

“猴痘”是什么

近日,世界卫生组织(WHO)宣布,在多个国家和地区发生的猴痘疫情构成“国际关注的突发公共卫生事件”,引发国内外广泛重视。

什么是猴痘?这种疾病严重吗?传染性强吗?下面,让我们了解一下该病。

发现猴痘病毒的历史

1958年,丹麦一家研究所饲养的实验用猴子中暴发一种痘样疾病,“猴痘病毒”由此被发现,也因此得名。

1970年9月,刚果民主共和国(时称“刚果共和国”)一名9个月大的男婴因天花被医院收治,后在其体液中分离出猴痘病毒。这是历史上首例人类猴痘确诊病例。

截至2021年,全球15个不同国家已确认数千例的人类猴痘病例,主要集中在中非和西非,尼日利亚2017~2021年5年间就有512例确诊病例,美国、欧洲等地也有个别病例出现。

感染后的症状

人感染猴痘病毒的初期症状包括发烧、头痛、肌肉酸痛、背痛、淋巴结肿大等,之后可发展为面部和身体大范围皮疹。症状有时是轻微的,有时是严重的。严重时通常会出现类似于水痘和天花的皮疹,皮疹的病灶处会疼痛和瘙痒,康复时皮疹结痂并脱落。

不过,该病一般是自限性的,上述症状通常在14~21天

内自然消退。因与天花类似,出痘后结痂会留下瘢痕,如脸上瘢痕严重,可能会被毁容。失明的后遗症少见。

传播渠道和风险人群

猴痘是一种人畜共患病。啮齿类动物、有袋动物、灵长类动物是可能的病毒宿主,通过狩猎、食用野味,或是在野外接触上述种类的动物是人感染猴痘病毒的危险因素。

在人间,通过与有症状的人密切身体接触而感染猴痘。皮疹、体液(如皮肤病变处的液体、脓液或血液)和痂尤其具有传染性。与感染者接触而被病毒污染的衣服、床上用品、毛巾或餐具等物品也可能感染他人。潜伏期为5至21天,通常为6至13天。

儿童感染后易发展成重症。孕妇感染猴痘可能导致并发症,严重者可导致胎儿先天性猴痘或死产。

猴痘疫苗和天花疫苗

猴痘病毒与大家熟悉的天花病毒一样,都属于正痘病毒科。

今年,WHO在通报猴痘疫情时指出,接种天花疫苗可预防猴痘(预防有效性高达85%)。但是,自从WHO宣布全球消灭天花后,各国已陆续停用天花疫苗,我国目前也不再使用天花疫苗。

在上海,1951~1981年间曾大规模接种天花疫苗,即俗称的“种牛痘”。全国范围内接

种天花疫苗的时间范围也大致相似。因此,现在41岁以下的年轻人基本上未接种过天花疫苗。国外已有一种针对猴痘的疫苗(MVA-BN)于2019年被批准用于预防猴痘,还有一种药物(tecovirimat)于今年被批准用于治疗猴痘。但两者尚未得到广泛使用。

目前我国尚无猴痘疫苗获批。

建议重点了解的信息

1. 人感染猴痘病毒并非新发传染病。
2. 最近在欧美发现的病例都是由低死亡率的西非分支猴痘病毒引起的,因在既往非流行区出现病例,应引起警觉。
3. 及时用肥皂洗手,可降低感染风险。
4. 天花和牛痘的特异性免疫球蛋白,也可作为备用紧急药物用于猴痘重症患者的治疗,储备和接种天花疫苗可作为一种有效应对猴痘流行的备用策略。
5. 目前国内已有针对猴痘病毒高灵敏的分子检测方法和试剂,可有效用于猴痘病毒引起的相关疾病诊断。
6. 国内引进动物贸易时,应对疫区货源增加检验检疫,尤其对进口动物实验猴的检验检疫更不能缺少,这样能有效地将猴痘病毒拒之国外。

上海市疾病预防控制中心

张万菊 夏雯

溺水

溺水

该如何自救



每年夏天都是溺亡事件的高发期,正逢孩子们放假,如何应对和预防溺水需及早了解。

溺水自救为何这么难

当不幸溺水时,溺水者因为求生本能,会将手伸出水面,这时水下身体的体积减少,浮力也会减少,身体出现失重和短暂下沉的感觉。而因为紧张扑腾,原本伸出的手臂很快会被重新放入水中,导致浮力增加,失重感消失,感觉人又上升了。呛水、慌乱或想闭气久一点使得全身原本紧张的肌肉更加紧张,身体的浮力加速减少,身体会更往下沉。因此,溺水者会陷入一个不断上升、下沉的死循环。

因为紧张慌乱,在挣扎求生的时候,嘴巴和鼻子在水中沉沉浮浮很难呼吸,根本就无法大声呼喊。

肾上腺素和求生欲疯狂地消耗原本不多的体力,直至筋疲力尽,沉入水底。

怎样应对溺水

一旦发生溺水,尽可能保持冷静,我们可以这样做:

仰漂 身体放松,双脚自然打开,下巴抬起,头往后仰。手向后抱住头,口鼻露出水面。

水母漂 可以先憋气,同时放松全身,并除去身上重物。然后做缩头、双手抱膝、膝贴着胸的动作,身体就会慢慢上升到水面,只要像水母一样静静漂浮,等待救援。气憋不住需要换气时,就双手向下压水,双脚前后夹水,瞬间抬头吸气,然后恢复之前的漂浮动作。

用嘴吸气,用鼻子呼气 呼吸时,尽量用嘴吸气、用鼻子呼气,防止呛水,呼气要浅、吸气要深。

被救时听从指挥 当有人救援时,不要抓抱对方,而要听从指挥,让对方带着游上岸,否则可能造成两人都沉入水中。

防溺水提示

带孩子去玩水时:

1. 家长、看护人要专心看护,不能疏忽大意。
2. 对孩童做好安全教育。
 - 不到陌生、无安全设施、无救援人员的水域游泳。
 - 不擅自下水游泳。
 - 不要私自下水救援。

上海市医疗急救中心

阮捷 主治医师

本栏目由上海市预防医学会提供支持

五官——人体获得外界信息的重要器官(二)

戴助听器会使听力变差?

辟谣

老年人听力下降并非戴助听器导致。

分析

按照正规流程选配和调试的助听器,一般不会引起听力下降。为达到良好的助听效果,必须由专业人员根据患者的听力在各个频率上的损失情况,对助听器进行精准调试。助听器需要由专业人员帮助验配,不是从商店里“买”回来的。初戴助听器可能会有些不适应,只要每天坚持戴,就会逐渐适应。

头痛医头,耳鸣治耳?

辟谣

耳鸣并非全是耳病导致,头痛亦非仅由脑部疾病引起。

分析

耳鸣的病因十分复杂,除前庭器官病变、内耳听觉细胞损伤等会导致耳鸣外,脑供血不足,甚至心理因素等,也可引起耳鸣。同时,头痛也并非仅由脑部疾病引起,鼻窦炎、青光眼、颈椎病等均可导致头痛。

鱼刺卡喉,赶紧吞饭团、喝醋?

辟谣

这些“土办法”是无效的。

分析

喝醋并不能溶解鱼刺,快咽米饭还可能使鱼刺刺入更深的地方,导致感染,引发更为严重的后果。发生鱼刺卡喉后,及时就诊才是正确的做法。通常,耳鼻喉科医生可借助喉镜将鱼刺取出。对于已进入食管的外物,通过CT确定异物位置后,由消化内镜医生借助胃镜将其取出。若鱼刺已穿破食管,可能需手术方能取出。

复旦大学附属中山医院 供稿

