

这些土方子不解酒反伤身

炎炎夏日,亲朋好友傍晚的户外聚餐成了人们休闲的首选,啤酒也顺理成章地变成聚餐标配。不过,急性酒精中毒,这个藏在餐桌上的“隐形杀手”不得不防。除了提醒大家要适度饮酒之外,还要注意,民间有很多用于解酒的土方子,其中一些不正确甚至可能会有严重的伤害出现,需要我们特别警惕。

一.喝醋 首先说喝醋解酒并没有特别清晰的科学道理。我们知道醋本身是酸性的调料,而喝酒之后剧烈呕吐有可能造成胃黏膜的损伤,此时如果再加入酸性调料的话,可能会加重胃黏膜的损伤。因此,喝醋不光解不了酒,还有可能增加消化道出血的风险,是非常不值得推荐的。

二.喝咖啡浓茶 喝咖啡解酒也没有什么特别清晰的科学道理。可能是因为咖啡因会让人感觉到有一定的提神和兴奋的作用,所以有人会觉得喝咖啡能够解酒。但是我们要知道喝完酒之后,因为酒精的作用,人的心率会明显加速,而咖啡因本身也有提升心率的作用,所以从某种角度来说咖啡有增加心率从而增加心脏负担的风险,因此也不值得推荐。



还有人说喝浓茶能解酒,喝浓茶解酒和喝咖啡解酒从道理上似乎有点相像。浓茶中的茶多酚和咖啡因也有提振精神的作用。同样咖啡因和茶多酚也有着因兴奋而影响心率的作用,增加醉酒者的心脏负担。

三.冲冷水、热水澡 有些人认为酒后洗个凉水澡,或者热水澡可以提神、解酒,这个做法其实是非常危险的。喝酒的过程中很多人会出现脸红、皮肤发热这样的表现,这些都是我们的毛细血管扩张导致的。换句话说,大量饮

酒之后我们的身体外周的血管其实是处在一个扩张状态的,这个时候如果我们拿凉水洗澡,温差造成剧烈收缩的皮肤血管会给心脏在短时间之内造成巨大的负担和压力。

而如果是热水洗澡,热水会让外周血管进一步扩张,有可能让身体内核心的血容量进一步下降,从而造成低血压,出现头晕、脑供血不足等风险。

所以酒后即使要洗澡也一定推荐用温水就好,千万不要用凉水或者热水,这样会造成额外风

险。

那么,如何正确处置酒精中毒呢?

第一步,催吐 酒精进入身体到吸收入血液一般需要两个小时左右,酒精约有20%在胃里吸收,剩下的80%在小肠里吸收。一旦醉酒,尽快催吐可以减少酒精的摄入。

第二步,多喝水 酒精进入血液后要想从身体里代谢出去可以通过喝大量的水,但是喝水其实并不是简单为了多排尿。酒精在身体里约有10%会从呼吸和尿液中排出,所以喝水靠尿排出酒精是低效的解酒手段。

呕吐、出汗都会造成身体水分的大量损失,这样的水分损失如果不能及时补充会造成严重的后果,所以醉酒后处置时大量喝水是非常重要的。同时,因为呕吐后食物未能吸收,有些患者会因此造成热量不足、低血糖、电解质紊乱的问题,所以建议适当多喝饮料,在补给水分的同时补给热量。

第三步,及时送医 患者一旦出现危重症状,必须尽早送到医院进一步检查。完善检查,才能进一步明确病因,做到有的放矢。

(据《北京青年报》)

分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)
郑重声明:本版各类信息,如要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗! 否则后果自负。

声 明
内蒙古广播电视台71号院内使用的2部电梯出厂编号为G970285、NX927的两部电梯因投入使用周期太长,出厂原始资料损坏,目前资料已无法正常使用,特此声明。

结婚五周年纪念
公历 2024年7月17日 **丈夫 潘猛 妻子 张欣** 农历 甲辰年六月十二日
五年,是一段不长不短的旅程,却足以让我们的爱情根深蒂固。从相识相知到相爱相守,每一个瞬间都仿佛就在昨天。这五年,我们一起成长,一起面对生活的挑战,也一起享受着幸福的时刻。
今天,是我们结婚5周年的纪念日,我们怀着感恩的心,向世界宣告我们的爱情依然炽热。愿未来的日子,我们能继续书写属于我们的浪漫篇章。

呼和浩特市三环路新增雨水和污水泵站及连接工程(南三环南丰路雨水泵站)建设用地土地征转报批项目社会稳定风险评估公示
根据《内蒙古自治区重大事项社会稳定风险评估工作操作规程(试行)》(内稳发[2016]1号)的文件精神,现将该项目社会稳定风险评估的相关事项公告如下:
一、项目概要呼和浩特市三环路新增雨水和污水泵站及连接工程(南三环南丰路雨水泵站)建设用地土地征转报批项目总面积0.0492公顷,属东黑河村集体土地,地类为水浇地。该项目现土地性质为农村集体土地,拟办理土地征转报批手续,将农村集体土地转为国有建设用地。
二、征求公众意见的主要事项:1.征求公众意见范围:该项目涉及用地范围周围居民的利益相关群体。2.征求公众意见的主要事项:对该项目的实施持何种态度;该项目的实施对当地社会稳定的影响;对该项目实施的意见和建议。3.征求公众对该项目社会稳定风险评估的意见和建议,自本公示发布之日起15天内,通过以下方式向项目实施单位反馈。
三、公众参与联系方式:实施单位:呼和浩特市给排水服务中心,联系人:郭守印,电话:13904712271,邮箱:2571093699@qq.com
呼和浩特市给排水服务中心 二〇二四年七月十七日

声 明
包头市宇顺物流有限责任公司,以下挂靠车辆:蒙 B88621,蒙 B99767,蒙 B83353,以上车辆丢失,灭失证明,注销车辆一切手续,特此公告。
包头市宇顺物流有限责任公司 2024年7月16日

声 明
包头市琳琳物流有限责任公司遗失以下车辆《道路运输证》车牌号:蒙 BAF17 挂(证号150203172901),现对以上车辆《道路运输证》做遗失补证,特此声明。

注销公告
呼和浩特市玉泉区西菜园卫生院(统一社会信用代码121501044601277662)《事业单位法人证书》正本及单位印章遗失,现声明全部作废。因机构改革,申请注销本单位,债权债务由呼和浩特市玉泉区西菜园办事处社区卫生服务中心承接。

注销公告
呼和浩特市祥烁商贸有限公司(统一社会信用代码91150102MA0QYB2Y7R)股东会于2024年6月25日决议解散公司,并于2024年6月29日成立清算组,请债权人于本公告发布之日起45日内,向本公司清算组申报债权。

公 告
内蒙古前方教育咨询有限公司目前的业务范围只有“家庭教育”和“青少年训练营”。我公司有严格的管理制度,以前没有以后也不会从事所谓“异地升学服务”业务,也未授权任何单位和个人参与社会其他活动。
任何冒用我公司名义从事非法活动的行为,所产生的一切后果由侵权方全部承担,我公司不负任何责任;本公司将依法追究其相关的民事责任 and 刑事责任。
提醒公众注意,在涉及商务及民事行为中,请谨慎核实对方的主体身份。如发现有人冒用我公司名义或冒充我公司人员实施欺诈行为,请马上与我公司联系并向公安机关报案。
特此公告

广告刊登电话 15548876987 13354876987 0471-6635651
地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心
遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让
乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

遗失声明
●内蒙古合创速达运输有限公司遗失以下车辆营运证:车牌号:蒙 AZ1983,营运证号150102003173;车牌号:蒙 AZ0667,营运证号150102003172;车牌号:蒙 AZ2349,营运证号150102003171,声明作废。
●因本人温刚不慎丢失内蒙古联发地产有限责任公司蔚蓝家园B1-1-1901房款收据两张,收据号:3736736,收据金额:628959元,日期:2022年7月26日,收据号:3736737,收据金额:18507元,日期:2022年7月26日,特此声明收回,声明作废。
●如有以后有任何纠纷由本人承担。
●锡林郭勒盟祥丰中药材种植有限公司(统一社会信用代码15252710015898)和财务专用章(编号15252710015899)遗失,声明作废。

公 告
内蒙古前方教育咨询有限公司目前的业务范围只有“家庭教育”和“青少年训练营”。我公司有严格的管理制度,以前没有以后也不会从事所谓“异地升学服务”业务,也未授权任何单位和个人参与社会其他活动。
任何冒用我公司名义从事非法活动的行为,所产生的一切后果由侵权方全部承担,我公司不负任何责任;本公司将依法追究其相关的民事责任 and 刑事责任。
提醒公众注意,在涉及商务及民事行为中,请谨慎核实对方的主体身份。如发现有人冒用我公司名义或冒充我公司人员实施欺诈行为,请马上与我公司联系并向公安机关报案。
特此公告

●鄂尔多斯市康巴什区本洪装修材料经销店(统一社会信用代码92150691MA0QQT5R4X)的公章遗失,声明作废。
●乌海市金达莱汽车服务有限公司的公章遗失,公章备案号1503020060238,声明作废。
●内蒙古华通瑞盛能源有限公司工会委员会的财务专用章(编码1506210001789)及法人章(李东法)丢失,声明作废。
●鄂尔多斯市鼎昌房地产开发有限责任公司(统一社会信用代码91150602558131237L)的公章、财务章、法人章丢失,声明作废。
●马虎洞(身份证152621196809022017)将内蒙古华怡房地产开发有限公司开发的武川县可镇腾飞大道中段(县医院西侧)武川·华府锦园项目认购书丢失,房号:9#A5车库,建筑面积19.18平方米,声明作废。
●乌海市景明商贸有限公司的公章遗失,公章备案号1503020062906,声明作废。
●内蒙古宏显商贸有限公司因个人原因保管不善,将开户许可证及密码联遗失,开户行:内蒙古呼和浩特市金诺煤焦有限公司(统一社会信用代码91150822680001479R)遗失法定名称章(编号1528010011925)及财务专用章(编号1528010011926)各一枚,声明作废。
●李利英(身份证152622197502180046)丢失呼和浩特市新城区劝业场新二楼132号柜台使用证,使用证编号249号,特此声明。

●梁福山中医诊所遗失中华人民共和国医疗机构执业许可证正本,登记号PDY00193615010417D2122,声明作废。
●内蒙古正飞机设备有限公司遗失营业执照正本,统一社会信用代码91150105397607686B;及公章、财务专用章、发票专用章、法人(李珍)章各一枚,声明作废。
●内蒙古维恩物业服务有限责任公司(现变更为:呼和浩特市金伦物业管理有限责任公司,统一社会信用代码91150100MA0N1B812U)遗失工会营业执照正本及公章、财务专用章、法人(云磊)章各一枚,声明作废。
●母亲:包梅花,父亲:龚青山,儿子:龚瑞欣于2006年12月19日12点18分出生,现其《出生医学证明》(编号:G150147891)丢失,特声明作废。
●鄂尔多斯市荣宁文化发展有限公司(统一社会信用代码91150602MA13P89M76)的公章(编号1506270029065)、财务章(编号1506270029066)丢失,声明作废。
●王柏遗失出生医学证明,证号:Q150258252,声明作废。
●韩贵龙不慎将土默特左旗纪委监委廉政教育中心工作证(证号:No.01144)丢失,声明作废。

●郝波(身份证152824199110276017)遗失与内蒙古联发房地产开发有限公司签订的广汉板回迁小区C9号楼3单元0702号商品房买卖合同(合同编号GF-2000-0171,面积135.26平米,金额527514元)及购房款收据(编号0202318,金额267514元),特此声明。
●赵红(身份证150102196904084023)不慎遗失逝者张伯超骨灰存放凭证,凭证业务编号202109040003,格位:56-9-20,声明作废。
●母亲:包梅花,父亲:龚青山,儿子:龚瑞欣于2006年12月19日12点18分出生,现其《出生医学证明》(编号:G150147891)丢失,特声明作废。
●鄂尔多斯市荣宁文化发展有限公司(统一社会信用代码91150602MA13P89M76)的公章(编号1506270029065)、财务章(编号1506270029066)丢失,声明作废。
●王柏遗失出生医学证明,证号:Q150258252,声明作废。
●韩贵龙不慎将土默特左旗纪委监委廉政教育中心工作证(证号:No.01144)丢失,声明作废。

●诺日玛,性别:女,不慎将出生医学证明遗失,编号S150057145,声明作废。
●本人王中皇,身份证152222198005120256,由于疏忽不慎将呼和浩特市恒大雅苑8-3-1102号房收据丢失(收据编号313335,313336,收据金额32120,233800元),由此造成的一切后果与内蒙古昌盛泰房地产开发有限公司无关,特此声明。
●呼和浩特市捷佳沙发有限公司遗失营业执照正本及公章、财务专用章、发票专用章、法人章各一枚,声明作废。
●内城区四通依面骨头馆(统一社会信用代码92150102MA0N5B4359)遗失公章、财务专用章及吴群法人章各一枚,声明作废。
●内蒙古向荣广告图文部的开户许可证丢失,核准号J2050005290901,账号594010100100180030,开户银行:兴业银行股份有限公司鄂尔多斯分行营业部,声明作废。
●内蒙古广博汇人力资源服务有限公司遗失开户许可证及存款人查询密码,核准号J1910024419602,账号0602110609100038606,开户银行:中国工商银行呼和浩特市金丰路第二支行,声明作废。