

从未走远的肺结核

□记者 瞿乃婴



入秋后,天气渐凉,又到了传染病的“高风险期”。幼托机构、学校等人群聚集区给结核菌的传播和蔓延带来了可乘之机。其中,肺结核是一种危害严重的慢性呼吸道传染病,每个人都可能被传染,应引起重视。

结核杆菌是引起肺结核的元凶,它具有很强的传染性和致病性。学习压力大、睡眠不足、营养不均衡等问题会导致身体抵抗力低,增加感染结核菌的机会。

肺结核欺软怕硬

肺结核主要通过呼吸道传播。肺结核病人咳嗽、打喷嚏、大声说话时,喷出的唾液飞沫中含有大量的结核菌。小飞沫可长时间悬浮在空气中,健康人吸入后,就可能受到感染。

不过,结核菌通常欺软怕硬。入侵人体后,若宿主身强力壮、免疫力强,那它就会进入休眠状态,悄悄“潜伏”在人体内,静候时机。一旦出现免疫力下降,免疫系统不能控制分枝杆菌结节,病原体就会扩散到其他器官。在中国,结核潜伏感染者约有3.5亿,其中5%~10%的人可能会出现活动性结核,表现为超过2周的咳嗽、咳痰,咯血或痰里带血丝。此外,胸闷、胸痛、午后低热、夜间盗汗、全身无力、食欲减退、体重减轻等也是肺结核的常见症状。

接受治疗要耐心

一旦出现上述可疑症状,就要尽快到医院做X线胸片、痰涂片显微镜检查来明确诊断,以降低传播给其他人的可能性。15岁以上人群主要做胸片检查和痰的检查;15岁以下人群首先要做结核菌素(PPD)试验,若PPD试验强阳性,再做胸片检查和痰的检查。由于肺结核的治疗周期长,在此期间,患者和家属应严格根据医嘱服药,并做到以下4点。

树立正确的观念和信心 由于受传统观念的影响,许多人

认为肺结核是不治之症,从而讳疾忌医、拒绝检查和治疗。这样做的结果是贻误治疗时机,失去治愈的机会。

严格遵医嘱 患者应严格按照医生的要求服用药物。有些患者对肺结核掉以轻心,不遵从医嘱,或不按时服药,或不坚持完成全疗程治疗、过早停药,使病情时好时坏。肺结核不能彻底治愈,则会变为久治不愈的慢性传染源。有些患者以为药量越大,病就会好得快,便自行加大剂量,结果产生毒性反应而被迫停药。还有些患者害怕药物会产生不良反应而自行减少剂量,其结果是因药量不足而影响疗效。需要提醒的是,若服药后产生不良反应,不能自行停药,而是要及时向医生反映。

坚持服药,定期复查 坚持服药,完成疗程是治愈肺结核的关键。同时,病人还应按要求定期复查,医生才能掌握药物疗效、病变修复等情况。

家属积极配合治疗 家属与病人接触最密切,对病人的关心与理解会产生积极的影响。对于儿童、老年人或不识字者应帮助他们准确服药、识药和保管药品,起到义务监督员的作用。此外,家属最好做到全程督导治疗,即在治疗过程中,病人每次用药均在家属或医务人员的直接监督下进行,做到“送药到手,看服到口、咽下再走”。

预防结核要细致

接种卡介苗可预防儿童重症肺结核,但卡介苗所带来的结核杆菌抗体会伴随时间的延长,逐渐减弱。不过,我们仍然可以通过对日常生活方式的管理,从源头上预防结核菌。

首先,大家要养成良好的卫生习惯,咳嗽、打喷嚏时应掩住口鼻,不要对着他人。此外,不要随地吐痰,室内要勤开窗通风,以保持空气流通,每天保证充足的睡眠与合理的饮食,并加强体育锻炼,提高身体抵抗力,这样就能够打败结核菌了。

亲吻有毒？EB病毒在作祟

日前,湖南一名22岁的小伙在与女友深情热吻后,出现了畏寒发热、咽痛干呕、扁桃体肿大等症状。在医院检查后发现,其血液中的EB病毒抗体为阳性,被确诊为传染性单核细胞增多症,俗称“热吻病”。

复旦大学附属上海市公共卫生临床中心感染科凌云副主任医师介绍,EB病毒是疱疹病毒科嗜淋巴细胞病毒属,人是EB病毒感染的宿主。该病毒主要通过唾液传播,包括亲吻、共用餐具或玩具等物品。目前,临床经常通过EB病毒抗体检测来诊断。这是由于EB病毒与其他病毒间存在交叉抗原,抗体检测可能存在假阳性的情况,而病毒DNA核酸检测具有更精准的诊断价值。

凌云指出,EB病毒并不罕见,大多数人一生中都会感染

EB病毒。EB病毒感染通常发生在25岁以下的青少年人群中,隐匿性感染较为多见,不伴有任何症状,感染后可自行恢复。少数急性EB病毒感染可引起传染性单核细胞增多症,表现为乏力、发热、咽痛、身体酸痛,颈部、腋窝、腹股沟等多发淋巴肿大,肝脾肿大,可有肝功能异常、血单核细胞增多,并伴有皮疹。

感染EB病毒后一般不用隔离,注意休息,并避免高强度的运动和工作,以及对症支持治疗即可显著改善症状,数周或数月后可自行缓解。只有极少数患者会出现严重血小板减少或溶血性贫血,可用激素治疗来缓解症状。

“此外,有极少数患者的EB病毒核酸会持续阳性,表现为慢性感染状态(6个月以上),

可能会诱发鼻咽癌、儿童淋巴瘤、淋巴异常增殖性疾病、淋巴组织细胞增生性嗜血综合征。”凌云解释,“正因如此,EB病毒被列为可能致癌的人类肿瘤病毒之一。不过,仅有极罕见的患者会因先天基因缺陷导致持续的活动性感染,治疗较为困难,可能需要造血干细胞移植才能根治。”

凌云提醒,EB病毒属自限性疾病,大多数人的预后良好,不必过度担忧。由于EB病毒主要通过唾液传播,养成良好的个人卫生习惯非常重要。此外,情侣在疾病传染期或抵抗力下降时,应当避免亲密接触。对于本身免疫力低下的幼儿等人群,同样要避免亲吻等接触,以免造成病毒传播。

通讯员 范怊怊

接种疫苗后切记“留观30分钟”

在接种完疫苗后,医生会要求接种者“留观30分钟”,这是为什么呢?我们先来看看以下2个典型案例。

案例一:一位年轻的妈妈带着孩子到社区卫生服务中心接种某疫苗。打完疫苗后,医生让他们留下观察30分钟,确认孩子没事后再离开门诊。这位妈妈抱着孩子来到观察区,看到有许多孩子在玩耍,心想自己的孩子身体不错,应该不会有事,就打算带着孩子回家了。

刚走到门口,妈妈发现孩子面色苍白、口唇发紫、呼吸急促,皮肤上还起了一些小疹子,连忙抱着孩子去找医生。及时赶来的医生发现,孩子状况不好,立即让他平卧并开展紧急

救助,为孩子注射了肾上腺素,这才慢慢恢复正常。

案例二:一位爸爸在孩子接种完疫苗后,因要赶着去上班,没有听从医生“留观30分钟”的建议,直接带孩子打车回家了。出租车刚开上高架,孩子突然出现面色苍白、晕厥、无意识等情况。爸爸心急如焚,决定带孩子返回接种门诊寻求帮助。在医生的全力抢救下,孩子才脱离了危险。此时,距离孩子接种完疫苗才过去15分钟。

为什么打完疫苗后会出现这种情况?其实,这并不是疫苗的安全问题。凡是上市使用的疫苗都经过国家的严格检定,是安全、有效的。但孩子存

在个体差异,极少数儿童会对疫苗中的某种成分过敏(事先无法预知或进行检测),导致在接种疫苗后很快出现呼吸和循环系统等功能异常,如呼吸急促、面色苍白、皮肤出疹等过敏性休克的症状。

一般来说,接种疫苗后常见的不良反应为发热、皮疹、接种部位红肿、疼痛等一般反应。而急性、速发的过敏反应发生率往往低于0.01%。

●**过敏性休克:**在接种后15~30分钟内发生,应及时抢救,严重时甚至会危及生命。

●**过敏性紫癜:**在接种后30分钟内发生,应及时就诊。

●**过敏性皮疹:**在接种后72小时内出现荨麻疹,虽很少危及生命,但仍应该及时予以抗过敏治疗。

绝大多数的过敏性休克发生在接种疫苗后的30分钟内,这也就是接种疫苗后需要“留观30分钟”的原因。在此期间,一旦出现过敏性休克,及时抢救才能避免有生命危险。

因此,家长务必严格按照接种门诊医生的要求,带孩子

在接种现场留观30分钟。在留观时,家长应观察孩子的面色、呼吸、精神状态是否正常,有没有出现皮疹。一旦发生异常状况,应及时告知医生。留观满30分钟后,可离开接种门诊。回家后,孩子应多休息、多饮水,可以洗澡,但要避免过度劳累。

上海市闵行区疾病预防控制中心 汪 曦

