

孩子发烧可能是腺病毒感染

临床主要以退热对症治疗为主

YMG全媒体记者 黄钰峰 通讯员 李成修 马瑾

孩子又发烧了,这是怎么回事?有可能是腺病毒在作祟!如何预防和治疗?近日,记者对烟台毓璜顶医院儿内科副主任医师辛毅进行了采访。

腺病毒感染系自限性疾病

大部分家长对于腺病毒很陌生,这到底是什么病毒?

辛毅说,腺病毒并不是什么新病毒,它是一种无包膜的双链DNA病毒,也是儿童急

性呼吸道传染病最常见的元凶之一。腺病毒感染为自限性疾病,无特异性治疗。目前无有效的疫苗,感染后可获得该血清型保护性中和抗体,从

而获得对该血清型的持久性免疫保护。

腺病毒呼吸道感染的典型症状是咳嗽、鼻塞和咽炎,同时伴有发热、寒战、头痛和肌肉酸

痛等,临床上可能还会出现咽喉炎、咽结膜热、肺炎等表现。另有部分型腺病毒可引起婴儿和学龄前儿童胃肠炎,导致腹痛、腹泻,甚至肠套叠。

主要以退热对症治疗为主

腺病毒主要有飞沫传播、接触传播、粪口传播三种常见的传播途径。飞沫传播是呼吸道感染腺病毒的主要传播方式;接触传播是指手接触被腺病毒污染的物体或表面后,未经洗手而触摸口、鼻或眼睛;粪口传播是指接触腺病毒感染者的粪便。

临床治疗主要以退热对症治疗为主,同时加强急性期护理、多休息、清淡饮食、开窗通风、个人标准防护等。

除了咽结膜热自然病程

较长,腺病毒肺炎病情相对较重,其他类型的感染自然病程3-5天至1周左右自愈,对于气道高反应及鼻后滴流等因素导致的持续咳嗽1-2周,只需对症处理即可;对于持续高热、热程较长的儿童,在排除合并细菌感染或兼顾抗菌治疗同时,可短程使用糖皮质激素2-3天,有助于控制全身炎症反应。若患儿持续高热3-5天不退,咳嗽喘憋明显、精神状态差、不思饮食等,并发肺炎的可能性较大,需及时住院

治疗。

面对感染性疾病高发的季节,增强自身免疫力很重要。辛毅建议,日常要保持规律的生活节奏,营养均衡,最好能够保持适量的运动,强健体魄。避免和发热病人接触,尽量少去人员密集的公共场所,外出归家及时洗手。对于免疫力较低的老人、儿童,应尽

早接种流感疫苗。



洗澡时间有讲究

在寒冷的冬天,舒舒服服洗个热水澡,既可清洁身体,又能消除疲劳。你知道吗,洗澡时间有讲究,5个时间段不能洗。

体力或脑力活动后。体力活动,比如剧烈运动后,血液循环处于活跃状态,立刻洗澡会加重心脏和血管的负担。长时间脑力活动时,大脑对血液需求量非常大,如果立刻去洗澡,血液会向体表皮肤转移,大脑供血量迅速降低,可能导致晕厥。

吃饱或空腹时。吃饱后,体内血液集中在消化系统,这时洗澡,周围血管扩张,造成消化系统血液循环相对减少,易导致消化不良。空腹时,体内血糖水平降低,洗澡让流向皮肤组织的血液增加,供应脑部血液量减少,易导致晕倒等意外发生。

喝酒后。酒精会抑制肝脏功能活动,阻碍糖原释放。洗澡时,人体内的葡萄糖消耗增多,血糖得不到及时补充,会出现头晕、眼花、全身无力等症,还可能引起低血糖昏迷。另外,醉酒会影响人的平衡感,在湿滑的浴室容易跌倒、磕碰。

低血压或低血糖时。此时洗澡易因缺氧导致眩晕或休克。

睡觉前。刚洗完澡,人会兴奋,不容易马上睡着。 人民网

生命体征监测药丸能监测呼吸和心率

美国研究人员日前发表论文说,开发出了一种可服用“生命体征监测药丸”,这种药丸状设备可安全地在人体内监测呼吸和心率等重要生命体征,有望为呼吸和心脏等疾病的患者带来更多医疗保健机会。

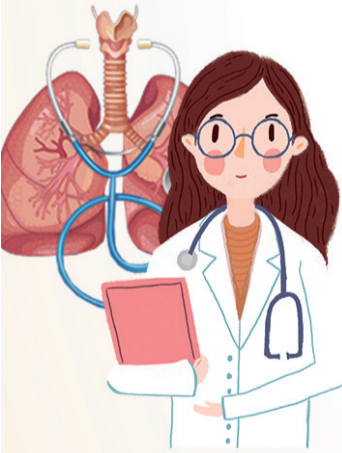
新开发的“生命体征监测药丸”,可监测与呼吸和心脏跳动有关的身体微小振动,从而从人体消化道内检测出一个人是否停止呼吸,并及时发出提醒。

在动物实验中,研究小组将该药丸放进猪的胃里,然后给猪注射了芬太尼导致猪停止呼吸。人类过量服用芬太尼等阿片类药物也会发生这种情况。结果显示,该设备能实时测量猪的呼吸频率,并发出提醒警报。

该团队给10名睡眠呼吸暂停患者服用了这种药丸。睡眠呼吸暂停是一种睡眠期间呼吸反复停止和开始的疾病。结果显示,该设备能够监测到患者的呼吸何时停止,并且与外部生命监测仪相比,它监测心率的准确率也达到96%以上。试验还表明,该设备是安全的,所有测试者在试验后都将它排出了体外。

论文第一作者、美国麻省理工学院机械工程系副教授乔瓦尼·特拉韦尔索说,目前该药丸能在人体内停留大约一天,但未来可通过升级使其能停留更长时间,并能在检测到风险症状后,自动输送缓解药物。 据新华社

冬季慢阻肺患者需要加强防护



冬季是慢阻肺患者症状加重的季节,需要加强防护、定期随访、规范治疗。

湖南省第二人民医院呼吸与危重症医学科主任曾祥伯介绍,慢阻肺是一种常见呼吸道疾病,患者主要症状包括呼吸困难、慢性咳嗽和咳痰,以及在活动后呼吸困难。其中,活动后呼吸困难是慢阻肺患者典型的临床表现。需要注意的是,慢阻肺患者在急性发作期往往伴有呼吸衰竭,严重时可能危及生命。

慢阻肺是一种慢性病,目

前,临床上还没有治愈慢阻肺的方法,但是患者可以通过早期干预和规范治疗缓解症状,减慢病情进展,提高生活质量。

曾祥伯说,慢阻肺患者在确诊后,应该由专业医生科学评估是否需要药物干预,减轻当前的症状。很多慢阻肺患者有吸烟史,这部分人群要严格戒烟,还需要在医务人员指导下开展吸氧治疗和呼吸肌锻炼。

“需要注意的是,很多慢阻肺患者存在营养不良的问题,应及时进行营养治疗。”曾

祥伯建议,慢阻肺患者可以少吃多餐,多吃营养丰富、易消化、高热量、高蛋白的食物,多吃新鲜水果、蔬菜,多喝水,同时控制碳水化合物的摄入量,少吃辛辣油腻食物。

专家提醒,慢阻肺患者在冬季的症状容易加重,需要定期到医院进行门诊随访,进行肺功能检查,坚持规范治疗。慢阻肺患者在冬季可以及时接种流感疫苗和肺炎链球菌疫苗,预防呼吸道感染性疾病,降低病情加重的风险。

据新华社

蚊子在越冬 灭蚊正当时

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 王朝霞 曾颖雪)夏日里恼人的蚊子冬天基本看不到踪迹了,它们躲到哪儿了?市疾控中心病媒生物防制专家说,蚊子正在越冬,此时灭蚊事半功倍。

蚊子对温度很敏感,可以说是“移动的温度计”。蚊子的生存与气温息息相关,22-32℃是它们最适宜的温度,当气温到16℃左右时,蚊子就不那么活跃了;当气温持续在10℃以下时,它们便开始越冬。此时雌蚊卵巢停止发育,养料变成脂肪贮存起来作为越冬的需要,并隐藏

于较为温暖、空气流通不大的地方,不食不动。

烟台市的优势蚊种淡色库蚊、中华按蚊均以成蚊越冬。微小按蚊、三带喙库蚊多以幼虫越冬,白蚊伊蚊多以卵越冬。为适应气候的极大变化,蚊子主要采取两种生理状态越冬——静止和滞育。静止指蚊虫在冬季低温下幼虫期的发育或成蚊卵巢的发育以及吸血活动暂时停顿,一旦温度上升,这些情况就得到恢复,中华按蚊越冬就属于这种类型。淡色库蚊则采用滞育方式,滞育和静止的主要区别是,蚊虫并

不会因温度的改变而立即恢复正常活动,而需要日照和气温(日照为主)的联合作用才能把它们“唤醒”。

越冬的成蚊并不活跃,多隐藏在墙角、桌底、橱柜的背面,可以经常清洁一些不常移动的物品与墙面和地面间的缝隙,使用“拍打法”或电蚊拍、吸尘器等工具杀灭家居角落藏匿的蚊子。在越冬成蚊的聚集地,如居民楼底层楼道、地下室、地下车库、居民室内卫生间、厨房、床底等处可喷洒高效氯氰菊酯、氯氟菊酯等卫生杀虫剂进行杀灭,



室内房间也可使用气雾杀虫剂进行喷雾。清理室内外环境中塑料盒、盆罐、小坑洼等积水,定期为水生植物换水,消除以幼虫和虫卵越冬的蚊虫孳生地也是非常必要的。对一些无法清除或更换的水体,如雨水井、消防水池、地下水沟等,可投放倍硫磷、双硫磷等灭蚊幼剂,以杀灭越冬的蚊幼虫。