

眼睛干痒、睫毛脱落？别忽视人宠共患眼病



当生活压力过载时，“吸猫”“撸狗”成为许多人的“压力清零装置”。据《2025 年中国宠物行业白皮书》统计，我国宠物数量突破 1.2 亿只，饲养宠物的种类主要是猫和犬，其次为金鱼等水族类、鹦鹉等鸟类、仓鼠等啮齿类，以及陆龟等爬行类。在和人类密切接触的同时，宠物身上的诸多微生物也会和人类互通有无，尤其在眼部，是人宠共患疾病的“高发地”。

“铲屎官”是眼部螨虫感染大户

上海第九人民医院眼科苏文如主任医师介绍，作为一类常见的体表寄生虫，尽管螨虫小到肉眼不可见，但却有很大的破坏力，可以导致多种眼部病变，具体症状的严重程度与眼部感染蠕形螨的多少相关。眼部感染螨虫后，容易出现睑缘炎和干眼等眼病，表

现为眼红、眼干、眼痒、眼部刺激或烧灼感、眼分泌物增多、睫毛脱落等症状，严重者可导致角膜损伤影响视力。生活中，除了宠物之外，床单、毛巾、毛绒玩具，甚至化妆品残留等都可能成为蠕形螨的温床。

感染性眼病占了半壁江山

苏文如介绍：“常见的人宠共患眼

病包括结膜吸吮线虫病、眼弓形虫和弓蛔虫病等。”

与肉眼不可见的螨虫不同，当看到一条细长、圆柱状、乳白色半透明的寄生虫在眼睛里蠕动时，那就是结膜吸吮线虫。确诊感染后，医生会在局部麻醉下用眼科镊取出虫体，并使用抗感染眼药水。

杀伤力更大的是“眼弓形虫感染”，会造成视网膜脱离、角膜带状变性等症状。眼弓形虫感染的病原体为刚地弓形虫，这是一种可以在人和动物体内寄生的原虫，人类通常是因为接触了受感染的猫、犬，或误食了被它们粪便污染的食物，例如含有弓形虫卵囊的未熟肉、青菜等从而受到感染。

当然，人们也不用闻之色变。要杀

死弓形虫，低温和高温都能实现。只要将生熟食物分开处理，将肉类食物充分煮熟后食用，就能有效防止弓形虫感染。在养宠过程中，“铲屎官”应避免给宠物喂食不洁的生肉，为宠物定期驱虫、洗澡，做好宠物用品的消毒工作。孕妇和免疫力低下者，应避免接触宠物及其排泄物，避免让儿童接触流浪动物。

苏文如提醒，科学喂养宠物，能从一定程度上控制人宠共患眼病的发生。同时，“铲屎官”们还可以用抚摸宠物代替“吸猫吸狗”，接触后及时洗手并避免揉眼，定期为宠物洗澡和驱虫等。环境管理方面，可使用空气净化器减少悬浮皮屑和尘螨，床品、毛巾、沙发套等定期高温清洗，以减少过敏原及螨虫等。 上海市第九人民医院 供稿

单髁置换：膝关节的精准「补丁」

□ 当膝关节功能严重受损时，人工关节置换手术成为重要治疗选择。根据病情差异，部分患者无需进行全膝关节置换，仅需置换三分之一的膝关节即可康复，这便是膝关节单髁置换术。

相较于全膝关节置换术，单髁置换术堪称微创手术中的“补牙技术”——它精准置换股、胫关节损坏的软骨表面，且无需去除前后交叉韧带，能最大限度保留患者的本体感觉与关节功能，实现膝关节的生理性重建。

在手术创伤方面，全膝置换切口达 15~25 厘米，需大量组织切除与骨骼操作，耗时 1.5~2 小时；而单髁置换切口仅 7~10 厘米，取骨量少，耗时仅 45 分钟至 1.5 小时。恢复速度上，全膝术后 24~48 小时才能下地，需 5 天康复训练；单髁术后当天或次日即可下地，康复训练仅需 2~4 天，大幅减少患者痛苦。此外，单髁置换因切口小，接触病菌机会少，感染风险更低，术后疼痛、肿胀等不适消除更快，患者能更早回归日常生活。

不过，该手术有严格适应证，并非所有膝关节退变患者都适用，需医生进行详细检查评估。

据《家庭医生报》

药物掰开服用，当心变“毒药”

近日，福建张女士（化名）掰开了降压药硝苯地平控释片服用，之后血压骤降，甚至出现昏迷。生活中，有些患者为了低剂量服用药物，擅自将其掰开。但是，并非所有药物都能掰开后服用。

控释片 所谓控释片，简单解释就是通过一些特殊的工艺，让药物在体内以理想的速度释放理想的剂量，这样的目的是让药物在体内的浓度既持久又稳定。这类药物适用于高血压、心血管疾病等需长期控药的病症，且单剂含量远高于普

通药片。如硝苯地平控释片、格列吡嗪控释片等，掰开会破坏释药结构，导致药物瞬间大量释放，引发血压骤降、中毒等严重后果。

缓释药 缓释药可缓慢释放以延长药效、减少服药次数，药量亦高于普通制剂，适用于止痛、降糖等治疗。盐酸维拉帕米缓释片、双氯芬酸钠缓释片等，掰开后缓释结构会被破坏，药物快速释放易引发不良反应。

肠溶制剂 肠溶制剂外层包裹特殊外衣，可避免药物被胃酸破坏

或刺激胃黏膜，仅在小肠吸收，是专为肠道疾病治疗设计的。红霉素肠溶片、胰酶肠溶片等掰开后，要么刺激胃部，要么药效尽失。

包衣片 包衣片外层的“外衣”可防潮避光、掩盖异味、减少黏膜刺激，肠溶衣、糖衣、薄膜包衣均属此类。掰开后包衣失效，药物易变质、产生不良气味，还可能刺激消化道。

化疗药与靶向药 化疗药毒性较强，而靶向药亦有特定释药要求，随意掰开不仅影响疗效，还可能增加毒性风险，必须严格遵医嘱使用。 据“新华社”公众号

协和医院医生亲历“头孢惊魂”

出现大片皮疹。经紧急输液治疗，两小时后他脸色恢复、皮疹消退，次日便正常上班，仅感疲惫。

复盘此次经历，谭先杰总结了四点：一是以前不过敏不代表永远不过敏，此次过敏与年龄增长、药物批次不同及当日劳累相关；二是并非饮酒后吃抗生素才危险，他当日并未饮酒；三是口服抗生素同样可能过敏，并非只有静脉用药才有风险；四是感

冒咽痛勿随意用抗生素，应先查血常规判断是否为病毒性感染。

日常生活中，若要远离药物过敏，需牢记：就医时主动告知过敏史，用药前咨询风险；记录过敏药物，杜绝侥幸复用；保持健康生活方式增强免疫力。若出现过敏，轻微症状可停药多喝水，一旦有呼吸困难、大面积皮疹等严重情况，需立即就医。 据《健康时报》

医校联手将 HPV 科普搬上舞台

“原来疫苗不是打针那么简单，而是给身体派去‘抗体战士’！”“剧情把医学专业知识演得明明白白，我们家长也跟着长了知识。”近日，由卢湾中学学生主演、复旦大学附属妇产科医院主创的原创青春期 HPV 科普舞台剧《细胞总动员》完成首演。

舞台剧以“子宫细胞王国”为场景，讲述了科学探索小队在完善 HPV 科普模型时，意外进入“子宫细胞王国”，目睹不同型别 HPV 病毒入侵、免疫细胞卫士奋力抵抗的情景。在细胞国王的指引下，队员们凭借疫苗知识、模型搭建经验与勇气，分工协作激活疫苗守护塔，最终击退病毒。

“青春
期是 HPV
感染的第一
个高峰，
也是健康
教育的最佳
窗口。”



复旦大学附属妇产科医院华克勤教授表示，世界卫生组织建议，9~14 岁女孩应优先接种 HPV 疫苗，男孩也同样需要尽早接种。同时，这些年来，复旦大学附属妇产科医院联合政府部门、教育单位、大众媒体等多方力量，通过医防融合、医教融合，解锁科普进校园新玩法。 通讯员 李敏

上海将再添一座康复医院

为应对大众日益增加的康复需求，上海将再添一座康复医院。作为普陀区重点民生工程，全新的普陀区康复医院已顺利完成整体竣工验收，正全力推进开办筹备，预计 2026 年一季度正式运营。

普陀区康复医院隶属于普陀区卫健委，由普陀区人民医院管理，由政府投入 4.4 亿元打造，占地 7794 平方米，总建筑面积 39247 平方米，规划设置床位 300 张。

普陀区人民医院院长鲁威介绍，普陀区康复医院以“大康复、小综合”为特色，推行“早期介入、全程管理、全面覆盖”的康复医疗服务模式，致力于构建以“临床康复一体化”的现代化区域康复医学中心。简言之，这是一座将康复理念与实践植入治疗全程的康复医院，患者在内科、外科、儿科等各科就诊时，就可以配套相关的康复方案，早期介入。

上海市卫生健康委员 供稿

预防流感可以“一喷搞定”

每年 11 月前后，我国会进入流感高发季，在此之前给自己接种流感疫苗，可以大大减少感染流感病毒及引发并发症的风险。但是，不少朋友都害怕打针。别怕，“鼻喷流感疫苗”已经问世，每个区的接种门诊都可以“一喷搞定”！

针剂流感疫苗是灭活疫苗，用物理或化学的方法将病毒灭活。而鼻喷疫苗是减毒疫苗，把活的流感病毒进行培养、纯化处理后，使其毒力减弱，没有致病能力但能刺激人体产生抗体。

和其他疫苗一样，接种“鼻喷流感疫苗”也可能出现不良反应，但多为发热、鼻塞、流涕、头痛等一系列症状，一般不需处理，可自行消退。个别发热超过 38.5℃ 或者皮肤有异常反应的患者，应及时到医院就诊。

上海市疾病预防控制中心 供稿

千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话：0512-67276198 地址：苏州市观前街91号
全国热线电话：0512-67274512 网址：caizhizhai.tmall.com