

# 盛夏“中风”也高发

吴大伯前天早上参加单位组织的老干部座谈会, 喝了三四杯白酒, 晚上又与邻居打麻将近 12 点才回来, 回来后冲了个澡就睡了。谁知第二天一大早, 吴大妈喊他的时候, 吴大伯却怎么也动弹不得了, 口歪眼斜, 涎水直流, 早已说不出话来。老伴急忙打急救电话叫救护车来, 医生确诊为夏季脑中风。家人不解, 不是只有天气寒冷的大冬天才容易中风吗? 怎么大夏天也会中风呢?

**32℃以上** 一般来说, 每年冬季一到, 由于天气寒冷, 气温骤降、昼夜温差大, 老年人血管收缩, 血压升高, 会出现一个中风发病的高峰。但是, 这并不是说夏季就可以“放松警惕”, 夏季气温高, 人体出汗多, 血液会相对浓缩, 血液粘稠, 增加了

血栓形成的机会, 对患有高血压、高血脂症或心脑血管病的老年人来说, 同样会增加中风的发生几率。有研究表明, 当气温上升到 32℃ 以上时, 脑中风的发病率将大幅上升, 夏季暑热时节也易引发脑中风。

**湿度过高** 英国最新公布

的一份研究报告指出, 湿度过高同样会增加老年人心脏病的发病率, 即便在气候相对温和地带也是如此。研究人员在多起心脏病致死案例中, 综合分析了温度、气压、湿度等气候条件, 最终发现, 湿度是影响 70 岁以上老人心脏病死亡率的最重要因素, 且湿度越高, 特别是在伴随温度上升的情况下, 体内循环系统承受的生理应力也随之增加, 脑中风的几率也会大大上升, 老年人心脏病致死案例也增多。此外, 研究还发现, 每日心脏病发死亡率与前一一周内的日平均湿度也有很大关系。

河南省内乡县第二人民医院  
主治医师 周晓平  
(李荣兰 许圣义 整理)

相关链接

## 夜间喝杯水 可防心脑血管病

老年人大都有不同程度的动脉粥样硬化, 血液粘稠度也较高, 加之夜间因呼吸、出汗、起夜(小便多)会消耗部分水分, 因此, 夜间血液粘稠度会更高, 血小板凝聚力亢进, 使本就硬化的血管更易产生栓塞, 诱发中风。老年人如果在夜间喝 1 杯(250 毫升)白开水, 则可起到稀释血液, 预防中风和心肌梗塞等心脑血管疾病发生的作用。

眼下正是盛夏高温季节, 患有高血压、冠心病、高血脂症的老年人应合理安排夏日生活,



注意劳逸结合, 饮食尽量清淡, 多吃能软化血管和降血脂的食物, 保证充足的睡眠, 度夏前, 最好在家人的带领下, 到医院做一次全面的体检, 以及时治疗原发疾病和并发症, 平时注意加强运动锻炼, 增强体质, 不要过于贪凉, 冷热温差过大也容易使患有心脑血管疾病的老年人发生意外。

刘辉

《科学防乙肝》系列之一

## 打喷嚏不会传播乙肝

最近在一家公司做文员的小王可纠结了。原来, 他的同事小刘是个乙肝病人, 还是“大三阳”, 近两天感冒了, 喷嚏连连, 坐在旁边的小王一到办公室就浑身不自在, 坐立不安, 生怕被传染上。

乙肝病毒的传染性是很强, 但有特定的传染途径, 乙肝病毒主要通过血液、母婴及性传播。

具体来说, 输入血液和血制品, 使用未经严格消毒的医疗器械、注射器、介入性诊疗操作和手术, 以及静脉注射毒品等; 其他如纹身、扎耳环孔、医务人员工作中的意外、共用剃须刀和牙刷, 以及因破损的皮肤和黏膜所致均归类为血

液途径。母婴是乙肝病毒重要的途径, 主要取决于母亲血液中是否存在 e 抗原(HBeAg)。我国 1979 年、1992 年流行病学调查均显示, 我国大部分的乙肝感染者是由于母婴感染所致, 这和世界卫生组织、联合国儿童基金会发布的乙肝高流行地区感染模式一致。

作为普通人群可以放心的是, 乙肝病毒不会通过空气及消化道传播, 因此乙肝患者打喷嚏不会造成乙肝传染。另外, 日常工作或生活接触, 如同一办公室工作(包括共用计算机等办公用品)、握手、拥抱、同住一宿舍、同一餐厅用餐和共用

厕所等无血液的接触, 都不会传染乙肝病毒。

接种乙肝疫苗是预防乙肝病毒传播的最有效方法, 因此, 身边有乙肝患者的朋友, 一定要及时接种乙肝疫苗, 预防乙肝传染。另外乙肝患者本身, 为了自己和他人的健康着想也一定要尽早进行治疗, 以免病情进一步恶化, 造成严重后果。

长沙市传染病医院  
(长沙市第一医院南院)  
感染科一病室主任  
主任医师 杜杰



## 乙肝两对半

乙肝是由于感染了乙肝病毒(HBV)引起的, 要想了解体内病毒情况, 就要乙肝三系检查, 主要包括表面抗原(HBsAg)和表面抗体(抗HBs或HBsAb)、e 抗原(HBeAg)和 e 抗体(抗HBe或HBeAb)、核心抗原(HBcAg)和核心抗体(抗HBc或HBcAb), 由于核心抗原主要存在于肝细胞中, 血清不能表达, 所以只能检查五个项目, 即常说的“乙肝两对半”。

(一) 如果只有表面抗原(HBsAg)阳性, 且肝功能正常, 表明感染了乙肝病毒, 是乙肝病毒携带者, 此时最好与乙肝病毒和平共处, 不要做任何治疗, 每 3 个月至半年做一次肝功能和乙肝五项检查, 密切关注肝功能和乙肝病毒在体内的变化。

(二) 乙肝表面抗体(抗HBs)是一种对乙肝病毒免疫和保护性抗体, 若只

有此项为阳性, 说明曾注射过乙肝疫苗或曾患过乙肝, 现处于恢复后期。

(三) 若是表面抗原(HBsAg)、e 抗原(HBeAg)、核心抗体(抗HBc)为阳性, 医学上称为“大三阳”, 说明体内乙肝病毒复制活跃, 传染性强, 患者的血液、尿液、唾液、乳液、宫颈分泌物都可能具有传染性。

(四) 如果表面抗原(HBsAg)、e 抗体(抗HBe)、核心抗体(抗HBc)阳性时, 为“小三阳”, 表明乙肝病毒复制相对较慢, 传染性也较弱。

(五) 如果只有表面抗原(HBsAg)和 e 抗体(抗HBe)阳性, 说明正在感染之中; 若表面抗原(HBsAg)、核心抗体(抗HBc)或者 e 抗体(抗HBe)、核心抗体(抗HBc)阳性, 则说明正在感染期间, 或者正在康复之中。

	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
表面抗原(HBsAg)	+	-	+	+	+
表面抗体(抗HBs或HBsAb)	-	+	-	-	-
e 抗原(HBeAg)	-	-	+	-	-
e 抗体(抗HBe或HBeAb)	-	-	-	+	+
核心抗体(抗HBc或HBcAb)	-	-	+	+	+

河南省南阳市第一人民医院主任医师 杨峰