

疫情防控期 有病别硬扛

专家:这些腹痛应立即就医

长沙市天心区48岁的张先生前两天突发下腹疼痛,起初并不厉害,他想着在疫情防控期间,尽量不上医院,就自己买了点治胃肠炎的药吃。没想到,接下来的两天,张先生的腹痛并没有缓解,反而越来越严重,还伴有呕吐、腹壁发硬等症状。家人急忙将他送到湖南省第二人民医院,经检查,张先生被诊断为急性化脓性阑尾炎,紧急在微创外科接受了腹腔镜下阑尾切除术。医生在术中发现张先生的阑尾已经化脓穿孔,并引起了急性腹膜炎,如果再拖延,很可能引发感染性休克。

疫情防控常态期间,一部分人认为上医院需要出示健康码、行程码很麻烦,更担心在医院这样的高危公共场合,如果防护措施不到位,反而容易染上疾病,因此,当身体出现各种不适时,他们会选择一忍再忍,或者自行服药。湖南省第二人民医院微创外科主任何正教授提醒,这样的做法实不可取,腹痛是身体出现异常的常见信号,如果不及时就医,很可能导致病情加重,甚至危及生命。

腹痛是临床上常见的就诊原因之一,腹痛的原因可能是消化系统本身的疾病引起,也可能是其它疾病引起,千万不可掉以轻心。不同原因引起的腹痛,所伴随的症状会有所不同,如腹痛呈阵发性或持续性加重,并伴有呕吐、肛门停止排便排气,可能为

肠梗阻;如大量饮酒后出现上腹部突发持续、不能缓解的绞痛,伴有呕吐、腹胀、发热等,可能是胰腺炎;如开始为弥漫性脐部钝痛,几小时或十几个小时后转移并固定至右下腹,可能为阑尾炎;如腹痛为进食油腻后明显,可能为胆结石、胆囊炎;如腹痛伴有黑便、血便,很可能是消化道出血;如育龄妇女突然下腹痛,伴停经史、不规则阴道出血、晕厥或休克,可能为宫外孕破裂;如外伤后出现腹痛,可能是内脏出血或破裂。以上这些情况都需要立即上医院查明原因,千万不要抱有侥幸心理,以免延误病情。

就诊时,应向医生详细描述

腹痛的部位、腹痛发作的特点、发作的时间以及腹痛以外伴随的症状,尽量回忆诱发或缓解的时间或原因,这些都有助于医生对于病情的判断。另外,就诊前不要自行服用止痛药,以免掩盖病情,同时不要饮水或进食,如果是胃肠穿孔、肠梗阻、急性胰腺炎等疾病时,饮水进食可加重病情,如需紧急手术,进食会增加麻醉风险。最后需要提醒的是,疫情防控常态期间,就医时应注意做好自身防护,全程正确佩戴口罩,并保持“1米”的安全距离,主动向医院预检分诊人员提供健康码和行程码,配合测体温等。

通讯员 刘莉



新冠疫苗
你问我答

疫苗超过6个月 还有保护作用吗?

问:有报道称,新冠疫苗产生的抗体在6个月之后会出现衰减,我国最早一批接种疫苗的人已经超过了6个月,他们体内的抗体还有保护作用吗?

中国疾控中心研究员、科研攻关组疫苗研发专班专家组成员邵一鸣:目前,我国疫苗研发单位都在对接种人群开展跟踪研究,研究主要测定接种人群6个月或者12个月的中和抗体水平的变化,使用的是几何平均滴度来标定疫苗的免疫持久性。

由于新冠疫苗研发时间还比较短,对免疫保护的持续时间还不确定,从现有的数据看,新冠疫苗与其他常规疫苗一样,接种后会随着时间的延长出现抗体水平下降的现象。全程免疫后6个月,18~59岁的人群和60岁以上的人群,各类疫苗目标剂量组中和抗体水平大概会有1.4~12.4倍不等的下降。

但是,抗体水平下降并不表示疫苗的保护力不存在,人体的免疫力除了抗体,接种人群的记忆细胞也是非常重要的一方面。有关加强免疫的研究结果显示,全程免疫后6~12个月打“加强针”的话,可以在很短的时间内使中和抗体显著提高。这说明,疫苗第一阶段的免疫已经产生了非常好的免疫记忆,这种免疫记忆可至少维持1年。

第一针有反应 还可以打第二针吗?

问:接种新冠疫苗第一针后有不良反应,还可以继续接种第二针吗?

湖南省疾控中心方明礼:如果接种第一针疫苗后出现发热、乏力、接种部位红肿疼痛、轻微皮疹等症状,这些属于正常范围的不良反应,会在1~2天内自行恢复,无需过于担心,可以按时接种第二针。

如果接种第一针疫苗后出现的不良反应是由偶合症引起,待病情稳定后可以继续接种第二针。偶合症是指受种者接种新冠病毒疫苗时正处于某种疾病的潜伏期或前驱期,接种疫苗后巧合发病,与疫苗没有直接关系。

如果接种第一针后出现了严重过敏反应,应及时报告,经预防接种异常反应调查诊断专家组诊断为与接种疫苗有关,属于该疫苗接种禁忌,则不建议继续接种第二针。

安装心脏支架 并非一劳永逸

近日,70岁的董爷爷因胸闷、气促住进了长沙市第三医院心血管内科,这已经是他今年第3次住院了。早在两个月前,董爷爷住院时,科主任王勇发现其冠状动脉重度狭窄,并未为其安装了3个心脏支架,术后,董爷爷胸闷、气促等症状得到了明显改善,出院前,医生再三叮嘱戒烟限酒,规律服药并按时复查,董爷爷满口答应。谁知,这才两个月,老人的心衰又犯了,“不是都装了支架了吗?怎么还会心衰呢?”董爷爷非常不解。

“放置了支架并不意味着一劳永逸。”王勇解释道。支架可以有效解决因冠脉狭窄造成的心肌缺血,但是,如果患者安装支架后没有规律服药和健康的生活方式,其他血管同样可能发生狭窄,危险性仍然存在。而董爷爷是一名有着30

余年烟龄的“老烟民”,出院后尽管有所控制,但无法完全戒除,每天仍要抽上10来支烟过瘾。另外,记性不好的他还常常漏服医生开的药,最终导致安装支架后两个月复发。

王勇提醒,吸烟会加速动脉粥样硬化进程,而且会直接导致冠状动脉损害、痉挛,患者需要通过长期规律服用抗凝药和调节血脂稳定斑块的药物,才可以有效避免血管再次狭窄。另外,生活上还要戒烟限酒、清淡饮食,尽量少吃腌制、油炸、动物内脏等高脂肪、高胆固醇食物,控制体重,保持稳定的情绪和充足的睡眠。需要提醒的是,服药期间应注意观察有无牙龈出血和皮下瘀斑,注意大小便颜色,如有异常及时到医院就诊。

长沙市第三医院
心血管内科 李小梅

健康卡通



3小时不开窗 细菌增加2倍

一项检测发现,3个人在一个10平方米的房间内看书,关闭门窗3个小时后发现,房间内二氧化碳含量增加3倍,细菌增加2倍,灰尘增加9倍,其他有害物质增加20多种。而开窗通风半小时,二氧化碳、细菌、灰尘等有害物质浓度大大减少。因此,要保持室内空气新鲜、减少有毒有害气体最有效的办法就是定期开窗通风。

图/文 陈望阳