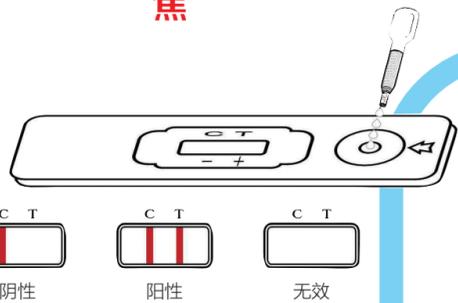


肺炎支原体肺炎自测靠谱? 网红“三件套”百试不爽?

别让“跟风”治病伤身

■ 本报记者 侯赛 通讯员 全锦宇

医线聚焦



入冬以来,肺炎支原体肺炎、流感、合胞病毒等多种病原体呈共同流行态势,让许多患者、家长措手不及。肺炎支原体肺炎在家自测阳性就是感染了吗?上热搜的合胞病毒到底是怎么回事?可以打疫苗预防吗?肺炎支原体肺炎网红“三件套”靠谱吗?海南日报记者就这些热点问题采访了相关医生,让我们一起科学应对。

热点一 肺炎支原体自测试剂热销,在家检测靠谱吗?

“医院同款,快速检测”“居家自测,快速便捷”……近日,自测肺炎支原体试剂火爆,海南日报记者在各大电商平台上搜索“肺炎支原体自测”关键词后发现,目前肺炎支原体自测试剂盒产品较为丰富,有的产品月销量万件以上。

其中大部分产品都需要通过自行采血进行检测,还有一部分是通过咽拭子进行检测。价格上,一人份从几元至十几元不等。在评论区中,有消费者表示,家中已经有人感染,去医院又怕交叉感染,买回来万一有什么状况,可以自测一下。

海口市人民医院检验科副主任黄会提醒,从临床角度来说,不建议患者在家自测,原因是很有可能出现假阴性。假阴性的情况是指患者可能已经出现了症状,但因为此时抗体表达量还没有达到一定程度,或者患者采集手法不到位,从而结果表现为假阴性。还有一种情况就是因为产品自身的检验质量难以保障,很有可能造成假阴性。

“患者一旦自测阴性,往往会认为不用去医院,很有可能耽误治疗。也有的患者测出阳性后,不及时就诊,反而自行在家用药,同样可能产生较大的风险。”黄会提醒,在临床上,肺炎支原体感染的诊断,还要结合临床表现、实验室检查、影像学特征等来综合考虑。

“对于支原体来说,主要有两个方面的检查,一个是基于免疫学的方法,就是抗原抗体的检测,另外一个就是基于核酸的检测方法,直接检测病原体,就是支原体的核酸,核酸类的更加精准一些,因为它是检测到病原体的直接证据。测抗体,它只是一个间接的证据,属于感染后人体对于支原体一个反应,这个反应到底是特异性的还是非特异性的,也存在很多不确定性,要根据病情来进行综合判断。”黄会说。

黄会提醒,不管是哪一种快速检测方法,只能对疾病诊治起到一定的辅助作用,不能依赖。

如何判断是哪种病原体感染?

流感

流感临床表现一般为突发高热,全身症状明显,头疼、四肢酸痛、乏力,各年龄段都可能出现

腺病毒呼吸道感染

典型症状是咳嗽、鼻塞和咽炎,另有部分分型的腺病毒可引起婴儿和学龄前儿童胃肠炎,导致腹痛、腹泻等

支原体肺炎

病程进展相对慢,以发热、咳嗽为主要临床表现,早期为剧烈干咳,儿童是高发人群

支原体感染引起的上呼吸道感染大多数可以自愈,不需要使用任何抗生素;而对于支原体感染引起的下呼吸道感染,即支原体肺炎,需要使用抗生素

呼吸道合胞病毒感染

轻症及感染早期症状类似于普通感冒,严重者会出现呼吸困难或呼吸急促、喘息、烦躁不安、食欲减退等

专家提醒,感染过一种呼吸道传染病的人还有可能感染其他种类,出现“先后感染”的情况,不要放松警惕

此外,还存在“混合感染”的情况。一旦出现多种病原混合感染的情况,病情往往较重,应及时就医

绝大部分呼吸道感染不需要输液,服用口服药物即可

热点二 合胞病毒上热搜,有无疫苗和特效治疗药?

近日,合胞病毒占据了热搜榜,各医院接诊的合胞病毒感染患儿增加,以5岁以下儿童为主。

海口市人民医院新生儿科副主任医师王丹虹介绍,呼吸道合胞病毒感染不能产生永久性免疫,感染后临床表现差异很大,可以表现为症状轻微的上呼吸道感染或中耳炎,也可以表现为严重的下呼吸道感染,发现后应及时就医。

儿童早期呼吸道合胞病毒感染大部分局限在上呼吸道,临床表现为上呼吸道刺激症状,如鼻塞、流涕、咳嗽和声音嘶哑等。同时往往伴有发热。

下呼吸道感染主要表现为毛细支气管炎或肺炎,多见于2岁以下儿童,一般都有2至4天的上呼吸道感染症状,如发热、鼻塞和流涕,之后很快出现下呼吸道症状,出现咳嗽、喘息,进一步加重出现呼吸急促、呼吸费力 and 喂养困难等。

呼吸道合胞病毒具有较强的传染性,会通过飞沫和接触被细菌感染的物体传播给其他人员。因此,患儿的陪护人员常常同时被感染。一般情况下,成人感染的早期症状与普通感冒相似,会出现发热、咳嗽、打喷嚏、流鼻涕等症状,往往起病突然。

不少家长在社交平台发出疑问,合胞病毒可以通过疫苗注射预防吗?王丹虹表示,由于合胞病毒是一种自限性疾病,目前国内尚无可用的呼吸道合胞病毒疫苗,也无特效治疗药物,最重要的措施是要养成良好的个人卫生习惯。

王丹虹提醒,呼吸道合胞病毒感染一般7天到14天可以痊愈,少部分患者可能免疫力相对较低,需要14天以上才能好转,具体的恢复时间因人而异。确诊呼吸道合胞病毒肺炎需早就医,并在医生的指导下接受治疗。

快速检测肺炎支原体只能作为辅助方式,不能用于确诊。资料图

热点三 肺炎支原体肺炎“三件套”可信吗?

最近,“阿奇霉素+布洛芬+愈酚甲麻那敏”肺炎支原体肺炎“三件套”在朋友圈里热传。王丹虹提醒,自行用药有风险,布洛芬使用不当通常导致胃肠道反应及肾功能损害,阿奇霉素也并非人人适用。任何药物都不是万能的,患者病情不同,所服用的药物也不能一概而论。

“千万不能按照网上的‘用药宝典’,自己给孩子用药。特别是阿奇霉素,属于抗菌类药物,是处方药,要遵医嘱用药,否则很有可能产生耐药,导致以后真正需要时无药可用。”医生提醒,即便孩子被确诊为肺炎支原体感染,按照网络教程吃药也不可取。

根据今年国家卫健委发布的《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南》,阿奇霉素、克拉霉素等大环内酯类抗生素仍是小儿肺炎支原体肺炎的首选用药。

尽管在朋友圈里被热捧,阿奇霉素也不能自行随意使用。王丹虹介绍,经过医生判断,孩子确需服用阿奇霉素来进行抗感染治疗,用药仍有很多需要注意的细节。医生会根据孩子的体重、病情来调整服药的剂量、方式。

有些孩子使用阿奇霉素后疗效不明显,或是用药后出现严重胃肠道反应,医生也会考虑改用替代性药物,或是选择其他治疗方案。因此,不建议家长盲目照搬网络上的推荐,自行用药。



家中有呼吸道疾病患者的消杀如何进行?

海口市人民医院感染和疾病控制科主任郑云丽建议:

1

保持家居的良好通风,定期开窗,尤其是患者所在的房间,应保持通风并保持相对湿度。湿度在40%到60%的范围内,有助于减少病毒的存活时间。

2

经常进行表面的清洁消毒。患者常接触的表面如门把手、水龙头、遥控器、手机等,容易沾染细菌和病毒,可以使用含酒精的消毒液或含漂白剂的消毒液。

3

保持良好的个人卫生习惯,常洗手,特别在接触到患者或患者接触过的物品后,用肥皂、流动水彻底清洗手部,至少持续20秒钟。如果没有肥皂和水,可以使用含酒精的洗手液进行消毒。另外,尽量避免用手触摸面部,尤其是口鼻和眼睛,以减少病毒的进入途径。

4

家中的衣物和床上用品也要进行定期的清洗消毒,患者的衣物与其他家庭成员的衣物分开洗涤,使用清洁剂充分清洗,并用热水进行高温消毒,通风晾晒或者使用高温烘干机进行消毒。

5

家中的公共空间要经常进行清洁和消毒,如使用含酒精或含漂白剂的清洁剂对地面、桌面、椅子、厨房用具等进行擦拭消毒,尤其是厨房、卫生间等潜在的高风险区域要加强清洁和消毒频次。(文侯赛)

文字侯赛 本版制图许丽

医咖谈

国家重大科学研究计划首席科学家刘峰: 限食可延缓衰老, 心态好也很关键

■ 本报记者 侯赛

衰老是生物学中的一个重要话题,涉及我们将如何变老以及我们能活多久。近日,湘雅临床研究所论坛——衰老与老年医学学术会议在海口举行。前来参会的国家重大科学研究计划首席科学家刘峰教授在会后接受海南日报记者专访时表示,大量研究发现肠道是免疫防御和营养吸收及代谢的关键场所,肠道菌群为重要的内分泌器官,其稳态失衡可导致各种免疫和代谢疾病。海南作为长寿岛,可以加强长寿人群中肠道菌群研究,寻找抗衰老的关键因子,为对抗衰老贡献力量。

刘峰表示,随着现代人生活水平的提高,营养过剩已经成为影响人们身体健康的重要因素。营养过剩可以升高肥胖相关疾病如糖尿病的发生率,同时导致高血压、高血脂症、冠心病、脑血栓、痛风等。这些疾病的发生加快人体的衰老,正成为死亡的主要原因。研究发现,适当限食可以降低肥胖和减少肥胖相关代谢性疾病的发生率,改善身体状况。因此,适当限食就可以随着这些疾病的减少而延缓衰老。

“现代人不光想活得长,更想活得健康。一到冬季,不少老年人到海南来康养过冬,外部环境改变,饮食习惯的人乡随俗,也会引起机体肠道菌群的改变。”刘峰认为,生活方式和周围环境的改变将可能对人的健康状况起到改善效果,下一步,科研人员可以加强这方面的研究,也希望给海南多一些启发。海南是健康岛、长寿岛,可加强对长寿人群胃肠道菌群的研究,找到“长寿密码”,将对衰老标志物的研究起到重要作用。

衰老是一个复杂过程,是由遗传和环境多个因素决定的。根据联合国调查,健康和寿命由多个因素决定,其中个人生活习惯大约占60%、遗传因素占大约15%、社会环境占大约10%、医疗占大约8%、气候占大约7%。而在个人生活习惯中,又包括多种因素,如情绪、饮食、运动、睡眠等。

最后,刘峰提醒,保持乐观的情绪是延缓衰老的一个重要因素。因此,尽管我们上面讨论的适当限食可以延缓衰老,但是,要想真正延缓衰老和长寿,还需要保持良好的心态,以乐观积极的态度面对生活,达到健康长寿的目的。

海南中医药 传承与创新

台风水灾如何急救? 我省举行中医紧急医学救援演练

近日,由海南省中医药管理局主办,海南省中医院承办的2023年国家中医紧急医学救援队(海南)演练活动在文昌市圆满举办。国家中医紧急医学救援队(海南)由海南省中医院牵头建设,队员分别来自海南省中医院、海口市中医院、三亚市中医院、琼海市中医院、文昌市中医医院、澄迈县中医院、定安县中医院等单位,涵盖医疗、护理、医技、药学、后勤等专业。此次演练近70名队员参加,演练内容包括伤员转运、二次灾害下的团队野外生存、极端环境下的指挥通讯保障、伤员送至移动医院后的医疗处置等,能够提高中医紧急医学救援队伍的应急和协同作战水平,有效提升应对各类突发事件的快速反应和处置能力,集中展示了国家中医紧急医学救援队(海南)综合能力和整体水平。

演练模拟超强台风登陆我省某市,引发山体滑坡,台风造成电力、通讯中断,东部山林处受灾严重,致使民房受灾,出现居民受伤和失联的情况下,国家中医紧急医学救援队(海南)指挥中心接到救援指令,立即启动应急预案,派出救援队伍,携救援装备物资,乘坐救护车及伤员转运车,前往灾害现场,协助消防救援人员搜救伤员,同时派出紧急救援手术车、医技车、物资保障车、发电车、中药房车等做现场紧急保障,并在灾区搭建移动医院,开展伤员救治工作。

演练期间,队员们充分模拟实战条件下的紧急医疗救援环境,严格按照医疗应急处突工作流程,各专业分工板块紧密协作,快速搭建现代化救援基地、信息化应急作业平台,对骨折伤员、颈椎受伤伤员、腹部外伤伤员、重症伤员等展开包括现场急救、医疗转运、DR检查、多学科联合手术在内的紧急救治。演练现场设有中医治疗区域,中医专家现场问诊、把脉施治并有移动中药车全程保障中药供给。除了中药内服,救援队还能够结合患者症状,辨证给予耳穴压豆、推拿、针刺等中医外治法治疗,推动中西医结合、优势互补的作用充分发挥,为患者提供更加优质高效的救治服务。

据了解,紧急救援医疗工作是一项需要密切配合,协同作战的工作,此次演练不仅能够检验国家中医紧急医学救援队(海南)应对台风暴雨天气的救援能力和救援措施,还能进一步完善紧急救援工作预案,提高中医应急工作能力和水平以及救援队伍的实战能力,全面提升应急处突能力,真正做到灾害发生时紧急救援工作能够有序、高效开展,为维护人民生命安全和身体健康提供更加坚强有力的中医保障。(文小可)

