



扫码关注新民
康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第900期 | 2022年8月22日 星期一 本版编辑:潘嘉毅 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:pjy@xmwb.com.cn

关注婴幼儿呼吸道合胞病毒感染 科学预防远胜于对症治疗

作为严重威胁婴幼儿生命健康的一大元凶,急性下呼吸道疾病受到广大新手父母和家庭的关注。为此,儿科权威专家分享疾病防治信息,提升大众对于包括呼吸道合胞病毒在内的急性下呼吸道疾病的危害和预防手段的认知。



RSV 感染 不仅常见危害也大

在过去的几十年中,随着疫苗接种的普及和抗生素的有效应用,包括肺炎链球菌在内的一些细菌类呼吸道感染性疾病,在全球范围内,儿童的发病人数都下降了。但是全球还有一些重要的呼吸道感染性疾病没有控制好,尤其是呼吸道合胞病毒对婴幼儿的危害非常大。复旦大学附属儿科医院传染科主任曾政教授介绍,针对呼吸道合胞病毒(英文简称为 RSV)感染导致的下呼吸道疾病,至今没有有效疫苗,也没有特异性的治疗药物。脆弱的婴儿是最容易被危害的人群,其中6月龄以下感染数约占 RSV 感染发病总数的50%,75%的感染发病年龄在1岁以下。对于婴幼儿来讲,肺炎最严重的致病原因就是呼吸道合胞病毒。美国曾做过一项儿童社区获得性肺炎的病原学调查,文章发表于权威期刊《新英格兰

医学杂志》,调查显示,在美国过去10年中,5岁以下的儿童社区获得性肺炎最常见的病原体是呼吸道合胞病毒,占28%。

“喘息”表现 尤需引起警惕

RSV 在儿童下呼吸道感染中扮演着一个非常重要的病原角色,尤其在婴儿中是最常见的。从临床表现来讲,婴儿特别是小婴儿,RSV 感染以喘息为主要表现,并不是以发热为主要表现。喘息发作等急性发作症状通常持续一到两周才慢慢缓解,这给孩子和家长都带来了身心创伤。此外,也有部分婴儿 RSV 感染伴有发烧、明显咳嗽等症状。

2岁以上幼儿和学龄儿童 RSV 感染率明显降低,可以表现为流感样症状,表现为发烧、咳嗽,喘息不严重或没有出现喘息,这时需要和流感等其他呼吸道病毒引起的急性呼吸道感染进行鉴别诊断。

在整个社区的5岁以下儿童

中,尤其是2岁以下婴幼儿中,RSV 感染仍然是一个突出的问题。危重症病例因为呼吸困难、呼吸衰竭而不得不接受呼吸机治疗,特别严重的 RSV 感染可能会夺去婴幼儿的生命。婴幼儿期 RSV 感染以后引起反复喘息发作,发展为哮喘的风险会明显增高,有的重症 RSV 感染儿童幸存后会残留肺功能受损。

无特效药更凸显 预防之重要

呼吸道合胞病毒感染没有特效药,在此情况下,治疗方面主要是对症支持,一方面保证气道通畅,通常采用雾化治疗,以及吸入支气管扩张剂缓解支气管痉挛、阻塞;另一方面减轻气道炎症,通过吸入激素类的药物,必要时全身短期激素治疗,以减轻气道炎症反应,帮助孩子渡过难关。氧疗和呼吸机治疗等辅助治疗手段,也能帮助孩子度过最危险的时期。

呼吸道合胞病毒感染的总体治

疗原则是综合性的防治措施,以呼吸道的对症支持治疗、护理为主,如果合并细菌感染,需要及时给孩子使用抗菌药物,同时要避免过度的抗菌药物治疗。

RSV 感染对孩子造成的危害之大、医治之难,再次提醒人们要重视预防。北京市儿科研究所感染与病毒研究室主任谢正德教授指出,对于任何一种感染性疾病的预防,主要是两类:

一是指非药物干预措施在内的一般预防,如戴口罩、勤洗手、房间通风、保持一定的社交距离,最好间隔2米等。家长日常照料婴幼儿时要坚持良好的卫生习惯和生活习惯。

二是包括被动免疫和主动免疫在内的特殊预防。被动免疫是指将人源的、合成的主要针对某一个特异的病毒(比如 RSV 或狂犬病毒)的单克隆抗体或是将通过血液制备的特异性免疫球蛋白注射到人体内。另外,主动免疫手段还可以通过疫苗让人体免疫细胞主动地产生抗体去预防疾病。

不单单是非药物的公共卫生干预措施,今后需要疫苗和单克隆抗体来进行更有效和精准的预防。针对 RSV 感染的疫苗研发仍在进行中。而在药物研究方面,长效人源单克隆抗体在预防方面取得了很好的前期研究成果,可能在未来几年就会应用到临床。国内已有 RSV 长效人源单克隆抗体的研发进入三期临床试验阶段,近期针对婴幼儿群体 RSV 预防有效性和安全性的研究将在多地开展,临床招募工作即将展开。

凌溯 图 TP

从便秘看老年人健康状况

在老年人群中,便秘很常见。老年朋友大多认为,便秘问题不大,不需要治疗,很少引起重视。

便秘是指大便次数减少,伴排便困难、粪便干结。老年人由于消化器官功能的退行性变,更容易发生便秘。便秘对老年人的身心健康将造成以下八个方面的伤害。

长期便秘会影响老年人的情绪甚至产生精神心理障碍。长期的排便不畅会使老年人担心害怕、心情不好,带来焦虑不安甚至精神烦躁,久而久之会引起疲乏无力、头晕、头痛、精神萎靡、失眠甚至抑郁等。

老年人常常患有多种基础疾病,便秘有可能加重老年人这些基础疾病的病情。患有高血压、血管硬化及脑血管疾病的老人,常常因为便秘时用力排便,腹压增加或精神紧张、用力过猛等,使血压突然上升,有可能发生脑血管意外,而冠心病患者则可能诱发或加重冠状动脉供血不足,导致心律失常、心绞痛、心肌梗死甚至猝死的发生。

老年便秘患者由于如厕时间过长,坐位或蹲位站起时更容易出现体位性低血压,引起脑部供血不足而有可能发生头晕,严重者甚至晕厥、跌倒,出现意外。

长期便秘往往会使老年人出现腹部胀满、疼痛等不适,长此以往会导致进食减少、不思饮食甚至厌食,也可以诱发和加重痔疮、直肠脱垂、肛裂等状况。

便秘容易诱发肠道憩室病、憩室炎及粪块阻塞而引起肠梗阻等。老年人由于各器官功能出现退行性变化,肠道肌力减退,便秘患者排便时常常过于用力,可能诱发肠道憩室,进而引起憩室炎;老年人的肠道蠕动功能减弱,便秘患者由于粪便通过肠道时间过长,有可能导致粪石形成,如果粪石积存过多就可导致肠道阻塞,出现肠梗阻的症状,如果粪石堵塞在阑尾开口处,则易诱发急性阑尾炎。

便秘也可诱发或加重腹壁疝。长期便秘增加老年人结肠病变的风险。便秘患者粪便通过肠道的时间明显延长,粪便中的有害毒素持续刺激肠黏膜,更容易发生结肠病变,并增加结肠癌变的风险。

老年人长期便秘更容易引起尿潴留、尿道感染。

因此,老年人得了便秘后,应及时前往正规医院就诊,仔细查明便秘的病因,并寻求及时合理的治疗。

汪小平(上海健康医学院附属周浦医院消化科主任、主任医师)



康复有道

约80%的脑中风幸存者遗留不同程度的功能障碍,超过40%的患者丧失独立生活的能力。神经康复是循证医学证实的降低脑中风致残率最有效的方法之一。有效的康复训练不仅可以减轻患者功能障碍,加速康复进程,减轻潜在的护理费用,还可以降低复发风险。日前,生物制药企业勃林格殷格翰旗下诺达康复品牌与其支持的上海国际医学中心康复医学科,共同发布《2018-2021 年度康复临床成果报告》。报告围绕患者特征、临床成效等多个维度进行了回顾与梳理。临床数据证明,尽早康复治疗可以提高脑中风患者功能康复的效果,同时也验证诺达康复引入并持续进行本土化创新的德国康复模式对中国脑中风患者回归健康、提高生活质量的积极效果。“早诊断、早治疗、早康复”是德国神经康复的核心要义。在上海国际医学中心康复医学科,74%的患者是在中风发病后

及早神经康复为脑中风患者赢得『新生』

六个月内接受康复治疗的,这一数据表明越来越多的患者及其家属意识到早期康复的重要性。

报告显示,28%-36%的脑中风患者会出现失语症,不仅严重影响日常交流,还使患者难以理解康复指令,影响其他功能的恢复效果。同时,语言能力的丧失还会给患者的心理带来创伤。通过旋律语调疗法(MIT)和强制性诱导失语症治疗(CIAT)等方法,近两年的临床数据显示,失语症患者的语言功能得到明显改善。

脑中风后抑郁(PSD)在发病后5年内的综合发生率高达31%。为解决这一临床难题,脑中风康复引入艺术疗法和心理疗愈课程。一方面将功能康复与绘画、雕塑、乐器演奏等艺术活动相结合,改善患者的功能障碍,促进患者的自发性思维,改善心理状态。另一方面通过沙盘、正念引导和功能建设类讲座等,帮助患者及其家属进行情感倾诉,以更加积极主动的姿态投入治疗之中。虞睿

化验单中的“跷跷板” 揭秘甲状腺疾病端倪



专家点拨

抽血化验是老百姓非常熟悉的一种检查项目,用于多种疾病的诊断。和甲状腺相关的检测项目,那就是甲状腺功能测定。甲状腺功能相当于甲状腺发出的“摩斯密码”。要想知道自己的甲状腺是否正常工作,甲状腺功能必须查一查。

甲状腺功能有一系列“摩斯密码”。主要指标有 FT3、FT4、TT3、TT4 以及 TSH,反映的是甲状腺的功能状态。TGAB、TRAB、TPOAB,不是指甲状腺功能,但也相当重要,它们是甲状腺的自身抗体。

“密码”收到后需要破译。当血象报告的各项指标没有上上下下的箭头,说明甲状腺状态挺不错,正常工作中。如果存在上上下下的箭头,受检者可以通过“跷跷板”原则和甲状腺抗体不漏检等方法进行初步破译。

一般来说,FT3 与 FT4 的变化是一致的,甲亢病人的 FT3 与 FT4 升高,甲减病人的 FT3 与 FT4 降低,但是两者可以不完全同步。例如在甲

亢初期,由于 FT3 的活性程度较高,因此 FT3 通常比 FT4 更早出现增高;而甲减时则会出现 FT4 先行降低。同时,TSH 受上述两种指标的负反馈调节,当 FT3 与 FT4 升高时,TSH 降低;当 FT3 与 FT4 降低时,TSH 升高,它们之间存在一种“跷跷板”的关系。值得一提的是,这种关系也有例外,例如垂体性甲亢患者,由于垂体腺瘤具有自主调控的功能,使得甲状腺激素的反馈机制失控,造成 FT3 与 FT4 升高,TSH 也升高;同理,垂体性甲减患者,造成 FT3 与 FT4 降低,TSH 降低或正常。

有些疾病在初期,甲状腺功能尚未表现出异常,但是甲状腺自身抗体却已经显示异常,可以尽早发现疾病的“苗头”。尤其是对于初诊的患者,建议做甲状腺功能全套以及抗体检测。比如 TRAB 适宜于甲亢的诊断与评估;再如,TGAB 为阳性提示甲状腺可能存在破坏;又如,TPOAB 飙升或为桥本甲状腺炎,甲状腺功能正常而 TPOAB 阳性者需长期随访甲状腺功能。

余飞(同济大学附属第十人民医院甲状腺疾病研究中心主任医师、教授)