

警惕！当心小病拖成重症

深圳一名36岁的女子出现腹痛、腹泻、发热症状后，硬熬了三周，最后因高烧40℃持续不退、精神萎靡、反应迟钝，被家人紧急送到中山大学附属第六医院就医。据该院重症医学科（ICU）主任杨春华主任医师介绍，入院时该名女子严重感染性休克，呼吸、循环、血液等多器官系统衰竭，一度出现“死亡三联征”，经过医生全力抢救20多天，才转危为安，顺利出院。

“切勿因发热而讳疾忌医，别让大病拖成重症！”医生的呼吁引发网友们的共鸣。杨春华感慨，其实，有不少重症患者原本有机会远离ICU，但或许是因为缺乏对疾病的了解，以为“小病不碍事”，或许是自信“身体能扛住”，或许是觉得看病费时，工作又太忙……最终，他们付出了惨痛的代价。

【案例1】

挤痘不当，颅内感染

小卢（化名）很喜欢挤痘痘，只要发现鼻翼两侧长了粉刺，都要用手挤出来。然而，一次挤闭口粉刺之后，局部皮肤出现红肿热痛。小卢没当回事，不久她开始发高烧、头痛、呕吐，还发生脖子僵硬、抽搐等症

状，送院后被诊断为脑膜炎。

“这种情况并不少见，挤痘痘很容易因为不注意手卫生而引发颅内感染。”中山大学附属第六医院ICU医生张晓菲介绍，面部血管丰富，尤其是在脸上鼻根部至两侧口角间连线所构成的三角区域，被称之为面部“危险三角区”，有深、浅两个静脉网，且与颅内相通。如果随意挤压、挑破长在这个危险区域的痘痘，一旦发生感染，细菌更容易经由静脉血管“直通颅内”，表现为发热、精神萎靡、意识不清等症状，严重时可危及生命。

医生提醒：痘痘“红肿痛”，就医不迟疑

最好不要自己挤痘！对于皮肤浅层的“成熟”粉刺，实在要挤的话，应做好手部清洁消毒。有“红肿痛”表现的痘痘，往往意味着已经出现细菌感染，此时不可拖延，要果断到皮肤科求助医生，千万不要自行处理。

【案例2】

咽喉痛当心化脓性扁桃体炎

吃完火锅后，姚女士（化名）感到咽喉隐隐疼痛。“又上火！”为了不耽误工作，她喝凉茶，又含服了

咽喉含片，但咽痛症状越来越严重。当晚她开始发烧，吃了退烧药以为能顶一顶，没想到烧退了又再起，不仅讲不出话，关节、肌肉也酸痛难受。

姚女士立即去了发热门诊，“你这是化脓性扁桃体炎，有感染，在扁桃体上全是脓！早两天来，就不会变得这么严重了。”医生为她开了抗生素，叮嘱她多休息、多喝水，少熬夜，很快姚女士便恢复正常。

医生提醒：症状持续一周需警惕

张晓菲指出，大多数情况下，咽喉痛、红肿、发热属于病毒引起的单纯性扁桃体炎，多出现在感冒之后。患者多喝水、多休息、少熬夜，通常能够自行缓解，仍有不适则可到耳鼻喉科就诊。症状持续一周仍不好转，可能合并细菌感染。化脓性扁桃体炎表现为持续高热不退、呼吸不顺畅、精神萎靡不振等症状。如果此时患者免疫力低下，有可能转变为重症，严重时可能引发脓毒症，危及生命。

张晓菲表示，咽喉肿痛、发热，应到医院发热门诊就诊。平时大家应该加强锻炼身体，提高免疫力。

【案例3】

突发休克？糖尿病酮症酸中毒

不到30岁的小徐（化名）突发休克，被送入中山大学附属第六医院ICU抢救。送院时，小徐双腿血管凸起，非常明显，就像长满花斑。

“下肢花斑是典型的休克体征，近年来，拖到这么严重才来看病的比较少见。”医生一看检验结果：糖化血红蛋白高达12，血糖和血脂均高到“爆表”，诊断结果为糖尿病酮症酸中毒。

家属也傻了眼：“家里没有人得糖尿病，他平时表现正常，也不算很胖，没听说血糖高啊！”医生细细追问，发现小徐有个不良爱好：喜欢喝饮料，甚至把饮料当水喝。这次发病的诱因就是狂饮高糖饮料。

医生提醒：重视体检，规范控糖

杨春华指出，糖尿病并非中老年人的“专利”，如今年轻患者并不少见，特别是1型糖尿病以青少年儿童多见。年轻人要在坚持健康生活方式的同时，重视一年一度的体检。像小徐这样，过量摄入糖，又不做体检，就难以发现血糖的异常。年轻患者要到内分泌专科或糖尿病专科就诊，规范控糖，不要听信民间传言乱用药物或自行停药。

（据《广州日报》）

医学前沿

研究发现：饮用绿茶或能预防和延缓老年痴呆

记者从安徽农业大学了解到，该校茶树生物学与资源利用国家重点实验室（安徽省实验室）宛晓春教授，与中国科技大学申勇教授研究组合作研究发现，绿茶可以预防和延缓5XFAD转基因小鼠脑内 β 淀粉样蛋白（A β ）形成，减少神经突触损伤，改善学习记忆能力。该研究主要结果日前在线发表于《分子营养与食品研究》杂志上。

伴随人口老龄化，以阿尔茨海默

病（Alzheimer's disease, AD）为代表的神经退行性疾病呈现快速高发的态势。

科研人员使用绿茶提取物（GTE）对同源淀粉样蛋白前体蛋白（APP）和早老素（PS1）双转基因5XFAD小鼠进行干预，发现在人日常饮茶量相当剂量下，GTE显著减少了小鼠脑内A β 的含量并降低APP剪切产物的表达；同时，GTE可以减少神经胶质细胞过度激活，增强突

触标记蛋白表达，减弱A β 引起的神经毒性；行为学测试进一步证明GTE干预显著改善了5XFAD小鼠认知能力。此外，转录组测序结果提示上述作用可能与GTE调节应激和免疫相关基因表达有关。

该项研究表明绿茶或能预防和延缓老年痴呆，并为阐明饮茶预防AD的机理以及进一步转化应用提供了理论依据。

（据《科技日报》）

健康提醒

体重骤减，若有这些症状须提防癌症

如果不是刻意减肥，出现突然的体重减轻，就需要警惕了，也许是患癌的警示。近日，牛津大学的学者在BMJ发表研究称，体重突然减轻的同时伴有一些临床特征或体征以及血液检测指标异常，则提示患癌症可能性大。

研究发现，对于男性，体重突然减轻并伴有这10种临床症状或体征，包括腹痛、食欲不振、吞咽困难、咯血、非心源性胸痛、腹部肿块、胸部症状、缺铁性贫血、黄疸和淋巴结疾

病，则患癌可能性较大。而对于女性，体重突然减轻的同时伴有11种临床症状或体征，包括腹痛、食欲不振、背痛、排便习惯改变、消化不良、腹部肿块、胸部症状、缺铁性贫血、黄疸、淋巴结病和静脉血栓栓塞，则患癌的可能性较大。

此外，研究发现，血液指标如低白蛋白、血钙、血小板计数、白细胞计数增加和C反应蛋白升高也与患癌可能性增加有关。

最常见是肺癌，其次是结肠

癌、胃癌、食管癌、胰腺癌和淋巴瘤；这些癌症患者最常见的临床特征包括咳嗽、腹痛、背痛、胸部感染和疲劳。

在调整了吸烟、饮酒等因素影响后，研究分析发现，体重突然减轻者在六个月内诊断癌症的风险是其他人的两倍。研究者强调，当患者出现体重突然减轻，应注意患者是否合并上述临床特征或检测指标水平变化，以便早期发现癌症。

（据《北京青年报》）

寻医问药

女孩反复咳嗽，罪魁祸首竟是两年前吃的西瓜子

7岁女孩然然（化名）反复咳嗽一个月，父母一开始没有引起重视，直到最近一周，孩子症状加重遂至湖南省直中医院儿科治疗，经查，罪魁祸首竟是两年前吃的西瓜子。治疗后然然康复良好，已于近日出院。

8月24日，然然以肺炎收治入院，为查明咳嗽原因，儿科专家为其拍摄胸部CT，发现孩子右支气管有异物，继发左肺不张并感染。在专家的详细追问后，父母才忆起两年前孩子有进食西瓜子后出现呛咳的情况，之后有间断咳嗽，都是自行服用止咳药缓解，但咳嗽易反复。

经过分析讨论，专家对然然进行了经支气管纤维镜手术，顺利取出了右支气管异物，并成功切除左支气管新生物。

专家提醒，小朋友出现不适症状，家长不可自行盲目用药，应及时带小朋友到医院就诊。另外，小朋友吃坚果等小零食时，不可边吃边玩闹，或说话，或奔跑，容易误吸到气管。

（据新湖南客户端）