



# 今雾气笼罩气温升 下周冷空气回归



■ 这个双休日申城雨水淅淅沥沥下个不停,雾气迷城,上海如临仙境

杨建正 摄



丹丹看天气

**本报讯** (记者 马丹) 今晨雾气迷城,申城仿佛步入仙境中。大雾半夜就触发了黄色预警,预警信号维持到今晨才解除。上午,雾气散去后,申城的天空并未打开,暖湿气流源源不断地输送温暖的水汽。冷暖空气交锋下,本市今天几乎浸泡在雨水中,局部地区累计雨量达到了中到大雨。与此同时,强盛的暖湿气流送来徐徐的偏东风,气温也攀升到了近期最高点,早间气温起步在9℃附近,白天的最高气温升到14℃左右,让人忘记仍然身处冬季。据上海中心气象台预

报,这场雨之后,天气会发生大转折,新一股冷空气会在今天半夜抵达并影响本市,风向转向偏北风后风力也将进一步增大,气温逐渐下跌,天气也在干冷空气的“掌控”之下转为晴冷。

下周,随着北方冷空气逐步南下,全国大部分地区天空开始放晴,气温也将有明显下降。冷空气影响下,下周申城一改近期阴雨连绵的态势,周一还有小雨叨扰,周二开始将转多云天气为主,久违的阳光终于回归。冷空气带来的降温也不容忽视,特别是早间气温较低,下周中期最低气温将跌到2℃附近,部分地区的最低气温可能跌至冰点,最高气温也随着冷空气过境而有所起伏,预计会在8℃~13℃间震荡。气象专家说,冬季并未离场,防寒保暖工作不要疏忽,但是,随着2月中旬的开启,天气变暖的趋势已不可阻挡。

## 得知儿媳有癫痫 婆婆去医院求证

专家:癫痫不可怕,但误解太多了

### 第 医 线

#### 不少患者有“病耻感”

复旦大学附属华山医院神经内科吴洵昉主任医师给记者讲了一个故事。

小姝是一名癫痫患者,从学生时代起,她就知道这种病“不受人待见”。“除了身边别人的异样眼光,我更难接受这种病的注意事项——远离咖啡,远离躁动的情绪,远离剧烈运动……一次在课堂上发作,吓坏了同学。”她说,为了控制病情,她按时吃药,定期随访,病情控制得不错。

进入职场之后,她很少发病,之后也一路依照自己设定好的人生轨迹,结婚,怀孕……她小心翼翼地保护自己,不让别人发现这个秘密。

直到小姝怀孕后的某天,婆婆无意中翻开她的病历本,惊讶地看到了她在华山医院神经内科的就诊记录。把陌生的药名输入网站,显示这是一种治疗癫痫的药物。癫痫?会不会遗传?会不会影响后代?婆婆独自来到医院,也挂了吴洵昉教授的号,“医生,我不是来看病的,我想确定一下,这个药是不是治疗癫痫的?”

“许多人有病耻感,所以选择了隐瞒,他们怕被排斥。事实上,社会的误解和偏见的确一直存在着。”吴医生说,那天她反复对这位老太太解释,癫痫并不是“魔鬼病”,只要控制得好,生活和普通人无异,可以结婚生孩子。但固执和偏见并不容易被纠正,老太太还是怒气冲冲地离开了诊室。

也有令人感动的患者家属。吴医生记得一位来自农村的女患者,每次就诊都是丈夫陪同。两个人文化程度不高,却相濡以沫,还生了2个孩子。丈夫说:“我们从小一起长大,我一直知道她有这个病的,没什么好怕的。”

最近,很多人慕名到上海博物馆的特展打卡梵高的《长草地与蝴蝶》。众所周知,梵高晚年被精神疾病困扰,其实他也是一个严重的癫痫患者。有人认为,是癫痫一定程度改变了梵高眼中的世界,改变了他的感知。明天(2月的第二个星期一)是“世界癫痫日”。这种古老而常见的疾病,在伟大的画家身上被定义成一种“灵药”,而在普通人身上为何变成了一种折磨?

癫痫,俗称“羊癫疯”,常被错认为是“精神病”,其实通常归属于神经内科范围。早在2000多年前就有了记载了,现代医学简单说就是脑部神经元反复发作性过度放电,导致间歇性中枢神经系统功能失调,它是神经科的第二大疾病。

“隐瞒疾病可以理解,但显然不是最好的方法,也恰恰说明有很多人对癫痫疾病的认知、包容度都远远不够。”吴医生说。

#### 癫痫症状不仅是抽搐

大多数人对癫痫的认知还停留在患者发病时会突然倒地,身体僵硬,口吐白沫……这通常被称为“大发作”。但是,癫痫发作的类别有许多,发作时可能会出现全身抽搐,也可能只有发呆、愣神,甚至可能只是手抖摔碎一个杯子。

癫痫在各个年龄段都可能发生,不过婴幼儿、青少年发作时的症状和成年人略有不同。比如,有一名14岁的少年,早晨起床时,手经常拿不稳牙刷、杯子、衣服等,而突然掉落在地。有那么一瞬间,他觉得“不能控制自己”。起初,妈妈还责备他毛手毛脚、注意力不集中。可是随着发生次数越来越多,妈妈不放心,带他到华山医院吴洵昉处就诊,经过脑电图、磁共振等检查发现,男孩就是一名癫痫患者。

“偶尔发作一次并不能扣上癫痫疾病的帽子。各种原因都可能引起癫痫发作,它只是个症状。但如果癫痫发作反复、刻板地出现,结合

辅助检查、经过医生诊断,符合指征的部分人就被认为是癫痫患者。”吴医生说,一部分癫痫患者是基因出了问题,这种患者可能很小就出现了症状。不过,癫痫的遗传风险还是相对较低的,患者的上一辈很多都没有癫痫病史。另外,脑外伤、肿瘤、血管疾病都会导致患者出现癫痫。比如,脑肿瘤患者中,很多人是因为发生癫痫后再去检查才发现肿瘤的。

癫痫治得好吗?吴医生说,患者经过正规的抗癫痫药物治疗,60%—70%的患者的发作是可以得到控制的,其中一部分患者经过2—5年的规范治疗可以基本痊愈。所以,癫痫并不可怕,华山医院开设了癫痫专病门诊,一些难治性癫痫患者,还可以经由功能神经外科评估,是否适合选择手术或神经调控等其他方法进行治疗。

#### 遇到癫痫患者怎么办

影视剧或新闻报道中经常能看到,路上突然遇到有人癫痫发作,路人一拥而上热心施救。塞毛巾、掐人中、摁住全身,还有人甚至把手指塞进患者嘴里,防止患者咬掉自己的舌头。这类行为通常被予以表扬,但在专家看来,施救行为如果不当,不仅不能起到作用,反而给患者造成很大伤害。

大多数癫痫发作基本上几分钟内症状会自行消失,因此吴医生提醒,没有任何日常手法或行为,能够立即中止癫痫患者的发

作。遇到癫痫发作的人,没有经验最好不要擅自动手,不要往人家嘴里强行塞东西,任何掐人中、喷冷水、扇耳光、按压住身体等行为也是无效的。

如果救助者有能力,可尽量让患者保持侧卧位,解开其领带、衣扣,保持其呼吸道通畅,避免呛到。此外,不要强行去按压患者、制约肌肉的强烈抽搐,这更有可能造成患者的肌肉损伤甚至导致骨折的发生。如果把硬物塞入患者口中,强大的咬肌闭合可能导致其咬断塞入的东西,严重的会导致牙齿断裂,而断裂的牙齿一旦掉入气道,就会引起窒息等严重后果。

本报记者 左妍

#### 【相关链接】

#### 癫痫发作应当怎么救?

吴医生提醒几点要领:

1. 大多数发作,通常1—3分钟内会结束,不要过度慌张。
2. 尽量让患者侧躺,保持呼吸道通畅。解开患者的衣领,取下他的眼镜等物品。
3. 患者牙关紧闭时,救助者不必强行撬开其紧闭的嘴巴硬塞入任何东西。
4. 放置压舌板或毛巾不是绝对必要的。如要做,也需有一定经验的人来完成。
5. 不必强行按压患者手脚,因为并不能中止其癫痫发作,反而可致其肌肉损伤和骨折。
6. 在患者未完全清醒前,勿喂食喂药,也不要试图强行中止发作。
7. 留意患者发作情况,详细记录发作的部位、顺序、次数及持续时间与间歇时间等,以便就诊时提供更多诊治依据。
8. 发作结束,如果和以前发作没什么两样,不一定每次都送医院。若发作持续时间超过5分钟,或短时间内多次发作意识不清醒,则需送医院积极救治。

## 整治玻尿酸食品乱象有回应

**小红书回查相关笔记,下架夸大宣传内容**

**本报讯** (记者 金旻奕) 2月6日,上海市消保委“炮轰”玻尿酸食品乱象,认为其涉嫌误导消费者,并从玻尿酸食品的审批、营销、传播、推送等方面提出“四问”,话题立即引发各界关注。昨天,上海市消保委表示,小红书平台已第一时间开展了专项治理工作,已回查相关笔记3712条,下架夸大宣传容易误导用户的笔记1028条。

据悉,小红书已经成立了专项小组统筹规划,细化笔记发布和广告发布的审核标准,完善违禁词词库,优化搜索关键词的展示页面,帮助平台用户阅读到客观类、科普类口服玻尿酸内容。

对于小红书的自查,上海市消保委表示欢迎并非常认可。同时,市消保委也关注到多个平台的销售玻尿酸食品的网站也对相关网页进行了整改。比如《上海市消保委四问玻尿酸食品乱象》文中专门点到的“水肌泉饮料旗舰店”,对其宣传用语和问答中暗示与涉嫌误导消费者的内容进行了删除。

市消保委表示,玻尿酸食品乱象侵害了消费者的知情权、选择权和公平交易权。治理玻尿酸食品乱象需要政府部门、平台、行业企业在内的方方面面共同努力。上海市消保委将持续关注玻尿酸食品以及类似的情况和问题,促进行业和企业公平竞争,提升消费者的获得感,让更多实实在在、真正有用的产品服务人民群众的美好生活。