

# “保健品”竟吃出了铅中毒

自去年国庆节后,周先生就开始无缘由的腹胀,胃口也越来越差。他以为自己“消化不良”,便多次在药店、诊所购买药物服用。但症状反而越来越重,不但腹胀、乏力,偶尔还会腹痛,活动后甚至会有心累的感觉。

### 元凶竟是重金属中毒

周先生辗转来到了成都市第三人民医院。入院检查后,发现周先生除了消化道的问题还有贫血。为了搞清楚贫血的原因,消化科请来血液内科开展多学科会诊。

在会诊中发现,患者的红细胞有非常多的“嗜点彩”,而大量的嗜碱性点彩出现在红细胞,往往提示存在重金属中毒问题!

根据这一重要线索,为患者进一步安排了重金属检测。通过对血液和尿液检查,结果显示血液及尿液中铅含量均超标。也就是说,周先生确实是“铅中毒”了!

### 保健不成反伤身

医生帮助周先生对工作、居住环境、家族成员等进行了梳理,但



经过逐一排查,都没找到可疑原因。“会不会是那个保健品?”周先生家人说,平日一家人的食、住、行都没有区别,唯一不同的就是他长期在服用一种保健品。

原来,在5年前被确诊为糖尿病后,周先生被推荐服用一种粉末状的保健品“降糖”,“每天会取5g兑水喝,但是这个产品没有说明书和配方表。”

根据医嘱,周先生立即停止了服用该保健品并同时开展驱铅治疗。经过治疗,腹胀、乏力症状均消失,食欲也慢慢好转。后续复查血红蛋白,已升至110g/L,目前随访

反馈的情况也良好。

“再也不敢乱吃药和保健品了!”对于此次经历,周先生和家人满心的后怕。

值得注意的是,近年来保健品引起铅中毒的案例并不是偶发。那保健品为啥会和铅中毒有关?据分析,这可能是和它采用的原料铅超标或加工过程器械被污染等有关。医生提醒:不要轻易尝试由非专业医务人员提供的治疗方案或服用来源、成分不明的药物和保健品等,以免对自身健康造成危害。选择保健品应通过正规机构,同时认准产品资质,以便获得相应的质量

保障。若出现身体不适,应尽快至正规医疗机构就诊排查,以免延误诊断、治疗。同时,建议接受具备充分依据的检查,帮助尽快明确疾病原因。  
(据《成都日报》)

### 科普阅读

#### ■什么是铅中毒?

铅中毒是一种由于铅的累计吸收而导致的非传染性慢性病,能够影响人体神经系统、心血管系统、骨骼系统、生殖系统和免疫系统的功能,从而引起胃肠道、肝肾和脑的疾病。

#### ■铅中毒的表现?

铅以离子状态被吸收后进入血循环,而血液内的铅约有95%分布在红细胞内,主要在红细胞膜。

铅中毒可导致血红蛋白合成障碍及溶血,进而导致贫血。包含不典型的乏力、食欲不振、腹部胀满、便秘及腹部隐痛甚至腹绞痛、头昏、失眠、注意力不集中等,甚至可能出现严重脑病,如抽搐、嗜睡、甚至昏迷等。

## 服中药有食忌

“一口中药一口肉,再喝二两漱漱口”,对这种吃药行为,河南省人民医院中医院药师王艳认为,纯属“想不开”,药效减半不说,甚至还会伤身。

服用中药有讲究,服用不对,甚至会适得其反。王艳介绍,吃中药讲究饮食禁忌,又称食忌。

中药药性分四气、五味,病症有寒、热、虚、实之分,食物具有寒、热、温、凉四种不同的食性。中药食忌历史悠久,典籍中指出了饮食禁忌的原则:“肝病忌辛、心病忌咸、脾病忌酸、肺病忌苦、肾病忌甘苦。”(《黄帝内经》)“用寒远寒,用凉远凉,用温远温,用热远热,食宜同法。”(《素问·至真要大论》)

总之,正确搭配,中药疗效才好。在服用中药期间,首先应忌生冷、油腻、腥膻、有刺激性的食物,不宜喝浓茶、咖啡以及碳酸饮料。生冷食物其性多寒凉,难消化,易刺激胃肠道,影响胃肠道对药物的



吸收;油腻食物助湿生痰,滑肠滞气不易消化和吸收,而且油腻食物与药物混合更会阻碍胃肠道对药物有效成分的吸收,从而降低疗效;葱、蒜、胡椒、羊肉、狗肉等辛辣热性之品,其性多温热,耗气动火,会影响脾胃功能。

此外,还需要注意,疾病不同,食忌有别。如热性病忌辛辣温燥、油腻煎炸类食物,寒性病忌生冷食物、清凉饮料等。药性不同,食忌有别。如温里药、发汗药均忌食生冷食物。药品不同,食忌也有别。总之,中药千万不能随便吃,一定要遵照医嘱。  
(据《大河健康报》)

## 专家:“喝不醉”不代表对身体没损伤

28岁女子王丽(化名),有近10年饮酒史,酒量一路看涨。很少喝醉的她,近日喝醉后消化道出血休克。医生检查发现,其多器官衰竭且有脑部萎缩,经过两天抢救脱离生命危险。

王丽家住武汉市硚口区,十八九岁时就开始靠饮酒缓解焦虑和忧愁情绪,逐渐养成了习惯,每天都要喝上不少。这些年下来,酒量也一路看涨。

2月28日,王丽再次喝下1斤白酒。酒后,很少喝醉的她出现了严重的醉酒症状,不仅神志模糊,恶心呕吐,还出现了排便带血的情况。家人赶紧将其送往武汉市第四医院古田院区就诊。

在该院急诊科,医护人员初步检查后发现,她的血压下降出现休克,已经出现生命危险。随后,王丽被转入ICU抢救。在之后的检查中,医护人员发现王丽存在急性肾功能衰竭、肝功能损害等,还伴有消化道出血。

该院重症医学科毕传华医生

介绍,通常来说,王丽这个年纪的患者出现休克并发多器官衰竭的情况比较少见,特别是在颅脑CT的检查中,还显示其已经出现了脑部萎缩的征兆。医生表示,长期无节制饮酒是患者出现“早衰”的主要原因,已让身体不堪重负,出院后需要严格戒酒。

专家特别提醒,很多人认为自己酒量好,喝得再多只要不喝醉,酒精对身体就没有伤害。其实很多负面影响已经在逐渐累积,直至身体不堪重负。特别是有些人试图靠饮酒来消解忧愁和焦虑情绪,反而会导致对健康造成更严重的伤害。

(据《武汉晚报》)

