

一次喝3.2L水致水中毒怎么回事

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/167766923799524.html>

范文网，为你加油喝彩！

一次喝3.2L水致水中毒怎幻啃漫画无遮挡么回事？每个人都知道喝水对身体好，但是不能一次性喝太多，喝多了会导致副作用的产生。那么，一次性喝水太多危害有哪些？让我们一起来看看本站提供的介绍吧！

一次喝3.2L水致水中毒怎么回事

近日，广东深圳。一女子为做B超喝水憋尿，一次性饮水3200ml后出现恶心呕吐、手脚抽搐等症状，就诊后发现为“水中毒”，抢救4小时才脱险。医生提醒，不要一次性饮用过量的白开水，否则容易增加水中毒风险。

一次性喝水太多危害

1.增加心脏和肾脏homework可数吗的负荷：人体中的水代谢主要通过血液的运输和肾脏的过滤，然后尿液被排出体外。在短时间内喝大量的水将超过心脏和肾脏的最大代谢值（15毫升）。

/分钟），神经系统将刺激心脏，肾脏将加强其工作，严重增加其负荷。通常，容易发生心脏和肾脏损害。

2.水肿：人体内的水主要利用渗透压来进行细胞的内部和外部活动。在短时间内喝大量的水会导致组织液被严重稀释并降低渗透压，而细胞内液的渗透压却相对较高。

，大量的水渗入细胞，细胞肿胀，引起水肿。眼睛和四肢远端的水肿通常最明显。

3.影响消化：人只有一个胃，胃中储存了食物和水。胃和肠中食物的消化金融数学专业和吸收需要保持胃中一定量的酸度和肠液的浓度。喝大量的水会导致胃酸和肠液被稀释，降低其消化功能，尤其是饭后喝大量的水，很容易引起消化不良。

一天喝多少水比较合适

一个人一天应该喝的水量在1500-2000ml之间。由于人体通常每天排尿约1500-2000ml，加上通过消化道和汗液蒸发的水，为了达到取水和排泄的平衡，补充饮用水的水也应约为1500-2000ml。

如果水摄入不足，则会发生脱水。轻度脱水的患者会有一些症状，如口渴和皮肤干燥。严重的脱水甚至会出现中枢神经系统的症状，例如嗜睡，昏迷，谵妄等。血压和心率的变化会引起休克，因此人们每天应该喝足够的水。但是你不应该喝太多。如果摄入过多的水并且超过了人体的排水能力，则可能导致水肿或低钠血症。

更多作文请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发