

毓璜顶医院专家详解“鼾症”

出现这些症状一定要到医院就诊

本报讯(YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 姜宗延)随着生活水平的提高,我国肥胖人数明显增多,这在一定程度上导致了阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的发病率大幅上升。

今天是世界睡眠日,毓璜顶医院耳鼻咽喉头颈外科副主任兼咽喉科主任、主任医师陈秀梅在接受记者采访时,就什么是阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征(俗称鼾症)、日常出现哪些症状需要到医院就诊等做了解答。

“从阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征这个疾病名称来看,不难发现最重要的临床表现就是呼吸暂停。”陈秀梅说,“当我们在日常的睡眠过程中,不光出现响亮的打鼾,而且还出现了呼吸暂停,那么我们就需要到医院就诊了。”

对于什么是呼吸暂停,陈秀梅也做了解释:所谓呼吸暂停就是指口鼻气流停止达10秒以上,十几秒钟甚至更长时间后才缓上一口气,再次出现鼾声,这就是经典的呼吸暂停。“患者本身并不知道自己有呼吸暂停,通常都是家属发现的。”她说,“呼吸暂停时,我们的口鼻是没有气流的,也

就是说是没有氧气进入的,这会导致患者机体的血氧饱和度下降,对健康造成损害。”而频繁出现的呼吸暂停,会导致出现日间困乏,典型的症状是特别喜欢睡觉,但睡眠质量却很差。“感觉总是睡不够,记忆力也减退,注意力不集中,工作能力下降,晨起还可能出现头痛。因为夜间张口呼吸还会出现口干,呼吸暂停严重者会导致频繁憋醒等,这些都是睡眠呼吸暂停综合征的常见症状。”

“如果不早期症状及时处理的话,长期的缺氧还会进一步导致高血压、心律失常、冠心病、糖尿病等多器官多系统的损害,严重危害患者的身心健康。”她表示,出现上述症状的患者应尽早到医院就诊,由专科医生给予正确的指导和治疗。



胸闷胸痛低烧等为肺结核常见全身症状

高危人群和高风险场所需重点关注



本报讯(YMG全媒体记者 张苹 通讯员 王朝霞 曾颖雪)世界卫生组织发布的《2023年全球结核病报告》数据显示,我国新发结核病患者数达74.8万,是全球30个结核病高负担国家之一,位居全球第3位。肺结核是人体肺部感染结核分枝杆菌后引起的慢性呼吸道传染病,是我国发病数、死亡数最多的重大传染病之一,严重威胁着公众健康安全。市疾控中心专家提醒,肺结核主要通过呼吸道传播,人人都可能被感染。关口前移和主动发现是控制传染源、落实预防为主策略的重要举措。

咳嗽、咳痰两周以上,咯血或痰中带血是肺结核的主要局部症状,具有以上任何一项症状者为肺结核可疑症状者。此外,胸闷、胸痛、低烧、夜间出汗、食欲减退和体重减轻等是肺结核患者常见的全身症状。各级各类医疗卫生机构在日常诊疗和健康体检工作中,应加强对肺结核可疑症状者的排查和筛查,发现肺结核患者或疑似患者应及时转诊到当地结核病定点医疗机构进行规范诊疗,并及时报告。

哪些人群需要重点关注?高危人群和高风险场所是结核病发病

的高风险人群,需要重点关注。高危人群包括活动性肺结核患者的密切接触者,HIV感染者及艾滋病患者,65岁及以上老年人,糖尿病患者,矽肺病患者,接受免疫抑制剂治疗的患者,接受器官移植和透析的人群,类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮、强直性脊柱炎等患有自身免疫性疾病的患者及其他免疫力低下的人群等。高风险场所包括学校、医疗卫生机构、集中养老机构、畜禽养殖场、集中监管场所、厂矿企业等。对于重点人群防控,尤其是高危人群和高风险场所,应开展结核感染筛查,尽早发现结核病患者和结核潜伏感染者。对发现的结核病患者,应及时纳入到国家规划的结核病患者规范化治疗管理;对发现的结核潜伏感染者及时进行预防性治疗,降低发展为结核病患者的风险,避免聚集性疫情的发生。

此外,每个人都是自己健康的第一责任人,要牢固树立自我防护意识,倡导健康生活方式。如果出现肺结核可疑症状,应怀疑得了肺结核,需要及时主动到当地结核病定点医疗机构就诊,进行结核病的筛查,做到早发现、早干预、早诊断、早治疗。

日本首次确认出现“蜱虫病”人际间传播

新华社东京3月20日电 日本国立感染症研究所19日发布公报说,日本国内首次确认出现“蜱虫病”人际间传播。

发热伴血小板减少综合征俗称“蜱虫病”,是一种由新型布尼亚病毒引起的急性传染病,患者临床表现包括发热、消化道症状、血小板减少、白细胞减少、多脏器功能损伤等。该疾病主要通过蜱虫叮咬传播,直接接触患者血液或体液也可能被感染。

公报介绍,一名20多岁的男性医生去年4月曾接诊一名90多岁的发热伴血小板减少综合征男性患者。患者死亡9天后,这名医生出现发热、头痛、关节痛、腹泻、干咳等症状,后被确诊患该疾病。

公报说,医生发病前未到野外活动,也未饲养过宠物。从死亡患者和医生体内提取的病毒基因检测结果表明,病毒出现了从患者到医生的人际间传播。医生确诊感染后,在未经治疗的情况下症状逐渐减轻。

公报指出,日本2013年报告国内首例发热伴血小板减少综合征病例,但人际间传播还是首次出现。该疾病病死率较高,且无特效疗法,接触该疾病患者要注意做好防护,包括使用口罩、手套、护目镜、防护服等。

日本研究揭示中年代谢能力下降的分子机制

人到中年容易发胖,这是因为随着年龄增长人体代谢能力会下降。日本一项新研究揭示了代谢能力随年龄增长而下降的分子机制,为预防和治疗与年龄相关的肥胖提供了新线索。相关论文已发表在美国《细胞-代谢》月刊上。

据日本名古屋大学日前发布的新闻公报,此前研究已知,一旦脂肪在体内聚积,白色脂肪细胞就会分泌一种名叫瘦素的激素,作用于下丘脑。下丘脑在瘦素作用下会分泌饱腹信号分子黑皮质素,而分布于下丘脑神经元的黑皮质素4受体(MC4R)与黑皮质素结合能激活神经元的传递活动,从而增加代谢量和脂肪燃烧量,并减少进食量。此前还发现,缺少MC4R的实验鼠明显更肥胖。这表明MC4R在抗肥胖机制中发挥重要作用。

本次研究中,名古屋大学和大阪大学、东京大学的研究人员从MC4R入手,通过使MC4R可视化的方法,观察和分析了MC4R在实验鼠下丘脑的分布随年龄增长如何变化。

研究团队发现MC4R仅存在于下丘脑某些区域的神经元的初级纤毛上。他们观测不同周龄的大鼠大脑发现,在大鼠3周龄以后,有MC4R分布的神经元初级纤毛会逐渐缩短,而没有MC4R分布的初级纤毛不会缩短。他们又分析了在不同营养条件下培育的大鼠,发现用高脂肪饲料喂养的大鼠随着年龄增长,其有MC4R分布的初级纤毛缩短的速度加快;而控制进食量的大鼠随着年龄增长,其初级纤毛缩短的速度会受到抑制。

在进一步实验中,研究人员利用基因技术使年轻大鼠大脑内分布有MC4R的初级纤毛缩短,结果大鼠对饱腹信号分子黑皮质素变得不敏感,机体代谢量和脂肪燃烧量都出现下降,同时食量增加。最终,它们的体重和体脂率增幅均显著高于对照组大鼠。

研究人员认为,下丘脑有MC4R分布的神经元初级纤毛长度会影响易胖程度。这些初级纤毛会因年龄增长或营养过度而缩短,从而导致MC4R缺少,这是中年容易发胖的原因。

据新华社