人

刘刚表示,华山眼科将以白内障、糖尿病眼病等慢性病为重点,帮助中老年眼病患者实现就近就医,在家门口就能够享受到与在专科医院一样的就诊服务。华山眼科与各联盟单位之间建立转诊绿色通道,定期安排眼科专家坐诊,还将对基层转诊患者提供优先就诊、检查、住院等服务。 本报记者 王劲松

康复故事

感谢“邦尔通”让我告别耳鸣

家住北市区江东小康城的刘女士今年71岁,年前突然耳朵里出现了蝉鸣声和各种杂音,一开始出现一会就消失了,到后来整天耳朵里都是这种声音。常言道:“十鸣九聋,十聋九痴”,最近感觉听力下降很厉害,时间一长了也就不想和别人说话了,到了晚上也无法睡觉,寝食难安,精神不振。五一节期间,在昆明

新工人文化宫娱乐广场上上班的表弟来看我,看到我这种情况,立刻带我去“邦尔通”耳康馆,主任说我幸好来得早,耳鸣这种病症越早治,康复得越快。短短一个月的调理,耳朵里的蝉鸣和杂音消失了,睡觉踏实了,吃饭也香了,整个人都大变样。真心感谢邦尔通,让我又回归到健康快乐的生活。

拔出青紫、祛除骨疾

正骨青紫堂让我的生活充满快乐

今天,家住昆明市龙泉路71岁退休老教师张琼如和大家分享自己的康复故事。

我两条腿患有严重风湿性关节炎,骨质增生18年了,早上起来关节僵硬,半天缓不过劲,坐下去一僵住半天起不来,晚上疼得睡不着,真是遭罪。我儿子在昆明新工人文化宫娱乐广场上上班,看到许多人到“魏氏正骨青紫堂”调理,于是就带我去试试。当天

感觉关节嗖嗖地仿佛寒气往外抽,疼痛减轻了许多,没几天拔出了许多青紫色的痹毒。专家说这是风湿寒邪的毒素,痹毒会有一个由轻到重,再由重到轻的出毒、散毒过程,青紫消失,骨疾康复。经过一个月的调理,路能走了,关节也不痛不僵了,现在就和正常人一样上下楼、骑车、跳广场舞,开心极了,“魏氏正骨青紫堂”让我的生活充满了快乐。

云南12320专家热线预告

16日:内分泌科疾病健康咨询

您想深入了解内分泌有关知识吗?云南12320健康热线携手云南省第二人民医院内分泌科副主任医师李奕平为您提供咨询,届时欢迎拨打12320公益热线。

专家简介:李奕平,副主任医师,硕士研究生导师,云南省医学学科带头人(内分泌专业),医学硕

士、遗传学博士,主要研究代谢性疾病的分子遗传学。从事内分泌和代谢疾病医疗、教学、科研工作20余年,擅长糖尿病、肥胖等代谢性疾病诊治;擅长垂体、性早熟诊治。

专家热线时间:7月16日上午9:00-11:00
公益热线:(0871)-12320

我再也不用担心视力模糊了

人生最大的幸福是快乐、健康。78岁的吴大妈是退休老师,今天,她和大家分享视力康复的故事。

五年前,吴大妈的右眼视力就有点不好,看东西有一点点模糊,可没有怎么重视。慢慢地两只眼睛都有了这种症状,以为是近视,就配了一副眼镜,但情况并没有好转。两年前视力开始模糊已经很严重了,她买了一些西药和眼药水,在家多休息。当时以为过段时间就会好起来的,现在看东西越来越模糊,越来越严重。这个病让她的生活受到了影响,现在是

右眼不好,看东西有点蒙蒙的、灰灰的;左眼看东西的时候感觉有个帘子挡着,要斜着看才能看得见东西。还有就是两只眼睛都怕光、干涩。后来听说冻干熊胆粉能治疗各种眼病,就抱着试一试的态度,到药店买了在家自己吃。

没想到吃了一个疗程后,眼睛怕光、干涩的症状没有了,看东西的时候也没有模糊遮挡的感觉了,吴大妈激动地逢人就说:“冻干熊胆粉真是眼病患者的福音啊!我再也不用担心视力模糊了。”

颈肩腰腿痛不用愁 “宗正堂”为您解烦忧

以往,颈肩腰腿痛好发于中老年人群、体力劳动者,随着现代生活节奏的逐渐加快,发病人群逐渐年轻化、大众化。长时间开车、玩手机、玩电脑、吹空调等,都可能导致颈肩腰腿痛的发生,影响人们的生活、工作、学习。

一些颈肩腰腿痛患者为了治疗,奔波于全国各地,体验了很多治疗方法,包括各种偏方,而且一听说有所谓的“神医”,就不辨真假前去治疗。但是,不管再怎么着急,也不能病急乱投医,还得仔细筛选口碑

好、治疗效果佳的机构,这样才能让治疗有保障。

古人云:“凡看病施治,贵乎精一。”无论什么行业,“口碑和信誉”都是发展的基石。专治颈肩腰腿痛的百年老店“郭氏宗正堂”自创立以来,始终谨遵祖训,秉持“用疗效说话,让口碑先行”的行医理念,用自己独到的治疗方法,为数以万计的颈肩腰腿痛患者减轻了病痛。如果您或者您的家人正在饱受骨病的折磨,不妨到昆明市联盟路的“郭氏宗正堂”试试,相信会给您一个满意的答案。