

知晓乙肝病毒三大传播途径 无需谈乙肝色变

刘先生最近体检发现转氨酶明显升高，赶紧来医院检查，发现自己竟然是乙肝“大三阳”，HBV-DNA（乙肝病毒基因）水平很高。幸运的是，经过两周的抗病毒、护肝治疗，刘先生肝功能很快就好转了，转氨酶降到100U/L（单位每升）以下，顺利出院。可是新的问题又来了，刘先生担心，出院后周边的人会不会接纳他？医生能不能给他证明不会传染？

乙型肝炎病毒（HBV）感染呈世界性流行，据世界卫生组织报道，2019年全球约有150万新发HBV感染者，2.96亿慢性感染者，82万人死于HBV感染所致的肝衰竭、肝硬化或肝癌等相关疾病。2016年我国一般人群HBsAg（乙型肝炎表面抗原）流行率为6.1%，慢性HBV感染者为8600万例，避免感染乙肝病毒具有重大意义。下面我们说说乙肝病毒的三大常见传播途径，并了解生活中如何避免感染。

母婴传播 HBV在我国以母婴传播为主，占新发感染的40%~50%，多发生在围生期，通过HBV阳性母亲的血液和/或体液传播。母亲的HBV-DNA滴度高低与新生儿感染HBV风险密

切相关，母亲HBeAg（乙型肝炎E抗原）阳性（大三阳）、HBV-DNA滴度高者更容易发生母婴传播，所以必须进行规范的母婴阻断以尽量避免母婴传播。

血液传播 血液传播是成人感染乙肝病毒的重要传播方式，包括输注未经严格筛查和检测的血液和血制品、不规范的血液净化、不规范的有创操作（如注射、手术及口腔科诊疗操作等）等。应严格筛查献血人员，保障用血安全；规范血液净化管理；大力推广安全注射，包括取血针和针灸针等针具，严格管理手术以及口腔科诊疗操作，不去消毒措施不严的小诊所进行牙科诊疗操作，如洁牙、拔牙等。对HBsAg阳性的孕妇，应尽量避免羊膜腔穿刺，以减少新生儿暴露于母血的机会。HBV也可经破损的皮肤或黏膜传播，服务行业所用的理发、刮脸、修脚等穿刺器具应严格消毒。家庭生活中不要共用牙刷、剃须刀等用具。

性接触传播 无防护的性行



为也是成人感染乙肝病毒的一个主要途径。若性伴侣为HBsAg阳性者，应接种乙型肝炎疫苗或采用安全套；在性伴侣的健康状况不明时，应使用安全套，以预防HBV和其他血源性或性传播疾病。

HBV不经呼吸道和消化道传播。因此，日常学习、工作或生活接触，如在同一办公室工作（包括共用计算机等）、握手、拥抱、同住一宿舍、同一餐厅用餐和共用厕所等无血液暴露的接触，不会传染HBV，当然也不可共用剃须刀。流行病学和实验研究未发现HBV能经吸血昆虫（蚊和臭虫等）传播。

湖南中医药大学第一附属医院
肝病研究所副教授 伍玉南

白血病血常规 三大指标的含义是什么？

白血病是身体造血系统（包括骨髓和淋巴系统）的一种恶性肿瘤，是造血干细胞的恶性克隆性疾病，主要是由于白血病细胞自我增殖分化与凋亡出现了异常，导致正常造血受到抑制，并且影响到其他器官组织部位，从而引起不同程度的贫血、出血以及感染发热等症状。

虽然白血病的确诊方式不是单凭血常规来确诊，但进行血常规检查，可以帮助医生了解患者身体中各项血细胞减少的具体程度，对白血病的诊断有参考价值。如果血常规异常，还需要进行进一步的筛查，需要通过细胞遗传学与分子生物学检查来发现是否出现特异的细胞遗传学和分子生物学改变，患者还可以进一步进行骨髓穿刺检查，也属于诊断白血病的主要依据和必做检查之一。

血常规检查的常用方法是用末梢血检查，如指尖或耳垂部位的血，将采集的血液经过血液细胞分析仪器，检测血液中的各项血细胞的计数平均体积与比例。



那么白血病血常规的指标有什么含义呢？

白血病的重要指标主要看三项，口诀俗称“一高两低”，“一高”体现在白细胞，因为白血病通常牵涉到白细胞，白细胞主要功能是参与机体的免疫来消灭入侵身体的各种病原体，根据身体需求有序生长和分化，但是白血病患者的骨髓会生产过量的异常白细胞，且这些白细胞无法正常工作。“两低”体现在红细胞与血红蛋白浓度方面，大多数急性白血病患者的血常规检查报告当中通常会出现红细胞计数与血红蛋白浓度的下降，或是白细胞明显增多的异常情况。由于急性白血

病可能是由于接触了化学物质等因素导致的，而患者极有可能出现相关的贫血症状，一旦出现贫血，就会造成红细胞及血红蛋白的减少。确诊白血病疾病后，体内会大量形成白血病细胞，就会出现白细胞增多的现象。但也有少部分患者可能会出现白细胞减少的情况，患者存在不同情况需要具体分析。

成人白细胞正常值通常介于 $4.0\sim10.0\times10^9/L$ 之间，而慢性白血病患者的检查报告当中可能出现白细胞总数显著的增多。在慢性淋巴细胞白血病早期患者当中，多数患者是不会出现贫血和血小板减少的，而随着病情发展，血常规结果就会出现血红蛋白和血小板计数的降低的表现。如果是慢性淋巴细胞白血病患者的血常规检查结果也会出现淋巴细胞比例大幅升高，而慢性髓细胞白血病患者的血常规结果则是以中性粒细胞比例升高为主。

益阳市安化县第二人民医院
检验检测中心 姚永红

癫痫患者大发作时，如何急救？

癫痫是一种慢性精神类疾病，因患者大脑出现了器质性病变导致，发作时会导致大脑暂时性缺氧及脑组织异常发电，从而影响患者的精神行为。具体表现为思维障碍、抑郁、记忆减退、焦虑、知觉障碍等。此类患者随时都会发病，尤其是大发作期容易危及患者的生命，因此要做好相应急救准备。

癫痫大发作时，应该如何急救呢？

1. 当癫痫患者大发作时，家属应立即解开患者上衣扣子，顺便帮患者顺气，使其保持呼吸顺畅。

2. 倘若患者发作中还伴发其他肢体抽搐现象，且这种抽搐现象少于5分钟的，一般不用做特别处理，只要家属记住患者发作的时间、发作时有哪些表现，把这些细节告知医生，让医生根据病情安排进一步的治疗即可。

3. 在患者大发作时，家属要尽量防止患者头先着地，及时清理掉患者身下或周围的尖锐物品，避免患者发作时受到伤害。同时不要用力按压患者的肢体，以免造成骨折或扭伤。倘若患者在癫痫发作时咬紧牙关，家属不得强制性地掰开患者的牙或嘴，应用尽全力抵住患者的下颌，这样做的目的是为了避免其咬伤自己的舌头。

4. 救治时把患者放在平坦的地面，使其保持侧卧位，这样便于呕吐物排出，不至于因呕吐物堵塞呼吸道而发生窒息的情况。

5. 患者在短期内若出现连续发病超过10分钟的，家属应立即送医院进行急救。

癫痫患者大发作要如何护理？

1. 注意休息。过度疲劳会加快全身肌肉代谢，造成体内乳酸堆积，血液呈酸性，因此应特别注意休息，避免过度劳累。也不要太费脑子，过度用脑会增加脑局部乳酸，降低PH值，使血液偏酸，对脑细胞的正常活动造成不利影响，极易诱发癫痫。

2. 注意饮食。癫痫患者要少吃咸肉、果汁、咸菜、可乐、西瓜等食物，包括葱、鹅肝、蒜、辣椒等刺激性食物，这些要少吃或不吃。多吃诸如牛奶、瘦肉、蛋类、面食、鱼肉等一类的食物，因为它们既容易消化，又含有高蛋白质，对癫痫的康复有很大帮助。

3. 保持良好心情。癫痫患者要切忌动怒，护理人员要嘱咐患者家属，多陪伴、多聊天，鼓励患者对自己有信心，给患者进行细致的思想开导，比如陪患者散步、打太极、玩益智类游戏、讲故事等，通过多种方式找机会与患者沟通，调节心情，这样会提高患者癫痫治疗的配合度。

通过了解上述癫痫患者疾病发作的知识，家属可以及时帮助患者度过癫痫发作危险期，在一定程度上减轻患者的痛苦，避免患者受到伤害。

长沙市望城区精神病医院 邓贵