

热带和东南亚国家流行登革热

出境游做好防蚊工作

42岁的张先生近日跟小伙伴们去了柬埔寨旅游,回国后就出现了发热、出红疹等症状,到医院检查后确诊为“登革热”;无独有偶,由于工作原因需常年在东南亚各国出差的杨先生最近去了缅甸,没想到回国后也出现了发热、四肢关节疼痛、腰痛等症状,到医院检查后也被确诊为“登革热”。暑假马上到了,不少家长想趁这个机会带家人和孩子出国游玩,尤其是一些热带和东南亚国家颇受市民青睐。但专家提醒,近期去这些国家旅游一定要做好防蚊工作,以免感染上登革热等传染病。

什么是登革热?

登革热是由登革热病毒引起,经伊蚊叮咬传播的一种以发热、皮疹和全身疼痛为主要症状的急性传染病,通常在夏秋季节高发。

“登革热”主要通过伊蚊(俗称花蚊子)叮咬人体传播,起病突然,表现为突然高热,一两天内体温升高到39℃~40℃,体温常持续一周不退,同时伴有充血性皮疹、头痛、眼眶痛、关节肌肉疼痛、恶心呕吐、腹泻等症状,还可伴随血小板、白细胞数量减少,严重者不及时医治可出现消化道出血、颅内出血、休克等并发症,危及生命。

如何预防登革热?

1. 消除或破坏蚊虫滋生地 及时清理房前屋后的缸、罐、废旧轮胎、啤酒瓶、竹筒、陶瓷器皿等积水容器,以及饮水器接水槽等室内积水容器;排干房前屋

后及屋顶、沟渠死水,疏通下水道,平洼填坑,堵塞树洞;家庭用水水缸或水箱加盖,以防蚊虫进入;防止垃圾堆积,将垃圾放入密闭塑料袋并放入密闭容器中;家养水生植物每隔3~5天换水洗瓶、清洗根须,并注意容器的清洗,容器底部不要留有积水;城市里地下车库或雨水井等蚊虫较多时,及时向社区反应,采取灭蚊措施。

2. 减少与蚊子接触的机会 蚊子容易被热、光、汗液、体臭、乳酸和二氧化碳等吸引,因此,常出汗并且体温高的人,如较胖的人、孕妇和孩子容易吸引蚊子。建议使用纱窗、纱门,睡觉时挂蚊帐;适时使用蚊香、电子驱蚊器、电蚊拍、防蚊灯等进

行防蚊灭蚊;避免在蚊子活动频繁时刻(日出后以及日落前2~3个小时)在树荫、草丛、凉亭等地方逗留;外出时穿浅色长袖衣服和长裤,在皮肤裸露部分使用驱避剂。

3. 尽量不要去登革热流行区 印度尼西亚、菲律宾、泰国、越南、缅甸、印度、马尔代夫、孟加拉国等东南亚国家是登革热流行区,每年6~9月是疾病高发期,这段时间尽量不选择这些国家旅游。必要时应采取以上措施减少与蚊子接触的机会,做好防蚊驱蚊工作,避免被蚊虫叮咬。从这些地区回国后,若出现不适,要及时到正规医院就诊,并主动告知近期外出旅行史。

株洲市中心医院 贺慧阳 胡玲俐



张医生信箱

查出萎缩性胃炎 该注意什么?

张医生:

我上周因腹胀、腹痛、食欲差去医院做了个胃镜,病理报告显示为胃窦中度慢性萎缩性胃炎,伴有轻中度肠化生。请问,我的病情严重吗?是否会癌变?生活中应该注意些什么?

读者 徐女士

徐女士:

萎缩性胃炎是慢性胃炎中的一种特殊类型,可有上腹饱胀不适、打嗝、嗝气、大便不成形等症状。肠化生是萎缩性胃炎的一种特殊病理表现类型,分为轻度、中度和重度。目前研究发现,萎缩性胃炎合并肠化生与胃癌的发生有一定的关系,但不是绝对的,不要过于紧张焦虑。

患有慢性萎缩性胃炎的患者,应在日常饮食上特别注意,进食做到细嚼慢咽,少量多餐,多食新鲜蔬菜、水果等,还要放松心情,减少焦虑、忧郁等不良情绪影响;可适当给予抗幽门螺杆菌、抗胆汁反流、抗氧化剂、中医中药等治疗;定期到正规医院复查,如有不适,随时就诊。

张医生

如果您有任何疑问或有要咨询的问题,请联系本版责任编辑。
邮箱:57042518@qq.com
电话:0731-84326251

健康卡通



夏季要重视补钾

夏季出汗多,随着汗液的排出,人体会丢失大量的钠和钾,如不及时补充钾,人就会感到疲倦无力,耐热能力也大大下降。缺钾严重时,还会导致代谢紊乱、心律失常、全身肌肉无力。因此,夏季更应重视补钾,可以多吃些紫菜、海带、菠菜、大豆、豆制品等富含钾的食品,粮食中玉米、红薯等也含钾较多,水果则以香蕉含钾最丰富。

图/文 陈望阳

121种
罕见病(7)

窒息性胸腔失养症(热纳综合征)

窒息性胸腔失养症又称为热纳综合征(JS),是一种罕见的常染色体隐性遗传病,主要表现为骨骼发育不良伴多器官受累,临床特征为小而狭窄的胸腔、短肋骨、四肢短小、骨盆形状异常,伴因胸腔受限导致的肺发育不良及不同程度的呼吸困难,也可发生肾、肝、胰腺和视网膜异常。

临床表现

1. 骨骼异常表现 所有JS病例均存在胸腔狭窄,胸廓可呈钟形或长而窄,呼吸窘迫通常由小而僵硬的胸腔引起。存在严重的限制性胸廓和钟形胸廓的婴儿中更多见急性呼吸系统疾病,在新生儿早期可出现严重和致命的呼吸衰竭。在胸腔长而窄的婴儿中,更多表现为轻度呼吸系统受累,最终可逐渐发展为慢性限制性肺病伴反复呼吸道感染。JS患者其他骨骼异常包括肋骨短、四肢短小、骨盆形状异

常、短指、多指(趾)畸形等,约60%患者伴有近端颈椎狭窄。

2. 其他脏器受累表现 约40%的JS患者会出现肾脏病变,最早表现为尿液浓缩功能受损,其他表现包括多尿、蛋白尿、血尿素氮和肌酐升高以及高血压。约30%的病例出现肝脏受累,表现为肝肿大、转氨酶升高、胆汁淤积、肝硬化和门静脉高压。JS偶与眼睛发育异常相关,包括视神经发育不全、视网膜营养不良、视网膜色素异常、眼球震颤、近视和进行性视力障碍。

诊断

1. 胎儿期 产前超声检查出现特征性体征和症状,如股骨长与头围比值小于平均值3个标准差以上、NT值增加、肺发育不良、狭窄胸腔及胎儿呼吸动度减少可能提示胎儿患有JS;三维超声还可发现肋骨短小。

2. 出生后 主要依据临床症状、体格检查及X线的辅助检查,部分患者可以达到基因确诊。

治疗

1. 呼吸治疗 治疗的重点是维持和支持呼吸功能。压力循环通气模式已被证明在克服JS中气道阻力增加方面最有效。患有严重肺发育不全的婴儿可能需要高频通气以避免气压伤。应密切关注呼吸功能衰退的迹象,控制呼吸道感染,对患儿进行抗菌治疗。

2. 手术治疗 JS的矫正手术包括正中胸骨切开术,改良Nuss手术、肋骨牵张成胸矫形术、胸外侧扩张术和垂直可扩展假体钛肋骨(VEPTR)。

3. 其他对症治疗 肾功能不全者需进行血液透析或肾移植术;肝脏病变者可予口服熊去氧胆酸等对症处理。

据国家卫生健康委员会官网