抗生素联合使用，不是滥用是救命

在临床抗感染治疗中，联合使用多种抗生素并非随意之举，而是医生根据病情精准施策的科学选择。面对危急重症、多重感染、耐药细菌、长期治疗及高毒药物等复杂情况，单一抗生素往往难以应对。

由人民卫生出版社出版的《抗生素是把“双刃剑”——别让抗生素成为健康的杀手》一书中介绍，合理联用抗生素，既能使杀菌效果最大化、守住患者生命防线，又能降低耐药风险与药物毒副作用，是对抗感染的关键策略。

危急重症：“生死时速”保生命

有一些感染性疾病，病情进展非常迅速。如细菌引起的血液感染，严重的情况下每延迟用药1小时，患者的存活率就下降7.6%，此时的治疗更像是和死神赛跑。确定血液感染到底是由何种病原微生物引起的，是个复杂且缓慢的过程，某些情况下，医生甚至连病原微生物从哪里进入都无法准确判断。这时往往需要采取广覆盖、大包围的“战术”，联合使用2种甚至3种抗生素，以求把所有可能的“敌人”一网打尽，避免漏杀，从而最大限度保障患者生命安全。

多重感染：“各个击破”全覆盖

某些感染，特别是波及范围比较大的严重感染，往往不止一种病原微生物在作祟，而这2种甚至2种以上的病原微生物又不是“近亲”，差别很大，使用某一种抗生素可能鞭长莫及，这时候就需要联合使用2种或多种抗生素，各个击破。

耐药细菌：多药联用破“防御”

由于以往抗生素滥用等原因，某些细菌不断进化，使得原来对其有效的抗生素效果减弱，临床称之为“耐药”。

虽然业内也在不断开发新的抗生素，锤炼新的“神兵利器”，但其研发速度有时赶不上细菌的进化速度，这时就别无他法，只能“三个臭皮匠，凑成个诸葛亮”，以求将致病微生物合力“拿下”。

长期治疗：需规避耐药风险

有些感染性疾病治疗起来3~5天就可以获得比较满意的效果，有些却不那么容易。如结核病，通常治疗时间在半年以上，这就需要长期服药，而结核分枝杆菌又是一种很“狡猾”的细菌，会逐渐对抗结核药物产生耐药性，此时就推荐多种药物同时使用。

高毒药物：减量降低副作用

有些药物“很傲娇”，“本事”虽然很大，但“脾气”也不小。比如，对抗真菌感染的“大神级”药物——两性霉素B，它的作用很广泛，杀菌作用也很强，唯一的缺陷就是不良反应太大，只能低剂量使用，但药效就不能正常发挥。

这时候，往往需要加用另一种低剂量药物，虽然两种药物的剂量都偏低，但它们都出了五成功力，合起来也能有效杀灭病原微生物，而这时候各自产生的不良反应控制在可接受范围内。

四川省人民医院 杨勇

辗转求医一年多，胸前『湿疹』却是癌

32岁的张女士（化名）一年前发现左侧乳头反复破溃、结痂、脱屑，情况时好时坏。其间她多次前往当地医院皮肤科就诊，均被当作湿疹或皮炎治疗，但效果不佳。不久前她来到南昌市人民医院寻求帮助。经过医院乳腺外二科团队详细检查，这个长期被误诊的皮肤问题被确诊为一种特殊的乳腺癌——乳头派杰氏病。

张女士不解，这不是皮肤问题吗，怎么成了乳腺癌？

专家介绍，该病是一种起源于乳腺导管，且向上侵犯蔓延至乳头、乳晕皮肤表皮的特殊类型乳腺癌。形象地说，乳腺内部的导管如同输送管道，当管道内出现癌细胞后，这些异常细胞沿着管道扩散到乳头表面的皮肤，导致反复红肿、脱屑。由于病变主要集中在皮肤表面，常常被误认为是普通湿疹。然而，湿疹治疗方案对乳头派杰氏病无效，故症状仍持续加重，尤其单侧发病的湿疹样表现，更需警惕。目前，张女士已接受了规范的手术与综合治疗，预后良好。

据《家庭医生报》

远离『隐匿』的肾病 听听专家怎么说

3月14日是世界肾脏日，专家表示，慢性肾脏病不可治愈，但是通过坚持健康生活方式、加强定期健康监测可预防、延缓肾脏病的发生和发展。

北京协和医院肾内科郑可副主任医师表示，想要远离肾脏疾病，最重要的是建立良好的饮食结构，比如成人每天食用食盐不超过6克。对于已经有肾功能损伤的患者，食盐量不超过4克，并应在医生指导下限制蛋白摄入量；不要吸烟。推荐每周至少5次中等强度运动，每次半小时；适当饮水，建议成人每天7~8杯（1500毫升），提倡饮用白开水或茶水，少喝含糖饮料。

值得注意的是，慢性肾脏病往往很“隐匿”，不少患者甚至是到了尿毒症阶段才会觉察出身体不适。建议市民定期健康体检，高危人群应监控血糖、血压和尿酸。

此外，糖尿病等代谢性疾病已逐渐成为我国慢性肾脏病的主要病因之一，控制血糖是糖尿病肾病最为有效的预防方式。“对已有糖尿病的患者，更应密切监测，将糖化血红蛋白控制在7%以内。”郑可说。

据“央视网”公众号

一咳嗽就漏尿？是盆底肌“松了”

两年前，一场突如其来的“尴尬”彻底打乱了黄阿姨（化名）的生活节奏。一开始，她只是咳嗽、打喷嚏时会漏尿，后来发展到大笑、提重东西时，小便也会漏出来。为了防止尴尬，她只能常年穿着纸尿裤。到了夏天，局部皮肤被捂得红肿、瘙痒。这些年，黄阿姨辗转求医，尝试多种治疗方法缺效果甚微。直到2个月前，她找到静安区市北医院肛肠科刘美灵主任就诊。

经过细致检查，在排除器质性病变后，刘美灵将黄阿姨诊断为盆底肌松弛引发的盆底功能障碍。

刘美灵表示：“盆底功能障碍并非小众问题，而是威胁女性健康的常见慢性病，50岁以上女性发病率超30%，绝经后会更高，但就诊率极低，多数人默默忍受。该病有一个很重要的诱因，就是尿道括约肌松弛。”

尿道括约肌就像尿道出口的“阀门”，年轻时肌肉紧致有力，能牢牢“关住”尿液；上了年纪，加上生育损伤、激素下降、长期腹压增高等因素，括约肌力量变弱，“阀门”关闭力减退，一咳嗽、一笑、一用力，腹压一增高，尿液就会不由自主漏出来。

结合黄阿姨的年龄、症状与体质，刘美灵为她量身定制个性化盆底康复方案，采用磁、电联合治疗，用“生物反馈电刺激+磁刺激+盆底肌训练”，以及居家训练等无创、安全的方式，逐步增强盆底肌和尿道括约肌力量。

通讯员 喻文龙

治疗青光眼，三件“武器”如何选

3月6日是世界青光眼日，今年的主题为“团结一致，共创无青光眼世界”。青光眼像一个小偷，会趁人们不注意，一点点“偷”走视野。等它被发现时，往往已为时已晚。

老张（化名）最近很郁闷，半年里，他换了3副眼镜，可是看东西还是很模糊。来到医院就诊后，医生告诉他：“这是青光眼晚期的典型症状，视野已经缩得很小，犹如通过一根吸管在看世界。”

从医学定义来看，青光眼是以特征性的视神经病变和视野缺损为表现的一组疾病，核心危险因素是眼压升高。不过，您也不用太担心，医生手上有三件“武器”，可以把青光眼挡在门外。

眼药水 这是最基础、最常用的治疗方式。每天按医嘱滴眼药水，就能给眼睛释放压力，降低眼压。

激光 如果眼药水的效果不理想，或者患者无法坚持用药，激光治疗就是一把精准的钥匙。通过激光改善房水（充满在眼球前房和后房内的一种无色透明的液体）引流效率，达到降眼压的目的，术后仅需短期复查即可。

手术 对于病情较重、药物和激光都控制不住的情况，就需要手术介入。通过手术建立新的房水引流通道，从根源上解决眼压过高的问题。常见手术方式包括小梁切除术、青光眼引流装置植入术等，虽有一定创伤，但降眼压效果更持久。

图源：千库网

上海长征医院眼科 牟旆 尹小林

女孩肚里竟然藏“宝宝”

近日，大理大学第一附属医院小儿外科的医生，从7岁小女孩朵朵（化名）肚里取出一个“宝宝”，这是什么怪病？

4年前，朵朵的父母就发现孩子的肚子较大，总觉得不对劲，到当地医院就诊后，被告知“孩子的肚子都这样”。于是他们没有给孩子做任何检查，放心地回家了。可近来，朵朵的肚子越来越大，再次去医院就诊，发现其腹腔里居然有一个菠萝大小、直径足有15厘米的肿物，需要立即施行手术切除。

令人意想不到的是，该肿物竟是一个发育不完全的“宝宝”——寄生胎，该寄生胎所含组织均分化良好，未发生恶变。

据悉，寄生胎是一种罕见先天性发育畸形，指胚胎发育时一个完整胎体内的某一部分中，寄生着另一个不完整的胎体。寄生胎的代谢产物、分解毒素会被主胎吸收，从而引起中毒症状，影响主胎的正常生长发育。因此，寄生胎一旦确诊，均应及早完整切除，以保护主胎的正常发育，术后需长期随访。

据“新华网”公众号

孩子平衡能力差，当心“扁平足”

一些孩子平衡能力很差，稍微跑几步就会摔倒，可能是“扁平足”引起的。说到“扁平足”，多数人都不陌生，往往也不在乎，直到患儿产生行走疼痛，进而影响运动能力，才会引起重视。

其实，“扁平足”不仅影响足部外观，还会引起患儿下肢力线改变。若患者不采取治疗措施并进行长期行走和站立，最终会引起膝痛、骨盆倾斜、脊柱前凸和腰痛等症状，还可能导致足底筋膜炎、跟腱炎、膝关节炎等多种下肢骨关节疾病的发生，严重降低患儿的生活质量和运动能力，影响儿童身心健康。

若观察到儿童站立和行走时，足部向内倾斜，或足后跟向外突出；又或是发现儿童的鞋底内侧磨损严重，而外侧磨损较轻，则都提示足弓发育可能存在异常。

事实上，足部的发育需要运动刺激。在确保安全的情况下，可以带孩子多在草地、鹅卵石路等场所行走，鼓励赤足行走，加强足踝肌肉的力量，提高足弓稳定性。

此外，孩子也可以进行爬山等运动，并保持足够频次，让他们的足底及下肢肌肉得到有效刺激和训练。

上海市儿童医院骨科 焦勤（副主任医师）

遗失声明

上海市长宁区商务委员会（统一信用代码：113101056887023688）不慎遗失上海市长宁区经济委员会财务专用章、私章（朱辉）各壹枚，开户许可证（核准号：J2900045249303，开户行：上海银行曹家渡支行），声明作废。