

病毒感染期间应避免过度劳累

1月25日,“女生腹泻后未在意5天后心脏停跳”冲上微博热搜。事情是这样的:浙江宁波20岁的小丽(化名)因常见的腹泻经历了生死劫,医生高度怀疑是病毒感染导致的急性暴发性心肌炎。类似案例近日在湖南衡阳、湖北武汉等多地陆续发生,患者都是因为感冒住进了ICU,罪魁祸首就是暴发性心肌炎。这是一种起病危急、死亡率极高的心肌损害。

病毒感染可能侵犯心脏

心肌炎就是心肌发生炎症性疾病,感染、物理和化学等多种因素都可引起心肌炎。其中,病毒性心肌炎最为常见。许多病毒都可能引起病毒性心肌炎等。心肌炎的症状轻重不

一,主要取决于病变的广泛程度和严重程度。大多数病情较轻或无症状,大部分预后良好;也有部分患者病情可长期迁延而成为慢性或持续性心肌炎或心肌病。

“暴发性心肌炎是病毒性心肌炎中最重的一种,其特点就是起病隐匿,病情进展极为迅速,患者很快会出现心衰、严重心律失常、心源性休克等,如果发现和救治不及时,死亡风险高达80%以上。而早诊断、早救治加上主动脉内球囊反搏或体外膜肺氧合(ECMO)技术的应用可使死亡率大大降低。”北京大学人民医院心内科主任医师张海澄说,有数据显示,约4%的病毒感染可能会侵犯到心脏,我国每年约5万例暴发性心肌炎。它不只多见于儿童和青壮年人群,老年人

和各个年龄段人群均可能发生。发病的关键在于心脏受到侵犯后没有充分“休息”,难以调动免疫系统抵抗病毒并完成修复,若此时继续劳累,诱发暴发性心肌炎的风险就会大大增加。

发病初期症状不明显

华中科技大学同济医学院附属同济医院统计表明,约90%的暴发性心肌炎患者因呼吸困难就诊或转诊,10%的患者因晕厥或心肺复苏后就诊或转诊。

张海澄表示,暴发性心肌炎发病之初,常被感冒症状所掩盖。病毒感染后通常会表现出发热、咳嗽、咽痛、流涕、腹泻等感冒症状,一般持续1—2周。但是,感冒症状进展又快又重时,或是出现一些“特殊”症状,

比如气短、呼吸困难、胸闷或胸痛、心悸、头昏、极度乏力、食欲明显下降等,就极有可能是病毒性心肌炎症状,一定要尽快就诊排查,以免失去最佳治疗时机。

日常要做好预防措施

对于暴发性心肌炎来说,预防比治疗更重要。特别是在病毒性呼吸道疾病频发的冬季,应积极采取各类预防措施,如保持健康的生活习惯,增强免疫力;积极接种流感疫苗、勤洗手和佩戴口罩,预防病毒感染。有感冒症状时,一定要注意休息,避免重体力劳动和不必要的熬夜,如果一两周感冒不见好转或发现有明显的“特殊”症状,务必及时就医。(摘编自极目新闻、《海峡都市报》等)

温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

有一种自救叫“自体输血”

在临床中,不少人“用自己的血救自己的命”。即当病人需要输血时,输注预先储存的血液或失血回收的血液,这就是“自体输血”。广东省江门市五邑中医院输血科检验主管技师陈永珍表示,相比异体输血,自体输血更安全。身体情况较好,年龄18—70岁,准备择期手术,预期术中需输血者,以及稀有血型等人群不妨选择自体输血。(摘编自《江门日报》)

三成人有多发肺结节

近日,浙江绍兴的胡先生体检时被查出双肺长了557个磨玻璃结节,引发关注。其实,大家不用紧张。在东亚人群中,约有30%的人有多发肺结节。有30%—50%的人群,做胸部CT后都会发现小的肺部结节。如果是肺部原发结节,关键不是看数量多少,而是看哪些结节有高风险。肺部结节直径≤5毫米,绝大部分都是良性的,一般半年到一年复查一次。(浙江大学医学院附属第二医院胸外科主任医师 范军强)

头晕凭经验判断险误病情

“头晕不是个小事,不能凭经验判断病情。”年过花甲的廖女士说。日前,廖女士突然头晕,凭借经验,她判断是颈椎病犯了。但一周过去,头晕并没好转。经过检查,医生确诊她是腔隙性脑梗死。

“门诊会遇到和廖女士一样‘先入为主’的患者。”北京中医药大学东直门医院洛阳医院涧西院区脑病科一病区主治医师朱麟天说,之所以会出现这种情况,一方面是因为头晕背后的病因复杂,伴发的症状常有重叠;另一方面是因为大多数人存在认

知误区。因此,当出现莫名头晕时,很多人会将其归咎于颈椎病,或是脑梗死、脑部肿瘤。事实上,像耳石症、梅尼埃病、前庭神经炎等病都会造成头晕。

如果头晕同时伴有以下几种情况需立即就诊:伴有新发或严重头痛;伴有高热(超过38℃),伴有视物重影或视物模糊不清;伴有口齿不清或突发耳聋;伴有肢体无力或口角歪斜;伴有无法独立行走;伴有短暂性意识丧失;伴有面部或肢体麻木;伴有严重胸痛或背痛等。(摘编自《洛阳晚报》)

阿莫西林对6种病症有效

前不久,福州65岁的严先生因服用阿莫西林致过敏性休克,被转入重症监护室治疗7天。在不少人眼里,阿莫西林是家里必备的“万能消炎药”,真的是这样吗?

不少患者错将消炎药等同于抗生素或抗菌药物。广州市妇女儿童医疗中心药学部主任药师莫小兰曾指出,消炎药主要指治疗炎症的药物,包括非甾体类抗炎药和甾体类抗炎药,常见的有布洛芬、泼尼松等。而阿莫西林、头孢类药品,不属于消炎药,属于抗菌药物,用于治疗

细菌感染,所有的抗菌药都是处方药。

阿莫西林为青霉素类抗生素,主要对6种疾病有效:耳鼻喉感染,包括中耳炎、鼻窦炎等;泌尿生殖道感染包括尿道炎、细菌性阴道炎等;皮肤感染包括皮肤组织化脓等,对真菌、病毒感染的皮肤病无效;下呼吸道感染包括急性支气管炎、肺炎等,对病毒性肺炎无效;幽门螺杆菌感染,这种疾病不止需要阿莫西林,需要同时使用3种或4种抗生素;急性单纯性淋病。(摘编自《福州晚报》《羊城晚报》等)

坚持看报的人,像绅士一样优雅

有人说:这年头,谁还看报,都玩手机去了这话其实很偏颇。快时代,更应倡导慢生活慢一些,灵魂才能跟上脚步读书看报是慢阅读,细细品味,入脑入心快乐老人报的200万读者,就是一群沉得住气的人从容、优雅得像伦敦地铁上的绅士向你们致敬!



快乐老人报全年定价138元

邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订阅方式

○中国邮政订阅热线:11185

○微信订阅:扫描左边二维码

○中国邮政订网(bk.11185.cn)

○报社咨询热线:0731-88906498