

Bài viết tuyên truyền

Phòng ngừa ngộ độc rượu trong dịp Tết và mùa Lễ hội Xuân

Mỗi khi tết đến xuân về việc chúc nhau chén rượu, mời nhau cốc bia đã trở thành thói quen, phong tục của nhiều người, nhiều gia đình. Vì vậy, Tết là thời điểm tiêu thụ rượu, bia nhiều nhất trong năm. Tuy nhiên mỗi người cần nâng cao ý thức trong việc sử dụng rượu, bia để đảm bảo sức khỏe cũng như ngộ độc do rượu, bia gây ra.

Ngộ độc rượu được biểu hiện ở nhiều mức độ khác nhau, từ nhẹ (là không kiểm chế kiểm soát được cảm xúc, dễ tức giận, nổi nóng, đi đứng không vững.v.v.v) đến ngộ độc nặng (bị nôn nhiều, vã mồ hôi, hôn mê, mạch nhanh, thở nông, hạ huyết áp, có thể tử vong nếu không được cấp cứu kịp thời). Ngộ độc rượu xảy ra khi uống quá mức đáp ứng của cơ thể, kể cả với những sản phẩm rượu, bia đã được xác nhận an toàn thực phẩm.

Nguyên cơ càng tăng với hậu quả khó lường cho sức khỏe nếu dùng phải rượu giả, rượu không rõ nguồn gốc xuất xứ, rượu ngâm lá, rễ, cây, động vật có chứa độc tố tự nhiên, đặc biệt khi sử dụng rượu có chứa nhiều methanol. Chất methanol có trong cồn công nghiệp. Loại cồn này được pha vào rượu với mục đích tăng nồng độ của rượu, sản xuất rượu nhanh và giảm giá thành. Đây là một chất cực độc, một khi vào cơ thể, sẽ chuyển hóa thành các axit gây tổn thương tế bào, đặc biệt là mắt, não, gây mù và dẫn đến tử vong.

Những loại rượu không đảm bảo này thường bán trong các chai, can không nhãn mác, không rõ nơi sản xuất, không có thông tin sản phẩm, và thường được bày bán ở một số quán ăn, quán nước vỉa hè,...Do đó, người tiêu dùng cần hết sức thận trọng, chỉ nên mua rượu tại các địa chỉ uy tín, có thông tin và nguồn gốc xuất xứ rõ ràng.

Uống rượu thời gian dài sẽ dẫn đến nghiện rượu, sút cân, chán ăn, rối loạn tiêu hóa do tổn thương gan và ruột đặc biệt gây thoái hóa gan, xơ gan dẫn tới ung thư gan. Đối với hệ tim mạch uống rượu gây nhồi máu cơ tim, đột quỵ ở những người có huyết áp cao. Ngoài ra uống rượu còn gây mất trí nhớ, run, rối loạn tinh thần. Phụ nữ mang thai uống nhiều rượu có nhiều tác hại như gây sinh non, ảnh hưởng đến phát triển thể chất, tinh thần, trí tuệ của đứa trẻ, gây ngộ độc cho thai nhi.

Để đảm bảo sức khỏe, vui Xuân an toàn, khỏe mạnh Trung tâm Y tế huyện Long Thành khuyến nghị người tiêu dùng một số nội dung sau:

1. Tuyệt đối không uống rượu pha bằng cồn công nghiệp.
2. Không uống rượu khi không biết đó là rượu gì, rượu không có nguồn gốc, rượu không đảm bảo an toàn thực phẩm.
3. Không sử dụng rượu, bia trong các trường hợp: đang đói, mệt, điều khiển phương tiện giao thông, vận hành máy móc, có thai hoặc đang cho con bú, đang điều trị thuốc có phản ứng với cồn, có các tình trạng bệnh lý mà rượu bia làm cho bệnh nặng lên.
4. Không uống rượu ngâm với lá, rễ cây, phủ tạng động vật, động vật không rõ độc tính hay rượu ngâm theo kinh nghiệm cá nhân.
5. Không uống quá nhiều rượu và rượu có nồng độ từ 30 độ trở lên vượt quá 30ml/người/ngày. Trong khi uống, nên uống từ từ, kết hợp vừa ăn vừa uống.
6. Người dưới 18 tuổi, người có sức khỏe yếu không nên uống rượu.

Hành vi sản xuất rượu giả, rượu kém chất lượng, rượu pha chế cồn công nghiệp không chỉ là vi phạm pháp luật mà còn phi đạo đức phải bị cộng đồng tố giác và tẩy chay. Uống nhiều rượu, bia không chỉ gây ra tác hại cho người uống mà còn gián tiếp gây ra hậu quả cho người thân, người xung quanh cũng như cộng đồng xã hội nói chung. Vì vậy, mỗi người cần nâng cao ý thức tự kiểm chế bản thân, biết vui có chừng, dừng đúng lúc trong cuộc vui để có được một cái Tết trọn vẹn và hạnh phúc.

Người viết


Vương Sĩ Tuyên



Nơi nhận:

- Đài Truyền thanh huyện (hỗ trợ tuyên truyền);
- TYT các xã, thị trấn (tuyên truyền);
- Lưu VT-ATTP.