



Bài 5 XỬ TRÍ NGỘ ĐỘC RƯỢU

Hiện nay trên thị trường có rất nhiều loại rượu, theo các nhà chuyên môn, rượu được pha chế từ hóa chất (thay vì lên men từ gạo) là độc hại hơn cả. Rượu đã bị pha với cồn công nghiệp dẫn đến ngộ độc Methanol, bởi Methanol không chuyển hóa ra ngoài mà gây suy gan thận.

Bị ngộ độc rượu chứa Ethanol và Methanol vượt quá giới hạn cho phép, từ 12 - 24 giờ sau khi uống, nạn nhân cảm thấy chóng mặt, lú lẫn, yếu cơ, nhức đầu, buồn nôn, nôn và đau bụng. Tuy nhiên, nếu là cồn ethanol thì sẽ gây ngộ độc rượu rồi lại tỉnh nhưng nếu là cồn Methanol thì nạn nhân uống say dễ gây tử vong nhanh chóng. Người thân cần biết xử trí đúng cách khi nạn nhân có biểu hiện ngộ độc rượu để tránh những tai biến đáng tiếc.

Khi thấy nạn nhân có biểu hiện ngộ độc rượu, người nhà cần kê gối thấp cho bệnh nhân nằm nhằm làm nôn hết rượu ra. Sau đó, để bệnh nhân ngủ, cứ vài tiếng phải đánh thức dậy cho ăn cháo loãng. Tránh để đói sẽ bị hạ đường huyết nguy hiểm. Nếu bệnh nhân lâu không tỉnh hoặc không ăn uống được hoặc cứ ăn vào là nôn thì đưa ngay đến cơ sở y tế để được xử trí kịp thời.

Không nên cho nạn nhân uống những loại thuốc có tác dụng bổ gan để giải độc rượu. Không nên uống thêm vitamin B1, B6, acid folic... để làm giảm đau đầu khi say, bởi sẽ có hại cho gan. Paracetamon, aspirin và một số loại thuốc giảm đau, hạ sốt khi uống với rượu sẽ kích ứng niêm mạc dạ dày, gây chảy máu đường tiêu hoá; không nên uống các loại thuốc chống nôn vì sẽ làm giữ chất độc lại trong cơ thể, gan không thể lọc chất độc kịp càng tổn hại nghiêm trọng, lâu ngày sẽ xơ gan, ung thư gan. Không nên uống mật ong pha vì lượng rượu trong người say rượu khi kết hợp với mật ong sẽ dễ lên men, gây say hơn.

Nên uống nhiều nước để không bị mất nước khi nôn liên tục. Uống nước ấm tốt hơn là nước lạnh. Nước chè xanh đậm giúp khử độc cồn cấp tính, hoặc uống sữa nóng, nước gừng tươi (thái lát đun sôi kỹ) để máu lưu thông, hóa giải nhanh chất cồn. Các loại nước mía, nước chanh, cam vắt, nước cà chua, nước ép bưởi, sinh tố chuối, nước các loại đậu ninh nhừ... uống nhiều lần sẽ giải được ngộ độc rượu dạng nhẹ.

Người ngộ độc rượu không tắm ngay vì dễ bị hạ đường huyết, giảm thân nhiệt có thể gây đột quỵ, trụy tim mạch. Nên ăn nhiều rau xanh, hoa quả, đậu nành để cung cấp vitamin và chất chống ôxy hóa, hạn chế tác hại của cồn trong rượu tới hoạt động của gan.

Để phòng ngộ độc rượu, khi uống rượu nên chọn loại có thương hiệu, đảm bảo an toàn thực phẩm. Không uống rượu khi đói và chỉ nên uống khoảng 30ml. Đối với bia chỉ nên uống khoảng 300 - 500ml là hợp lý.

Phòng ngừa ngộ độc rượu: Tuyệt đối không uống rượu khi đói. Không uống rượu có nồng độ từ 30 độ trở lên vượt quá 30ml/người/ ngày; Không uống rượu ngâm với lá, rễ cây, phủ tạng động vật không rõ độc tính hay rượu ngâm theo kinh nghiệm cá nhân; Không uống rượu khi: Không biết đó là rượu gì, rượu không có nguồn gốc, rượu không công bố tiêu chuẩn chất lượng hoặc khi uống thuốc điều trị bệnh. Trẻ em dưới 16 tuổi không được uống rượu bia.