

当心!“消暑神器”使用不当变成“伤人利器”

今日女报/凤网记者 罗雅洁 实习生 鲁灿

三伏天,高温仍是湖南天气的主旋律。面对酷暑,除了能让人“续命”的空调外,各式各样的“消暑神器”也轮番登场。不仅有清凉贴、降温喷雾、防晒衣等老“网红”热销,今年,半导体制冷风扇、空调衣、降温冰圈等新“清凉搭子”也吸引着年轻人纷纷“尝鲜”。但你知道吗,一些避暑“妙招”“神器”使用不当,就会成为“伤人利器”。

脖子上的“降温神器”走红

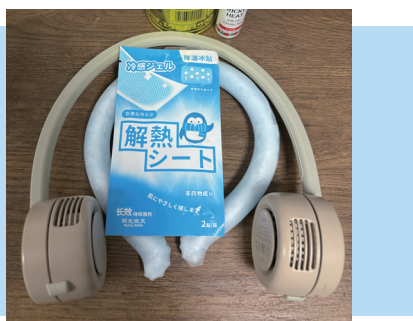
“这款半导体挂脖空调风扇是我从短视频上看到的,介绍得神乎其神,我就买回来打算试试看。”7月30日,长沙市民谢女士向今日女报/凤网记者展示了她“斥巨资”1399元买回来的“消暑神器”。记者看到,该产品为灰色O型圈,挂在脖子上打开开关,凉风就能习习吹来。

谢女士告诉记者,她是一名钓鱼爱好者,现在气温高,普通的挂脖小风扇已经满足不了她的需求。“这款风扇虽然贵,但确实比普通的挂脖风扇要凉快,还可以调节温度。”不过,她也表示该产品同样有弊端:“会夹头发,风扇的散热

口也在脖子处,使用时间长了会有‘冰火两重天’的感觉。”她还表示,产品虽自称“空调”,但吹出来的风“肯定不能和真空调比”。

记者在一些电商平台上搜索“半导体制冷小风扇”,弹出各式各样的商品,价格从20元至1799元不等。其中,某款价格29元的产品显示“全网热销10万+”,某款价格最贵的产品则是谢女士所购产品的升级版,显示“已售700+”,商家号称该产品可以“升级健康智冷风”,还能“防中暑防热射病”,甚至还能给脖子做“低频聚能热灸+热疗”。

不过,价格昂贵的产品也引来是不是



“智商税”的争议。有消费者在评论中称“物超所值”“科技感爆棚”“质量和价格对等”,也有人表示,用买一台空调的钱来买一个挂脖子上的风扇并不值。

同样都是挂在脖子上的“消暑神器”,降温冰圈的价格则更“接地气”,其在电商平台上的价格从3元钱到30多元不等,无需充电,没有噪音,号称可以在28℃下自然冷冻,挂在脖子上就可以感受清凉。不过,在降温冰圈走红之时,曾有医学专家提醒,将冰箱里冷冻过的冰圈直接戴在脖子上,会让颈部血管突然收缩,可能引发偏头痛等情况。

“清凉搭子”全网热销

降温新产品热销,老“网红”也仍然备受年轻人喜爱。7月29日下午,记者来到长沙市开福区某商店,发现店内的清凉产品真不少。凉感喷雾、清凉贴、清凉湿巾等产品琳琅满目,冷感身体乳、冷感面膜、冷感护手霜也吸引了不少人的注意。店内工作人员介绍,最近“清凉产品”销售得不错,前来选购的大部分为年轻人。

而在网购平台上,各类清凉产品更是卖得如火如荼。记者购买了几款销量较高的清凉产品。其中,降温冰贴为亲

水性高分子凝胶制品,是“通过胶体所含水分的汽化带走多余热量,从而获得一定的制冷效果”,可以贴在额头、脖颈、太阳穴等处进行局部降温,效果可以持续30分钟左右。一款产自泰国的凉感喷雾,为30毫升的便捷包装,喷出来有冰凉感,闻起来有股薄荷味,但凉感持续时间很短。而另一款“网红”老字号冰片粉,冰片味道浓郁,宣称可以“提神醒脑”,但清凉效果一般。记者注意到,很多清凉喷雾为压力包装气雾罐喷雾,成分有丁烷、异丁烷、乙醇

等易燃成分,若是将该产品长时间放置于高温处,会有火灾隐患。除了该产品外,其他身体喷雾类产品也均标注了“远离火源”。

除了各类清凉产品外,今年和冰块相关的产品也销售火爆。冰杯成新“网红”,家用制冰机也成了炙手可热的小家电,热销10万+的产品并不少,价格从200元至500元不等。评论中不少人表示,以前都是用冰格制冰,麻烦且不好取,用制冰机更方便,“真正实现了‘冰块自由’”。

当心“神器”伤人

那么,使用“避暑神器”有什么注意事项吗?

此前,有多地消防部门通过模拟实验告诉市民使用降温喷雾的风险。消防员用密封的透明盒子模拟夏季高温时在车内密闭空间喷洒降温喷雾的情况。消防员在盒子内喷洒大量清凉喷雾后,随着明火靠近盒子,盒内温度瞬间达到90℃并发生轰燃,整个盒子被烈火包围,测温枪显示,温度接近200℃。

消防部门提醒,部分降温喷雾中存在易燃易爆气体,一旦遇到明火或热源,有燃烧爆炸的危险,应注意杜绝火源,在密闭空间内慎用;也不要将此类产品放置车内,要放在孩子接触不到的地方。

至于夏日喝冰饮有什么问题?南华大学附属长沙中心医院急诊科副主任赫留党表示,运动后喝冰饮料不可取。“在运动刚结束后或者是很热的天气,人体

的毛细血管是打开的,我们叫血管扩张,原理就是热胀冷缩。”赫留党说,在这种情况下,一杯冷饮或者一个冷水澡都会刺激血管,让血管突然收缩,包括心脏和其他内脏的血管。喝下冷饮后,可能引发胃痉挛和胃痛,对于有基础疾病的老年人、有先天性心脏病的病人来说,血管一下子痉挛或闭塞,极易引起突发性猝死。他表示,淡盐水才是最好的运动饮料。

科普 >>

夏季肠胃不舒服怎么办

文/曾先华(长沙市中心医院胃肠外科)

1. 饮食不当。如果是饮食不当导致的,建议调整饮食结构,避免吃寒凉生冷、辛辣食物,以清淡、易消化的食物为主,可以适当吃一些养胃食物,比如小米粥、红枣粥等。必要时遵医嘱口服健胃消食片、多酶片等药促进肠胃蠕动缓解症状。2. 急性胃肠炎。如果是急性胃肠炎引起的,症状轻微时一般不需要药物治疗,建议多休息,适当补水,清淡饮食。如果症状较为严重,建议遵医嘱口服乳酸菌素片、双歧杆菌乳杆菌三联活菌片等药物调节肠道菌群,改善肠胃不适症状。伴有细菌感染时,遵医嘱口服抗生素药物治疗。3. 慢性胃炎。本身患有慢性胃炎病史的患者,建议在医生的指导下服用多潘立酮片、甲氧氯普胺片等促进胃动力的药物,改善胃蠕动。也需要遵医嘱配合服用奥美拉唑肠溶片、硫糖铝咀嚼片等胃黏膜保护剂缓解症状。

儿童中暑有什么症状

文/周海银(湖南省儿童医院急诊综合病房)

1. 头痛。儿童中暑时,由于高温导致血管扩张,此时颅内压增高,从而出现头痛的情况。2. 口渴。儿童中暑后身体水分丢失过快,血液浓缩,血容量减少,刺激下丘脑口渴中枢,从而引发口渴的感觉。当儿童处于高温环境中时,会通过出汗的方式散热,此时体内的水分会随着汗液流失,导致口腔黏膜干燥和喉咙干渴。3. 疲乏。儿童中暑时,机体为了增加散热而过度消耗能量,造成肌肉疲劳和乏力感。中暑会导致血液循环不畅,影响氧气供应,进而引起全身无力的现象发生。4. 眩晕。中暑时,由于体内热量积聚,血液循环加速,导致血压下降,引起脑部缺氧和眩晕的发生。5. 恶心。儿童中暑时,体温调节中枢功能障碍,胃肠蠕动减慢,消化酶活性降低,胃肠道平滑肌痉挛,进而引发恶心呕吐等症状。

小孩做CT危害大吗

文/谢龙龙(湖南省儿童医院放射科)

CT是临床最常用的检查之一,单次扫描使用的辐射剂量完全在安全范围内,不足以对小孩的健康产生任何影响。尽管如此,对于新生儿等特殊人群,需要在权衡利弊后再进行CT检查。新生儿做头颅CT的射线量相当于胸片的200-250倍,过于频繁或过多的照射可能会增加白血病和脑肿瘤的风险。具体来说,CT的辐射剂量会根据不同的检查部位而有所不同。例如,胸部CT扫描一次剂量约为1mSv,颅骨CT的有效辐射为2mSv,相当于8个月的自然辐射,导致患癌风险很低。因此,偶尔进行CT检查对身体不会产生不良影响,若需要多次进行检查,应在医生指导下进行,如病情危及生命,可能需要在权衡利弊后进行检查。因此,家长不必过于担心。

中医还有这些消暑小妙招

Tips >>

湖南中医药大学第一附属医院心病科副主任范建民表示,研究显示,高温天气与急性心肌梗死的发生率密切相关,温度每升高10℃,急性心肌梗死的风险就增加约5%。除了常见的消暑方法外,中医还可通过以下方法进行消暑:

1. 护心保健穴

①少府穴。是手少阴心经的穴位之一,位于手掌,横平第5掌指关节近端,第4、5掌骨之间。具有宁心安神、清心泻热、理气活络的作用,多用于治疗心悸、胸痛等症。

②内关穴。为心包经的络穴,在前臂掌侧。仰掌,腕横纹上自身两个拇指的宽度,两筋之中即为此穴。具有宽胸理气的作用,为治疗胸闷、心悸症状的要穴。

③膻中穴。属任脉,位于前正中线上,平第4肋间,两乳头连线的中点。能行气化痰、宽心顺气、疏通经脉,可影响心血管神经的调节中枢,促进全身血液的重新分配,改善冠状血流量。

2. 消暑粥

①绿豆甘草粥。材料:绿豆80克,生甘草10克,粳米150克。做法:将甘草用布包好,绿豆、粳米加适量水,慢火煮熟。

②三豆粥。材料:白扁豆10克,黑豆10克,红豆10克,粳米100克,白糖适量。做法:材料放入,加清水适量,慢火煮,待熟时调入白糖。