

洗小龙虾被扎，双手肿成馒头

急诊医生:这类人群处理生鲜水产时务必戴手套

入夏后，小龙虾又成了夜宵餐桌上的主角。不少市民选择自己在家烹饪，觉得比外面处理得更干净、更放心。然而，有人在清洗小龙虾时被扎出小伤口，引发了气单胞菌感染，双手严重肿胀。小小扎伤怎么会引发这么严重的后果？浙江省中山医院急诊医学科主任李刚解释了其中的关键原因。

为什么一个小伤口会引发严重感染？

李刚介绍，小龙虾生活在淡水环境里，外壳和鳃部很容易携带各种细菌，气单胞菌就是其中很常见的一种。这种细菌在水里本来就有，小龙虾身上带菌并不稀奇。

“很多人被扎伤后不当回事。”李刚说，伤口小、出点血，大多数人冲一冲就继续处理食材了。但恰恰是这个“不当回事”，给了细菌可乘之机。

气单胞菌属于机会性致病菌。对身体健康、免疫系统正常的人来说，少量细菌进入皮下组织后，白细胞通常能及时把它们清除掉，仅出现局部轻微红肿，过一两天便可自愈。但问题在于，并不是每个人都有那么好的免疫力。

“如果一个人本身有糖尿病、肝病、肾病，或者长期用激素、免疫抑制剂，自身免疫力相对较弱，情况就完全不一样了。细菌进入皮下组织后会迅速繁殖，释放毒素，引起急性炎症反应。”李刚补充道。

这就是为什么有的人在清洗小龙虾或者某些鱼类被扎伤后，会出现双手严重肿胀、疼痛、发红发热，甚至还会出现发烧、畏寒等情况的原因。如果不及时处理，感染可能沿着筋膜扩散，极少数情况下甚至会发展成败血症和感

染性休克。

除了免疫力因素，伤口的位置和深度也很关键。李刚解释，人的手部组织结构精细，肌腱、神经、血管分布密集。一旦感染肿胀，这些结构会受到压迫，导致组织缺血缺氧，形成恶性循环。

被小龙虾扎伤后正确的做法是什么？

处理小龙虾或者某些鱼类时，不小心被扎伤了该怎么办？李刚给出了具体、可操作的步骤。

第一步，立刻冲洗。马上停下来，用流动的清水冲洗伤口，尽量把表面的污物和细菌冲掉。如果手边有肥皂或洗手液，可以用来辅助清洁，但清水冲洗不能省。

第二步，消毒伤口周围。冲洗后用碘伏或75%的酒精消毒伤口周围的皮肤。这里要注意，不要直接把酒精灌入开放的伤口，强刺激不利于创面愈合。

第三步，观察伤口情况。如果扎伤比较浅、出血不多，可以涂一点莫匹罗星软膏这类外用抗生素药膏，然后用创可贴或无菌纱布盖住，保持干燥。

第四步，密切观察后续变化。接下来的几个小时到一两天内，如果伤口周围出现明显的红肿、疼痛加剧、发热，或者摸上去皮温明显升高，要尽快去医院急诊。



李刚特别强调了几条必须警惕的信号：扎伤后24小时内出现肿胀，肿胀范围迅速扩大，伴随发烧、乏力等全身症状，出现任一症状，就需要尽快去医院。

此外，本身有糖尿病、肝硬化、肾功能不全等基础疾病的人，感染风险比普通人高得多。李刚建议这类人群在处理小龙虾或海鲜时，一定要戴上加厚的橡胶手套，别图省事直接上手。一旦被扎伤，即便当时没什么明显症状，也建议去医院让医生评估一下，必要时预防性地用点抗生素。

李刚还提醒，除了小龙虾，螃蟹、贝类、海鱼等水产也可能携带致病菌，处理这些食材时要戴好手套、用工具辅助。

据潮新闻

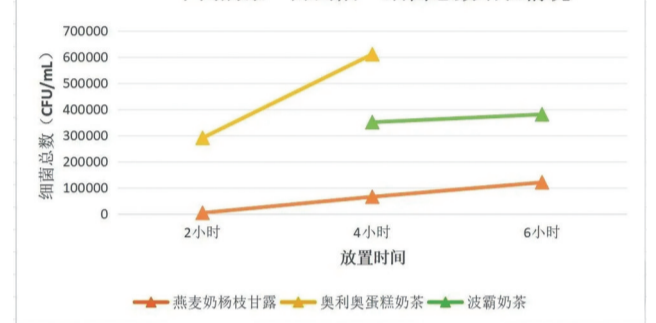
奶茶开封两小时，细菌数量暴涨 超过四小时直接扔掉

最近，一则关于奶茶的新闻引发关注：奶茶开封两小时后，菌落总数超标，部分样品还检出大肠菌群。

相信不少人有这样的习惯：点了杯奶茶猛喝一口，就搁在一旁慢慢喝上一天。甚至还有有人凑单点多杯，喝一杯囤一杯，第二天醒来继续喝，殊不知极易引发肠胃不适，严重者甚至进急诊。

奶茶建议尽快喝，喝得越慢，细菌越多。

不同奶茶“开封后”细菌总数增长情况



放久了的奶茶到底有多脏？

上海市消费者权益保护委员会曾选取奥利奥蛋糕奶茶、燕麦奶杨枝甘露、霸气葡萄柚柑和波霸奶茶四款奶茶进行专业检测。

结果发现，各种奶茶在开封后，放置2小时、4小时和6小时，细菌总数会显著增长。

其中，用料简单、口味清淡的“霸气葡萄柚柑”，菌落总数相对少一些——2个小时、4小时、6小时的菌落总数分别为2700、3100和6100CFU/mL(CFU/mL指的是每毫升样品中含有的菌落总数)。

而用料相对复杂的其他几款奶茶，就不一样了：放置4小时和6小时后，细菌总数可达几十万CFU/mL！

而且，就算未开封，奶茶放置超过2个小时，细菌总数也会成倍增长。

奶茶里常见的细菌包括：大肠埃希氏菌、沙门氏菌、单核细胞增生李斯特氏菌、金黄色葡萄球菌、蜡芽芽孢杆菌等。当温度、酸碱度等条件适宜时，它们会在奶茶中快速繁殖。

虽然现制奶茶没有强制国标，但可参考《食品安全国家标准 饮料》(GB 7101-2022)：菌落总数≤10000CFU/mL，大肠菌群≤10CFU/mL。

所以，奶茶建议在2小时内喝完，这不只是为了口感好，更是为了安全。

好好的奶茶，细菌从哪儿来？

●奶茶本身就可能含有细菌

瓶装饮料出厂前要经过严格杀菌，密封后基本无菌。但现制奶茶没有杀菌步骤。空气中的细菌、原料自带的微生物、制冰用水、操作台、杯具……每一个环节都可能引入细菌。只是初始数量少，喝下去没事，放久了就开始大量繁殖。

●对嘴喝，细菌繁殖更快

当你直接用嘴对着杯口喝，

口腔里的细菌(如大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等)会随着唾液回流到奶茶里。奶茶富含蛋白质和糖分，简直是细菌的“自助餐厅”。

有研究表明：装在塑料瓶中的茶饮料，喝过后立即检测，剩余茶水中的细菌总数即可达到每毫升上万菌落；常温放置24小时后，细菌繁殖100倍以上。

实验室实测：喝过的奶茶，越来越脏

有博主专门做了实测：把市面上主流的奶茶、鲜奶茶、果茶、酸奶、咖啡共36杯，分两组送实验室检测。

结果①：喝过的奶茶，大肠菌群暴增

喝过放2小时与喝过放4小时对比，菌落总数最高增长不到2倍，但大肠菌群最高增长了5.9倍。

原因很直接：口腔中的微生物被带入饮品中，加上奶茶本身就有微生物，共同作用下快速繁殖。

结果②：没开封的奶茶，也不干净

检测发现——未开封的奶茶放置2小时，已有9杯奶茶菌落总数超过10000CFU/mL。大肠菌群方面，11杯高于10CFU/mL，3杯异常之高。

规律很明显：奶茶，尤其是带小料的奶茶，更容易出现大量微生物；而现点现做的咖啡、柠檬水相对好一些。

不想奶茶越喝越脏？记住3个实用技巧

技巧1：

2小时内喝不完，放冰箱，盖好保鲜膜。

技巧2：

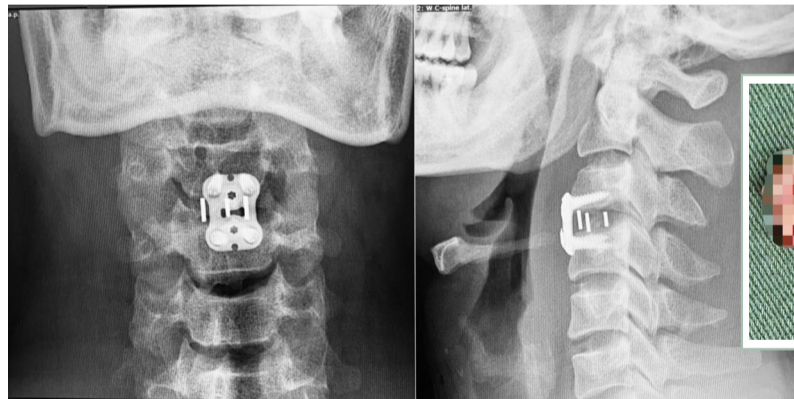
2到4小时内没喝完，加热1到3分钟(中心温度70℃以上)，冷却到适口温度再喝。

技巧3：

超过4小时(车里或工位敞开放置超过2小时)或感官异常，直接扔掉。

图文据新华社微信公众号

找按摩店正骨，小伙差点终身瘫痪



暴力正骨导致颈3-4椎间盘急性突出脱出

现代快报讯(通讯员 傅宣 记者 顾潇)近日，扬州一名27岁男子因轻信非正规按摩店的“正骨”服务，在技师操作后，随着一声清脆的“咔嚓”声响，颈部当即剧痛难忍，胸部以下身体瞬间失去知觉。医生检查后发现，暴力正骨导致该男子颈椎间盘急性突出脱出，并引发急性脊髓神经损伤，若不及时手术，极可能导致终身瘫痪。医生随即为其开展精准微创手术，成功修复神经功能，患者转危为安。

这名27岁的扬州小伙因久坐办公，常年受颈部酸痛困扰，日常仅靠贴膏药、服用止痛药短暂缓解不适。听闻当地一家按摩店正骨疗效显著，便前往尝试放松。

推拿过程中，技师大力掰动其颈部，伴随一声清脆的“咔嚓”声响，小伙当即感到颈部剧痛难忍，随后乳头平面以下身体完全麻木，用力掐捏也毫无知觉，出现明显瘫痪症状。家人立即将其送往扬州大学附属医院京沪高级医学中心救治。

接诊后，脊柱外科团队迅速为患者完善核磁共振检查，结果显示颈3-4椎间盘急性突出脱出，已引发急性脊髓神经损伤，若不及时手术，极可能导致终身瘫痪。

脊柱外科主任医师容威教授团队，为患者实施显微镜辅助下颈椎前路微创手术。在手术显微镜的高清视野下，医生精准摘除病变

髓核，最大程度保护脊髓与神经，手术高效完成。术后首日，患者便可佩戴颈托下床活动，躯干麻木感显著减轻，痛觉逐步恢复，整体恢复情况良好。

容威教授提醒，颈腰椎病发病日趋年轻化，轻微颈肩酸痛可在正规医疗机构通过按摩、热敷、针灸、理疗、科学康复锻炼缓解，但已确诊颈腰椎疾病，出现手麻无力、行走发飘、躯干麻木等神经症状的人群，严禁随意正骨、暴力按摩。

如果颈肩腰腿痛持续不缓解，或伴随肢体麻木、无力等情况，务必第一时间前往正规医院脊柱外科就诊，切勿在非正规机构盲目正骨，以免造成不可逆的神经损伤。