

港城名医谈

咳嗽久了千万别忽视

□ 专刊记者 朱桂杰

每年的3月24日是世界防治结核病日,今年的宣传主题是:“你我共同参与,消除结核危害。”提起肺结核,它的另一个名称“痲病”,更令人印象深刻。

新闻再

近日有媒体报道,浙江许丽(化名)今年30岁,去年10月她怀孕了,这是许丽和丈夫的第一个孩子,全家人都非常开心。然而,怀孕没多久,许丽就开始轻微地咳嗽。起初她以为是感冒,为了保护肚中的胎儿,就硬扛着不吃

药。谁知咳了好几个星期也没见好转,于是只好去抓中药来服用。然而咳嗽还是如影相随,直到怀孕4个月,许丽扛不住了,来到医院就诊,经过检查,最终确诊为肺结核。因为许丽的病情较为严重,综合考虑下,医生为她中止了妊娠,开始积极治疗肺结核。

孕妇:孕前要做好检查

近日,记者采访了烟台市传染病医院呼吸科主任李学刚。李学刚介绍说,结核病是由结核杆菌引起的慢性传染病,可累及全身多个脏器,但以肺结核最为常见。目前,结核病尤其是耐药性结核病有增多的趋势。结核病的患者以中老年人为主,特别是城市中的青年人。

“今天想给大家提醒的正是这个特殊的人群——孕妇。”谈起前面提到的这个新闻事件,李学刚说。

他告诉记者这么一个例子,前段时间有这么一个孕妇,28岁,怀孕大约3个月的时候,开始发烧咳嗽。经过检查,是患上了肺结核。这时就出现了一个比较矛盾的场面,本着优生优育的原则,如果不进行治疗,这个病可能会传染给胎儿影响智力及身体发育,不用药,孕妇就会出现全身结核病扩散的情况,严重危及生命;然而,如果进行治疗的话,放射、药物可能会对胎儿产生较大影响。结合孕妇情况,医生建议她中止妊娠。可是她是一个特别倔的人,坚持要把孩子生下来,到后来肺结核扩散到胸

膜、双肺,她持续两个月高烧40摄氏度,持续咳嗽两周,特别危险。值得庆幸的是,她平安地把孩子生了下来,更值得庆幸的是,孩子没被传染上。后来,她经过两年的坚持,积极治疗,终于痊愈了。

李学刚说:“当然这是一个比较幸运的例子。一般来说,如果怀孕在3个月以内的,这是胎儿发育的重要时期,用药,我们会结合孕妇情况,建议中止妊娠。如果怀孕3个月以上的,孕妇身体素质较好,病情不是很严重,则会让孕妇边治疗边保胎。但用药治疗不能保证一定安全,因为孕妇还是有可能会将结核病传染给孩子的。一旦孩子感染结核病,其智力、发育等都可能受到影响。”

最后李学刚提醒各位,夫妻双方都要做好孕前检查。如果孕妇出现长期低热、咳嗽、食欲差等,应警惕是否为肺结核,尽快到医院排查。不要放松警惕,认为只是小感冒,为了保护肚中的胎儿,就硬扛着不吃药。

老人:免疫力下降发病率高

据李学刚介绍,肺结核高发,其中有两个重要原因。一方面,随着城镇化和经济快速发展,人口流动加剧,外来人口明显增多,这就使得肺结核传染的几率增大。李学刚解释说,肺结核的发病是由结核杆菌引发的,而结核杆菌潜伏在人体后,不一定马上发作,就是发作了,因为早期症状不明显,也不容易发现。当携带结核杆

菌的人,遭遇劳累疲乏、营养跟不上、环境不适应等,就容易引发结核病。另一方面,社会老龄化加剧,老年人抵抗力差,再加上基础疾病多,因此老年人的肺结核发病率就高。通常来说,老年人的基础疾病像糖尿病、高血压、心脏病等,会使老年人身体抵抗力下降,由此造成老年人对结核杆菌的免疫力下降,结核病也就越来越多。



症状:早期不明显 常被当成感冒

“肺结核防治的最大难点,就是它的早期症状不明显,而且与普通感冒很相似,很容易让人误以为是感冒。”李学刚说,临床上常常会遇到一些患者,等到咳出血了才来医院就诊,一般情况下,咳出血的话,病情就比较重了。肺结核早期不容易发现,就是因为症状不明显,其症状与感冒类似,主要

表现为连续咳嗽,咳痰2周以上,或痰中带有血丝。同时,还可能伴有胸痛、盗汗、午后低热、全身疲乏、食欲减退等其他常见的症状。“要是咳嗽超过两星期还不好,就需要谨慎了,若是伴有肺结核的典型症状,则需要到医院来检查有没有感染结核杆菌。”李学刚这样说。

治疗:肺结核可治 日常预防要当心

“当然,对于肺结核不必恐慌。只要坚持早期发现,规范治疗,90%肺结核患者是可以治愈的。”李学刚这样说。那么,日常生活中,我们该如何预防肺结核?“阻断传染源是关键。”李学刚说,及早发现病人及早进行治疗,以控制传染源,这是非常重要的。

他建议,生活中要勤洗手,

经常开窗通风,积极锻炼身体,提高身体的抵抗力;咳嗽打喷嚏要掩住口鼻,不要对着他人,不随地吐痰;平常要多晒一晒衣被,注意个人和室内环境卫生;不与结核病患者亲密接触。如果发现连续咳嗽,咳痰超过两个星期的人,应立即动员他去结核病防治专业机构检查,并按医生要求进行正规治疗。

专家简介

采访嘉宾:李学刚

烟台市传染病医院呼吸科主任

山东省防癌协会呼吸专业委员会委员,烟台市危重症专业委员会委员。从事呼吸系统结核病的临床诊治工作20余年,在呼吸系统疾病和结核病治疗方面具有丰富的临床实践经验,擅长肺部疑难病、慢性支气管炎及哮喘的诊断和治疗。在慢阻肺和呼吸衰竭的无创机械通气、胸腔积液和自发性气胸的微创胸腔置管、肺结核和耐药肺结核的治疗方面有独到的见解。近年开展科研课题2项,在专业刊物发表论文10余篇,参编专业论著2部。

营养宝典

春天吃这几种食物能润燥

春天气候干燥,人体水分易丢失,导致机体平衡失调,容易引起上火,那么防火吃什么好?以下推荐几种去火润燥食物,帮你远离春季上火烦恼。

1.牛奶

很多人认为喝牛奶会加重“上火”,引起烦躁,其实,牛奶不仅不会“上火”,还能解热毒、去肝火。

中医认为牛奶性微寒,可以通过滋阴、解热毒来发挥“去火”功效,而且牛奶中含有多达70%左右的水分,还能补充人体因大量出

汗而损失的水分。

需要注意的是不要把牛奶冻成冰块食用,否则很多营养成分都将被破坏。

2.大豆

大豆在滋阴、“去火”的同时还能补充被大量消耗的蛋白质。大豆的主要营养成分有蛋白质、异黄酮、低聚糖、皂苷、磷脂、核酸等。

大豆富含植物蛋白,可以增强体质和机体的抗病能力,还有降血压和减肥的功效,并能补充人体所需要的热量,可以治疗便

秘,极适宜老年人食用。

通导大便:大豆中含有的可溶性纤维,既可通便,又能降低胆固醇含量。

大豆异黄酮是一种结构与雌激素相似,具有雌激素活性的植物性雌激素,能够减轻女性更年期综合征症状、延迟女性细胞衰老,使皮肤保持弹性,养颜、减少骨丢失,促进骨生成、降血脂等。

降糖、降脂:大豆中含有一种抑制胰酶的物质,对糖尿病有治疗作用。大豆所含的皂甙有明显

的降血脂作用,同时,可抑制体重增加。

3.西红柿

西红柿尽管一年四季都可见,营养也很丰富。它同样可以清热解暑、平肝“去火”。

西红柿含有丰富的胡萝卜素、维生素C和B族维生素。

4.蜂蜜

《本草纲目》上记载,蜂蜜有“清热、解毒、润燥”等功效,是“健康长寿的妙药”。早上起床喝一大杯温蜂蜜水,对化解“春燥”很有好

处。

中医认为,蜂蜜味甘,入脾胃二经,能补中益气、润肠通便。春季气候多变,天气乍暖还寒,人就容易感冒。由于蜂蜜含有多种矿物质、维生素,还有清肺解毒的功能,故能增强人体免疫力。因此,在春季,如果每天能饮用1—2匙蜂蜜,以一杯温开水冲服或加牛奶服用,对身体有滋补的作用。

春季嘴唇干燥或脱皮时,可在睡前细心地让蜂蜜渗入嘴唇,再涂上护唇膏。几天后,嘴唇就可