

得了支原体肺炎需要输液、“洗肺”吗?

新华社北京11月12日电(记者林苗苗 侠克)近期,儿童支原体肺炎广受关注。患儿什么时候具有传染性?是否需要输液、“洗肺”?担心医院人多能否自行用药?记者在11月12日世界肺炎日到来之际,采访了相关医学专家。

“感染肺炎支原体后,在开始发烧前有几天的潜伏期,这时患者就具有一定的传染性。”北京大学第三医院儿科副主任医师周薇表示,戴口罩能在一定程度上预防感染,但让儿童一直严格规范地佩戴口罩并不现实。少去人员密集的密闭公共场所、屋内勤通风换气、学校定期打扫卫生、增加户外活动等,都对预防感染有所帮助。

得了支原体肺炎是否最好输液治疗?周薇表示,有些家长认为静脉输液优于口服治疗,实际上没有这样的结论。应根据患儿的病情选择治疗方式,重症肺炎的患儿可以选择静脉输液,而大部分患儿属于轻症,可以口服药物治疗。

针对家长担心的“洗肺”操

作,周薇介绍,“今年支原体肺炎的患儿进行肺灌洗治疗确实比较多。肺灌洗有严格的操作指征,比如患儿出现了肺不张、局部实变,甚至有坏死和痰栓形成等非常严重的炎症反应,这时可能需要在支气管镜下进行肺灌洗,让气道通畅,同时在镜下也可以看到肺部病变的程度。”

除了支原体,细菌、病毒也都可以导致肺炎。北京胸科医院呼吸科主任叶震提示,肺炎患者常有发烧、咳嗽、呼吸困难等典型症状,低龄儿童和老年人尤其要注意防范。建议65岁以上老年人和儿童接种肺炎疫苗,尽管目前没有针对肺炎支原体的疫苗,但肺炎疫苗可对多种肺炎球菌起到预防作用。

专家提示,针对不同病原体引起的肺炎,用药选择也有所不同,比如对于支原体肺炎,青霉素和头孢类抗生素没有效果,最常用的是大环内酯类的抗生素。怀疑感染肺炎的患者应及时到医院就医,确诊后进行有针对性的治疗,避免“自行服用抗生素”等盲目用药情况。

与成人相比 为什么儿童更容易感染肺炎支原体?

在流行期间病原体载量大,感染也比较严重,婴幼儿感染也有所增加

儿童期肺部免疫防御处于建设阶段,免疫系统尚未发育成熟,呼吸道非特异性和特异性免疫较差

比如
鼻腔、气道纤毛运动和咳嗽反射弱,免疫球蛋白A(IgA)、免疫球蛋白G(IgG)水平低

幼儿园、学校人群聚集程度高,病原菌容易传播

新华社发

居家和社区医养结合服务指南发布

新华社北京11月10日电(记者李恒)为进一步规范居家和社区医养结合服务内容,提高服务质量,在深入调查研究、广泛征求意见的基础上,国家卫生健康委同国家中医药局、国家疾控局研究制定了《居家和社区医养结合服务指南(试行)》,并于近日对外公布。指南参考相关部门标准规范,遵循全面性、准确性、时效性和实用性的原则,对医疗卫生机构在居家和社区环境下所提供的医养结合服务内容和要求作出了规范。

指南所称居家和社区医养结合服务是指有条件的医疗卫生机构通过多种方式,为居家养老和社区养老的老年人提供所需的医疗卫生服务,包括到老年人家中或社区养老服务设施或机构,为有需求的老年人提供医疗巡诊、家庭病床、居家医疗服务等医疗卫生服务。

指南对居家和社区医养结合服务的总则、基本要求、服务内容与要求、服务流程与要求等4方面作出了明确规范。其中明确,居家和社区医养结合服务的服务对象是辖区内有医养结合服务需求的居家养老和社区养老的老年人,重点是失能(含失智)、慢性病、高龄、残疾、疾病康复或终末期,出院后仍需医疗服务的老年人。服务内容包括健康教育、健康管理服务、医疗巡诊服务、家庭病床服务、居家医疗服务、中医药服务、心理精神支持服务、转诊服务等。

据了解,本指南适用于提供居家和社区医养结合服务的各级各类医疗卫生机构,对医疗卫生机构在居家和社区环境下所提供的医养结合服务内容和要求作出了规范,医疗卫生机构可以根据机构类型、执业范围、服务能力和老年人需求确定服务内容。相关机构提供的医疗卫生服务应适用现行医疗卫生服务的规范、标准和管理规定。

天气转冷 谨防骨病“找上门”

新华社天津11月10日电(记者张建新 白佳丽)立冬已至,气温骤冷。记者了解到,近日到医院就诊的颈肩疼、腰腿病、关节炎患者明显增多。天津医院运动损伤与关节镜二病区主任医师黄竞敏提醒市民,注意保暖,适当运动,谨防骨病“找上门”。

肩颈疼痛、关节炎等是冬季的高发骨病之一,老年人、长期缺乏锻炼的职场人更易中招。“天气转冷后,前来就诊的骨病患者明显增多,比平时增加了20%至30%左右。”黄竞敏介绍,天气转冷,血管收缩,血液循环变差,导致骨骼或局部组织供血不足、淋巴回流系统受阻,从而出现局部组织水肿、关节僵硬疼痛等症状,甚至造成运动功能受限。

黄竞敏说,老年人需要特别注意寒

冷天气对骨关节的影响,不少老年人都有骨质疏松和肌肉减少的问题。肌肉是维护关节稳定的有力保障,但从35岁开始,肌肉质量每年以1%至3%的速度减少,70岁以上的老年人肌肉量减少加剧。骨骼肌质量降低,加之血管遇冷收缩,加重了关节的活动能力减弱,甚至容易摔倒造成骨折。

对于长期伏案的职场人,黄竞敏提醒,因肌肉疲劳、血液循环调节能力降低,加之关节之前的一些损伤如半月板、韧带、软骨、肩袖损伤等没被重视,关节出现不缓解的疼痛和功能受限,应及时得到专业医生的诊查。

入冬之后,黄竞敏建议提早做一些针对性预防措施可以有效避免常见骨病的发生。

一要注意保暖。特别是颈肩背部、

双膝关节等部位,保护局部血液循环,减轻因血运障碍导致的骨关节疼痛。

二要适当运动。谨慎选择运动方式和强度,长期伏案者可用升降桌,或做米字等颈部操。居家者提拉弹力带或伸举矿泉水瓶,锻炼肩关节周围肌肉;床上交替抬腿,完成股四头肌的收缩锻炼。肌力强者还可靠墙蹲马步,进行肌肉的收缩练习。

三要科学饮食。戒烟限酒,多食蛋白质和含钙量高的食物,如肉类、牛奶、豆类,以及新鲜的蔬菜水果等抗氧化食物。同时充足睡眠,多晒太阳,补充钙及维生素D,防止骨质疏松。

四要专业诊治。不要轻信网传的各类妙招,切勿盲目跟风购买按摩器材,三个月内症状无缓解,一定要到正规医院找专业医生诊治。

我国学者提出治疗阿尔茨海默症新思路

新华社南京11月10日电(记者陈席元 秦华江)记者从江南大学获悉,该校胥传来教授团队研制出一种手性颗粒,有望用于治疗阿尔茨海默症。相关研究成果10日发表在国际学术期刊《自然》的子刊《自然·衰老》上。

手性是自然界普遍存在的一种属性,是指一个物体不能与其镜像完全重合,正如人的左右手。

“手性具有一些特殊性质,同样的成分,生理活性迥异。有的左手性无毒,右手性就有毒。”论文通讯作者、江南大学教授匡华介绍,西方曾发生“反应停”事件,就是当时人们对手性物质的了解还不够深入。

胥传来告诉记者,此次,团队基于

手性原理,研制出一种新型左手性颗粒,让患有阿尔茨海默症的实验小鼠服用该型颗粒三个月后,小鼠的行为学表现明显改善,说明其认知能力得到提升。研究人员又对小鼠的脑部切片进行荧光染色,发现服药小鼠的神经炎症因子减少了近九成。

研究人员将服药小鼠的肠道菌群移植到其他患病小鼠的肠道中,发现受体小鼠的认知能力也有所恢复。多学科综合分析的结果显示,小鼠服用该型颗粒后,血清中的吲哚乙酸含量大幅提升。

“吲哚乙酸是色氨酸代谢的重要中间产物。我们通过临床研究发现,在阿尔茨海默症患者的血清和脑脊液中,吲哚乙酸含量明显低于同年龄段的健康

人群。”论文第一作者、江南大学博士生郭晓说,之后,团队深入研究了吲哚乙酸与大脑功能的关系。

据匡华介绍,团队研究发现,新型左手性颗粒经口服进入小鼠肠道后,能够调节肠道中的益生菌,促进色氨酸代谢为吲哚乙酸。

“我们利用同位素标记法,又证实了吲哚乙酸能够穿越血脑屏障,进入脑组织,改善脑部免疫微环境,抑制神经炎症,从而修复神经元功能。”匡华说。

胥传来表示,目前人类尚未找到能够彻底战胜阿尔茨海默症的药物。此次团队基于手性原理尝试干预肠道菌群,有望为治疗相关神经退行性疾病提供新思路。

苹果打蜡吃了会危害健康?

不用担心

苹果在正常生长过程中,表皮会自然分泌一层果蜡,对人体无害。苹果被采摘后一般也会进行人工打蜡处理,以防水分流失,解决表皮皱缩的问题,还能防止害虫的侵蚀,延长保存时间。正规打蜡不会对人体健康产生危害,如果实在不放心,可以选择把皮削掉或者用热水冲洗苹果。