

沒有人不曾嘔吐過。嘔吐最常見的原因是食物中毒。食物中的毒素會刺激胃和小腸粘膜中的腸嗜鉻細胞分泌一種叫 5- 羥色胺的神經遞質,5- 羥色胺進而和迷走神經末梢的受體結合,產生的神經信號傳導到位于腦干的嘔吐中樞,由它發出嘔吐的命令。在嘔吐開始之前的幾分鐘,胃先放鬆,為嘔吐做準備。然後,從小腸的中部開始強有力的收縮,以每秒 5~10 厘米的速度快速地向胃蔓延,把小腸中的東西擠回到胃內。接着,腹部肌肉和膈膜反復地收縮、放鬆,擠壓胃,把胃里的東西向上擠壓到食道,又掉回胃里,上上下下,讓你感到一陣陣噁心。

這時,你會不由自主地採取一種最適合嘔吐的體位:彎腰直背頭朝下。緊接着,腹部肌肉和膈膜產生了極其強烈和持續的收縮(如果你不經常鍛煉腹肌的話,這陣收縮甚至會讓你的腹部酸痛幾天!),在腹內產生高達 200 毫米汞柱的壓力。然後,食道上端的括約肌突然松開,嘴也不由自主地張開,胃內壓力瞬間釋放,胃里的東西就被發射出來了。為了避免嘔吐物傷害到身體,神經系統還會同時發出一系列保護性命令:嘴里的唾液大量分泌,保護牙齒不受胃酸的腐蝕;聲門閉合,防止嘔吐物進入到肺部。如果是酒醉或麻醉狀態下的嘔吐,聲門沒能

閉合,嘔吐物進入肺部就能引起吸入性肺炎。

把胃里的東西吐出來後,由於腹壓大減,你會感到很輕鬆,而且由於具有鎮痛作用的內啡肽(體內產生的類似嗎啡的物質)釋放到血液中,你甚至會有快感。這說明嘔吐是一種進化出來的保護身體的本能,是為了減少毒素被吸收進血液中。我們看到有人嘔吐,甚至僅僅是聽到嘔吐的聲音,也會感到噁心,忍不住要嘔吐,這同樣是一種進化出來的本能。我們是群居的動物,通常一起吃相同的食物。如果身邊有人嘔吐了,就意味着我們也很可能吃了同樣的食物,應該儘快把它吐出來。

所以嘔吐本身不是病,而是有病的症狀,它對於減輕病情反而是有益的,盲目地服用止吐藥並不可取,吃止吐藥後不吐了不等於病好了,反而會加重病情。正確的治療方法應該是根除嘔吐的病因。如果由於嘔吐嚴重,導致脫水或電解質失衡,也應該針對性地採取補液等措施,而不是急于止吐。



我們為什麼會嘔吐?

植物為了避免被動物吃掉,會分泌各種毒素,而為了保護自己,動物也進化出了消除某些植物毒性的能力,例如肝臟里有各種解毒的酶。但是胎兒還沒有解毒的能力,對成人無害的食物,就有可能會傷害胎兒。孕婦吃了某種食物後嘔吐,可能就是身體在提醒它,這種食物里含有對胎兒有害的某種毒素,不吃為宜。有兩方面的證據支持這個說法。孕期嘔吐往往發生於孕前期三個月,而這個時期正好是胎兒對毒素最敏感的時期。而且,那些沒有早孕反應的孕婦,流產的可能性比有早孕反應的孕婦高。既然是正常的生理反應,就更沒有必要強行止吐了,何況懷孕期間本來就應該儘可能地避免用藥。如果由於早孕反應過於嚴重,有脫水或營

養不良的危險,才考慮使用較安全的止吐藥。

但是,有時候嘔吐對人體是沒有益處的,例如暈車暈船的嘔吐。有時候嘔吐甚至對人有害,例如伴隨着化療出現的嘔吐會使癌症病人格外感到痛苦而拒絕治療。這時候使用止吐藥就很有必要了。在進行化療之前,通常會給病人注射止吐藥。這類藥物搶先與神經中的 5- 羥色胺受體結合,讓腸嗜鉻細胞分泌的 5- 羥色胺結合不上去,就不會刺激嘔吐中樞了。

有時,為了排出胃中的毒物,還要用催吐藥催吐。最著名的催吐藥是用一種叫吐根的植物做的糖漿。以前,西方醫學界建議家庭常備吐根糖漿,作為兒童誤服毒藥或藥物過量的急救手段。後來發現用吐根糖漿催吐並不能很有效地排出毒物,反而會干擾更有效的治療,而且經常被誤用,現在已不再推薦自備它催吐了。但是還有不少人用吐根糖漿催吐減肥,這是很危險的,因為長期服用吐根會損傷心肌,最終導致死亡。美國著名鄉村音樂歌手卡倫·卡賓特就是為減肥服用吐根糖漿最終中毒身亡的。即使不服藥而用嘔喉催吐的方法減肥也不可取。長期頻繁的催吐會導致厭食症,而且嘔吐物中含有胃酸,會腐蝕食道,讓食管粘膜出現破損、出血,這時在嘔吐物中會發現新鮮的血液。 方舟子

女性子宮肌瘤的七大癥狀

有一些容易癌變的婦科病更需要注意,如宮頸癌,它的發展過程長達 10 年之久,只要在早期發現,積極治療干預,不難治愈。

由於各種各樣的原因,女性易患上特有的腫瘤,那麼如何才能早期發現婦科腫瘤呢?請留心下面信號給你帶來的信息:

1、月經改變:當子宮生長腫瘤如子宮肌瘤、子宮內膜癌、子宮肉瘤、絨毛膜癌時,可出現月經的異常,包括月經量過多,周

期的可能,雖然有時出血量並不多。

3、腹痛:卵巢腫物扭轉、破裂或感染,子宮粘膜炎子宮口脫出或肌瘤變性,均可引起較劇烈的下腹痛。

4、腫物:可生長在生殖器官的任何部位。一般是本人偶然發現。這些腫物即使無任何症狀,也是一種不正常現象,大多是長了腫瘤。

5、飲食及大小便改變:卵巢癌的最初表現可能僅有腹脹、納差以及消化道症狀,腫瘤壓迫或侵犯膀胱和直腸可引起尿頻、排尿困難,大便乾燥等。

當出現上述症狀時,病人應及時就診,不可因症狀輕能忍受而消極觀察以致貽誤治療。但也



期紊亂失去規律,月經持續時間延長,淋瀝出血等。

卵巢的某些腫瘤如顆粒細胞瘤、卵泡膜細胞瘤能分泌雌性激素,干擾月經周期,引起月經異常。

如肌瘤引起長期月經量多可導致繼發性貧血,嚴重時則表現為全身乏力,臉色蒼白,氣短心慌等症狀。

2、絕經後出血:在閉經的第一年內,有時會偶有陰道出血。如停經 1 年以上又有陰道出血則稱為絕經後出血。

絕經後出血原因很多,大多數情況下是由良性疾病引起,但決不能忽視子宮頸癌、子宮內膜

要知道上述症狀並非腫瘤所特有,大多仍為良性疾病所引起,病人不必過分擔心。

6、陰道異常分泌物:正常情況下,子宮內膜、宮頸內膜的分泌物及陰道滲出物形成白帶,一般量不多,並隨月經周期變化。

當女性生殖道發生腫瘤,腫瘤出現壞死、破潰,可出現水樣、血性和米湯樣白帶,如合併有感染,可有臭味。白帶異常可能是宮頸癌、子宮內膜癌或輸卵管癌的表現。

7、不孕:25%—35%的子宮肌瘤患者可因肌瘤阻礙受精卵着床,或肌瘤妨礙精子進入輸卵管而引起不孕。

美國 45 歲節目女主角懷第 20 胎引發輿論爭議



美國 TLC 頻道實況節目“19 個小孩還不夠”(19 Kids and Counting) 的 45 歲女主角,已經育有從快滿 2 歲到 23 歲

在 1984 年結婚,到目前為止總共生了 19 名兒女,每個孩子的年齡相差約在 1 歲多。米歇爾生第 19 個孩子時,面臨緊急

的 19 個兒女,現在又宣佈懷了第 20 胎,引發輿論爭議。在 TLC 頻道播出的“19 個小孩還不夠”實況節目,是以住在阿肯色州的達葛爾(Jim Bob Duggar)、米歇爾(Michelle Duggar)夫妻與子女們的日常生活為內容。目前從事房地產中介的達葛爾,與妻子

危險狀況,曾經成為媒體報道焦點。

2009 年 12 月,米歇爾在有子癲前症的狀況下,緊急剖腹生下第 19 個實寶,由於比預產期足足提早 3 個半月出生,這名女嬰出生體重僅 1 磅 6 盎司(約 624 克),生下來後在醫院足足待了 4 個月。

達葛爾家族浩浩蕩蕩一行,透過電視媒體宣佈,45 歲的米歇爾懷了第 20 胎,預產期是 2012 年 4 月,並表示對這個喜訊感到相當雀躍。

生活科學(LiveScience)網站報道,醫生指出以全球統計數字來看,每名婦女如果生產次數越多,母親本身的死亡率或新生兒的死亡率,也都會相對提高,已經產下許多寶寶的婦女,如果懷孕次數越多,面臨的健康風險也會增加。

過多服用維生素 E 或增加前列腺癌風險

美國研究人員公佈的研究報告顯示,在一項包括 3.5 萬名中年男性參與的試驗中,通過隨機分派每日服用維生素 E 補充劑者患前列腺癌的風險會顯著增加。

這些男性均為 50 歲以上,來自美國、加拿大和波多黎各。美國克利夫蘭診所的研究人員將他們分為 4 個組:服用硒組(200 毫克 / 日);服用維生素 E 組(400 國際單位 / 日);服用硒和維生素 E 組;安慰劑組。每組人數都在 8700 人左右。研究人員對他們的跟蹤時間最短為 7 年,最長為 12 年。

結果顯示,在每 1000 人中,服用維生素 E 組有 76 人患前列腺癌,而安慰劑組只有 65 人。按比例來看,維生素 E 組的前列腺癌發病率比安慰劑組高 17%。

“公眾和消費者想當然地認為,維生素是無害的,服用維生素不會有什麼惡果,”領導研究的埃里克·克萊因說:“顯然實際情況並非如此。”資助研究的美國國家癌症研究所科學家霍華德·帕爾內斯也說:“維生素並非一些人認為的青春之源,它也可能有害”。

研究成果 12 日已發表在《美國醫學會雜誌》上。克萊因表示,如果低劑量服用維生素 E 似乎不會構成危害,食用大量富含維生素和抗氧化成分的果蔬也是健康的,但在缺乏臨床方面的強有力證據時,消費者應對膳食補充劑等產品“有益健康”的說法持謹慎態度。

美國國家衛生研究院此前也公佈研究報告稱,為補充礦物質而盲目服用膳食補充劑可能會損害身體健康。

近日,成都一名小學生出于好奇,扯了塊滴水觀音的枝葉放在嘴里嚼了一口,結果嘴部立即腫脹,送到醫院搶救後還一度被下達了病危通知書。目前這名學生已經脫離了生命危險。喜歡在家里養些花花草草的家長一定要提高警惕了:花草雖然美麗,但有的盆栽植物其實“包藏禍心”,時刻威脅着孩子的健康。

專家指出,成都這名學生的驚魂經歷,主要是因為滴水觀音莖內的白色汁液和滴下的水有毒。據瞭解,皮膚接觸滴水觀音的汁液就會發生瘙癢或強烈刺激,眼睛接觸汁液可引起嚴重的結膜炎,甚至失明。誤食後會有噁心、咽部和口部不適、胃部灼痛等症狀,嚴重的還會窒息,導致心臟麻痺死亡。因此,有小孩尤其是幼兒的家庭不宜種植滴水觀音。幼兒分辨事物的能力差,而且抵抗力低,一旦接觸到滴水觀音,後果不堪設想。

黑名單:滴水觀音、花燭、黃杜鵑、含羞草、一品紅、狀元紅



Relax. And smile.

Hudec Dental

牙科診所

克里夫蘭 中國城

Dr. Lei Kao, DMD

考中蕾 醫生

WE ACCEPT CARE SOURCE FOR ADULTS AND CHILDREN

專業親切的醫療服務, 彈性門診時間

嶄新的尖端醫療設備, 合理的收費

提供值得您信賴的全家牙齒保健服務

精通英文, 中文, 及廣東話

2011年特惠 隱形牙套(invisalign)免費評估

最佳微笑服務

中文服務專線: (216) 881-5525 轉 2 麥小姐

地址: 3608 Payne Avenue, Suite 101, Cleveland, OH 44114

位於東37街 (E. 37th St.) 與平安街 (Payne Avenue) 交叉, 鄰飛騰商場

網址: www.hudecdental.com