



新闻热线:028-65059829 65059830 投稿邮箱:sckjbs@vip.163.com



栏目协办:四川省营养学会

社区科普

正确应对消化不良引起的腹泻

■ 杨凡

生活规律。春节期间不规律的生活方式会降低孩子的免疫力,同时又处于冬春交替时期,天气变化快、温差变化大,让孩子容易患病。另外,如果摄入食物较多较杂,也容易引起孩子的消化不良。此时,保持良好的作息时间和饮食规律就显得尤为重要。请尽量让孩子早睡早起,保持良好的

饮食习惯,切记避免暴饮暴食。

调整饮食。鼓励孩子多吃蔬菜和水果等易消化的食物,多喝白开水。烹饪尽量选取清淡的方式,避免高脂、高糖的饮食。

合理用药。必要时可以给孩子使用帮助消化的药物,如胃蛋白酶合剂;如果孩子腹泻次数较多,可以选择有

止泻作用的黏膜保护剂,如蒙脱石散;还可适当补充益生菌,调节肠道菌群。需要注意的是,益生菌应选择明确对健康有促进作用而无任何副作用的菌株,如双歧杆菌、乳酸杆菌等。

预防脱水。如果腹泻次数多同时伴有呕吐症状,需要预防脱水的发生。多给孩子喝水,也可以喝米

汤、粥等。

适当的腹部按摩。孩子平躺在床上,家长可将一手的食指、中指、无名指并拢,用三指指腹在宝宝腹部绕圈按摩,每次约3~5分钟。

(作者系四川省营养学会常务理事、四川大学华西第二医院儿童保健科主任医师)



目前市面上流行着各种葛藤花商品,商品介绍中赫然写着“醒酒不伤肝”,并认为其原理是葛藤花水可与酒发生作用,让酒变得像白开水那样,有解酒之功效。葛藤花真有“千杯不醉”的功效吗?



葛藤花,也叫做葛花,是豆科植物野葛的紫色花蕾。经研究发现,葛花中存有的皂角苷、异黄酮类物质,这类物质具有抗氧化作用,能够保护酒精中毒引起的肝损伤。另外葛花中含有的0.001%左右的葛根素(葛根中的葛根素含量是10%~13%),被认为是解酒的有效成分,能够加速酒精的分解,使血液中乙醇、乙醛浓度下降,从而起到解酒作用。

在查阅葛花相关的科学文献中发现,在动物实验中,对小鼠进行葛花提取物给药后可降低酒后血中乙醇浓度,并在0.5~1小时后,明显增强了肝中乙醇脱氢酶的活性。由此可见,其机制可能是通过抑制消化道对乙醇的吸收,从而起到有效的降醇解酒作用。在人体临床实验中,一项对47位患者的临床实验表明,用加味葛花解酒汤治疗重症患者,降低了急性酒精中毒患者的急性因子水平,减少了并发症的发生,并且帮助患者更快的恢复清醒。这说明,在个别临床试验中葛花制成的中成药有一定的解酒效果。

尽管在一定程度上,葛花中的某些成分起到了加速酒精代谢的作用,但想依靠葛花达到“千杯不醉”是不可能的。

在上述小鼠试验中,实验者先给小鼠灌胃葛花提取物,30分钟后灌胃白酒,进而观察醉酒小鼠的醒酒时间及测定小鼠血液乙醇含量变化。实验结果是,葛花水提物对小鼠醒酒时间以及血液乙醇浓度都无明显效果,而用葛花的乙醇提取物实

一些个别临床实验确实证明了葛花颗粒有效果,但需要在医生的指导下,根据经验掌握用量,对症用药,这是普通民众不能操作的。另外,加味葛花解酒汤在临床试验中也只是辅助用药,还会联合使用其它解酒药共同使用,当多种药性成分相互作用,才可达到解酒效果。

值得注意的是,河南省获嘉县中医院的一则临床数据报告了一则葛花中毒的病例:66岁男性因用葛花15克泡水200毫升口服,出现剧烈呕吐伴休克2小时的严重食物

中毒现象。在此提醒,葛花不是食物,作为中药,其成分复杂,目前对其成分机理作用的分析还有待科学验证。不经专业的医生判断,自行配制服用,不但达不到解酒的作用,还可能危害健康。

说到底,对身体最好的保护方法是少饮酒或戒酒。如果一定要解酒,除了补充适当水分,还可以选择本身就是食物又含有解酒类营养素的食物更为妥当,如坚果、猪肉、芝麻等。盲目相信中药能解酒护肝,未经医嘱自行服用,都是不科学的。

(钟科)

高县部署2020年防邪工作



本报讯 为进一步推动反邪教宣传教育,近日,宜宾市高县县委政法委在县检察院召开2020年防邪工作安排部署会。

会上,高县县委政法委常务副书记何晓彬领学了《中华人

人民共和国治安管理处罚法》《中华人民共和国国家安全法》,重点对惩治邪教活动的法律条文进行了深度解读,并通报了近期外地不法邪教分子利用新冠肺炎疫情,假借“救世主”名义传播谣言,制造社会恐慌,散布歪理邪说等情况。何晓彬要求,政法队伍在疫情期间,要紧密结合网格员入户走访、法治辅导员入户走访、红袖标治安巡逻员入户走访等工作,同步开展防疫防邪宣传。通过普法教育,LED显示屏播放,拉横幅,展板展示,发放

宣传资料,微信公众平台宣传等多种形式宣传邪教危害和反邪教知识,最大程度提高群众对邪教活动的鉴别和防范能力,营造反邪教工作“人人参与,人人有责”的浓厚氛围,从根本上、源头上预防邪教的滋生蔓延,确保在疫情期间群众身心健康。

何晓彬强调,反邪教工作是一项长期、复杂、艰巨的斗争,要进一步提高思想认识,提高对邪教侵入的防范性和抵御性,切实维护全县政治安全和社会稳定。

(省反邪教协会供稿)

本报标准:55元/行/天,每行13个字 以下分册每份公告由各企事业单位负责印制,广告办理地址:红星路二段70号四川日报大厦 告白有限公司 布

特别提示:使用本公司印制的公告,需附上该公告的名称及公告的印制单位和公告的法律地位。

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100871)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:刘家,身份证号码51101119870420536X,持有的中华人民共和国农业部颁发的执业兽医资格证书,证书编号A0201051011402020311月13日遗失,特此声明。

▲四川省众创科技有限公司营业执照正副本(统一社会信用代码:91510100MA6DFY3H2X)遗失作废。

▲锦江区劳动人事争议仲裁委员会公告

成都市双流区劳动人事争议仲裁委员会公告

四川省岳池县人民法院公告

四川省东晨防水新材料有限公司公告

成都兴蜀投资开发有限公司公告

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100871)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:刘家,身份证号码51101119870420536X,持有的中华人民共和国农业部颁发的执业兽医资格证书,证书编号A0201051011402020311月13日遗失,特此声明。

▲四川省众创科技有限公司营业执照正副本(统一社会信用代码:91510100MA6DFY3H2X)遗失作废。

▲锦江区劳动人事争议仲裁委员会公告

成都市双流区劳动人事争议仲裁委员会公告

四川省岳池县人民法院公告

四川省东晨防水新材料有限公司公告

成都兴蜀投资开发有限公司公告

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100871)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:刘家,身份证号码51101119870420536X,持有的中华人民共和国农业部颁发的执业兽医资格证书,证书编号A0201051011402020311月13日遗失,特此声明。

▲四川省众创科技有限公司营业执照正副本(统一社会信用代码:91510100MA6DFY3H2X)遗失作废。

▲锦江区劳动人事争议仲裁委员会公告

成都市双流区劳动人事争议仲裁委员会公告

四川省岳池县人民法院公告

四川省东晨防水新材料有限公司公告

成都兴蜀投资开发有限公司公告

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100871)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:刘家,身份证号码51101119870420536X,持有的中华人民共和国农业部颁发的执业兽医资格证书,证书编号A0201051011402020311月13日遗失,特此声明。

▲四川省众创科技有限公司营业执照正副本(统一社会信用代码:91510100MA6DFY3H2X)遗失作废。

▲锦江区劳动人事争议仲裁委员会公告

成都市双流区劳动人事争议仲裁委员会公告

四川省岳池县人民法院公告

四川省东晨防水新材料有限公司公告

成都兴蜀投资开发有限公司公告

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100871)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:刘家,身份证号码51101119870420536X,持有的中华人民共和国农业部颁发的执业兽医资格证书,证书编号A0201051011402020311月13日遗失,特此声明。

▲四川省众创科技有限公司营业执照正副本(统一社会信用代码:91510100MA6DFY3H2X)遗失作废。

▲锦江区劳动人事争议仲裁委员会公告

成都市双流区劳动人事争议仲裁委员会公告

四川省岳池县人民法院公告

四川省东晨防水新材料有限公司公告

成都兴蜀投资开发有限公司公告

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100871)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:刘家,身份证号码51101119870420536X,持有的中华人民共和国农业部颁发的执业兽医资格证书,证书编号A0201051011402020311月13日遗失,特此声明。

▲四川省众创科技有限公司营业执照正副本(统一社会信用代码:91510100MA6DFY3H2X)遗失作废。

▲锦江区劳动人事争议仲裁委员会公告

成都市双流区劳动人事争议仲裁委员会公告

四川省岳池县人民法院公告

四川省东晨防水新材料有限公司公告

成都兴蜀投资开发有限公司公告

▲销毁公告:成都唯沁文化传播有限公司黄治财全国注册监理工程师注册证编号:S51008684-09175076,财务专用章:51010091750780,法定代表人姓名(章):51010091750780经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都天亿通信工程有限公司 公章(编 号:51010094696959)、财务专用章(编 号:51010094696959)、法定代表人章(编 号:51010094696959)、发票专用章(编 号:5101009519131)经股东决定销毁,特此声明。

▲销毁公告:成都迪千商贸有限公司公章(编 号:5101075100871)、财务专用章(编 号:5101075100871)、法定代表人章(编 号:5101075100871)、发票专用章(编 号:5101075100