

# 冬季“隐形杀手”上线

## 城阳区人民医院急诊内科专家提醒：取暖季谨防一氧化碳中毒



城阳区人民医院急诊内科副主任代磊给患者看病。

随着冬季来临，北方开始进入取暖季节。在使用煤炉、燃气、炭火等取暖的过程中，作为冬季“隐形杀手”的一氧化碳极易暴露于空气中，其导致的中毒事故也进入了易发期和高发期。12月6日，记者从青岛市疾控中心了解到，青岛市供暖季的一氧化碳中毒事件主要以煤炭或柴火取暖不当导致。城阳区人民医院急诊内科副主任代磊提醒，处在一氧化碳中毒环境中，一旦出现头部不适或者胸闷等症状，应及时开窗通气，移至通风良好处，并及时就诊。

### 了解中毒症状及时处理

代磊告诉记者，前来就诊的患者大多数没想到自己是一氧化碳中毒，其轻重的情况表现不同，“轻度一氧化碳中毒患者可能会出现头晕、头痛、乏力、心悸、恶心呕吐以及视力模糊等症状，但这种情况持续时间较短。如果患者昏迷，脱离中毒现场并得到及时抢救后，可以较快苏醒，通常不会留下明显的并发症。中度一氧化碳中毒患者除了具有上述轻度症状外，还可能会出现面色潮红、口唇呈现出樱桃红色、脉搏加速、出汗增多、全身肌肉张力增高以及步态不稳等症状。大多数患者此时会表现出轻度的意识障碍，如烦躁或浅昏迷。如果此时患者脱离中毒现场并得到及时救治，也可以迅速康复。重度一氧化碳中毒患者则会出现中度或深度昏迷、面色潮红、呼吸急促且带有鼾声、口周有呕吐物或白色或血性泡沫、脉搏加速、神志不清以及压眶反射和角膜反射减弱或消失等症状。患者的肌肉张力可能会增强，严重者可能导致心肺衰竭而死亡。”医生会根据患者临床表现、常规询问配合外部身体气味判断是否是一氧化碳中毒。据了解，医院曾接诊过最严重的一氧化碳中毒者，为呼吸心跳都停止的情况。



围炉煮茶。

为了应对可能发生的一氧化碳中毒事故，代磊建议大家应掌握一些急救知识。“如果发现有人出现一氧化碳中毒症状，迅速打开所有门窗通风，立即切断毒源，将患者移至通风处。解开衣领和腰带以保持呼吸通畅，将昏迷患者头偏向一侧，防止误吸呕吐物，同时拨打120急救电话。对于心跳停止的患者，应立即进行心肺复苏。”

记者了解到，一氧化碳中毒急性期需迅速纠正缺氧状态，氧疗可加速碳氧血红蛋白解离，增加一氧化碳的排出。一氧化碳中毒者就医后，一般情况下医生都会建议高压氧疗。

城阳区人民医院高压氧主管护师傅顺介绍，高压氧就是在基础的压力下，把压力升高，在这个状况下吸氧，可以增加体内氧气含量，促使一氧化碳尽快排出体外，轻症患者建议一个疗程为十天，重度的尤其是年龄大的患者，可能会出现迟发性脑病，医生建议两个月之内都要坚持做高压氧治疗。

### 一年四季警惕不可放松

很多人提起一氧化碳首先想到的是冬天烧煤炉取暖、烧炕等引起，冬天的确是一氧化碳中毒的高发期，但其实夏天也会发生一氧化碳中毒，我们同样不可放松警惕。代磊介绍说，夏季一氧化碳中毒的常见类型主要有居家开空调时，没有通风换气；外出就餐在空调屋里吃炭火锅、烧烤，门窗关闭，通风措施不到位；在车窗紧闭的情况下开着空调睡觉，会导致车厢内的空气不流通，发动机长时间运转，排出的一氧化碳便逐渐聚集在车内；燃气热水器如果没有安装排烟通道，在洗澡时空气不流通，很容易导致一氧化碳中毒。

除了掌握急救方式，有效预防一氧化碳中毒事故才是最根本的。专家提醒，首先，要确保室内空气流通，不要长时间关闭门窗。其次，定期检查取暖设备，如煤炉和燃气热水器等，确保它们正常工作，避免因设备故障导致一氧化碳排放量增加。此外，使用燃气热水器时，应该选择安全可靠的品牌和型号，并严格按照使用说明书操作。长时间在密闭空间内使用煤炉等取暖设备，会使室内空气中的一氧化碳浓度升高，安装一氧化碳报警器可以有效地监测室内空气中的一氧化碳浓度，当浓度超过安全阈值时，报警器会发出警报声，提醒人们采取措施，帮助人们及时发现并处理一氧化碳中毒问题，保障自身和家人的健康安全。

### 常见误区要避免

**误区1：只有烧煤才会引起一氧化碳中毒？**  
答：凡属含碳物质如汽油、煤油、煤、木炭等不完全燃烧的，均可产生大量的一氧化碳。

**误区2：室内没有煤烟就不会发生中毒？**  
答：一氧化碳是一种无色无味的气体，一氧化碳中毒往往在不知不觉中发生。

**误区3：家中取暖，用湿煤封火就不会发生中毒？**

答：一氧化碳极难溶于水，且水和煤气在高温下容易形成水煤气混合气，增加中毒风险。

**误区4：门窗上有缝隙就不会中毒？**

答：一氧化碳的比重比空气小，如果门窗缝隙的位置较低，一氧化碳也不易排出。

观海新闻/青島晚报/掌上青島 记者 璩骊儒



高压氧舱治疗。

### 冬季取暖谨防“隐形杀手”

一氧化碳中毒，俗称煤气中毒。冬季，人们采用煤炉、炭火盆等取暖，一旦煤、木炭等燃烧不充分就会产生一种闻不出味道、看不见的气体一氧化碳。据介绍，一氧化碳是一种有毒气体，是含碳物质燃烧不完全的产物。正常情况下，空气中的一氧化碳浓度很低，低于0.01%。当一氧化碳浓度提高到0.04%至0.06%时，它会对人体健康产生严重影响，此气体具有很高的亲和力，当一氧化碳进入人体后，它会迅速与红细胞内的血红蛋白结合，形成碳氧血红蛋白。这种结合力比氧气与血红蛋白的结合力强200至300倍，使氧气无法与血红蛋白结合，导致脑组织和其他重要器官缺氧受损，甚至引发脑血管疾病。而且一氧化碳是一种无色、无味、难溶于水的气体，难以察觉。

“进入冬季后，急诊内科因一氧化碳中毒入院的患者不少，有的是因为在家烧煤炉、柴火取暖不当的；还有的是在吃烧木炭的火锅时，房间密闭，通风不畅，发生一氧化碳中毒事件；个别家庭将燃气热水器安装在浴室里，燃气不完全燃烧，如果洗澡时间过长，一氧化碳容易蓄积，加上天冷关窗，通风不畅，导致中毒发生。”代磊提醒，近年来兴起的“围炉煮茶”“围炉烤橘”等行为也可能因为炭火处置不当导致一氧化碳蓄积，甚至中毒。