

新生儿免疫能力并不弱

我们的免疫系统由不同类型的免疫细胞组成，包括中性粒细胞（抗感染的一线防御）、生产抗体的B细胞和靶标受感染细胞的T细胞。对于新生儿来说，感染是造成疾病死亡的主要风险。之前人们认为，婴儿的免疫系统不成熟，无法触发成年人那样的炎症应答。伦敦国王学院的研究团队认为，新生儿的免疫T细胞其实有能力触发对细菌的炎症应答。了解T细胞的这种活性，人们就可以想办法增强这些新生儿的免疫系统，为其进行更好的治疗。



生命观

齐鲁晚报

B02

2014年9月30日 星期二
编辑：徐洁
美编：宫照阳 组版：庆芳

病菌潜伏期会造成恐惧心理

(上接B01版)

本报记者 陈晓丽

有些病潜伏期就有传染性

传染病处于潜伏期的时候并不会出现相关疾病的症状，何况，在此期间，多数受感染的人不知道自己已遭受病毒侵袭，因此很难采取预防措施。那么处在潜伏期的传染病会不会传播给密切接触的家人和朋友呢？答案不是唯一的。专家表示，如果病菌在人体内的繁殖速度快，在潜伏期体内病菌达到足够多的数量时，就会传染别人，如果繁殖速度慢则不会。例如，荨麻疹、甲肝等在潜伏期就有传染性，也就是说接触荨麻疹和甲肝病毒携带者，可能会被感染。

不过，因此恐慌大可不必。感染病菌并不意味着一定会发病，很多人在潜伏期过后不会有任何症状，这种感染被称为阴性感染，这种人群被称为携带者，是否发病取决于被感染者自身抵抗力是否足够强大。

不少流行性疾病的传播有“大小年”的说法，说的是当某年暴发一次流行病后，该地区的人群就对这种病菌产生了很好的抵抗力，几年后，人们对该病菌的抵抗力会慢慢下降，可能将又一次导致这种流行病的暴发。这也可以解释为

“我被狗狗抓伤了，之后

发烧、喉咙痛、身体乏力、总感觉有东西爬，现在体温正常。怎么办？”网上类似的问题十分常见，更有甚者，无端怀疑自己患有艾滋病，多方求医检查没有艾滋病，仍然要求治疗，每每谈及所患症状则痛不欲生，出现失眠、心悸、出冷汗、头昏等症状。

专家提醒，虽然个别病例显示某些感染性疾病的潜伏期较长，但这不具备普遍性，潜伏期长短、是否发病因人而异，如果难以排解恐慌情绪，可到专业心理咨询处寻求帮助予以缓解。

被注射狂犬疫苗的狗咬伤仍需打针

被动物咬伤后正确及时地处理伤口，是防治狂犬病的第一道防线，如果及时对伤口进行了正确处理，并进行抗狂犬病治疗，则可大大减少发病的危险。

在日常生活中，一旦不小心被狗等动物咬伤，应立即用肥皂水清洗伤口，并以大量的流动水冲洗，以减少身体吸收病毒的数量，家里如果有备有碘伏，可在彻底清洗后涂于伤口处，然后，尽快前往狂犬病疫苗注射门诊注射疫苗。

如果狗已经接种过狂犬病疫苗，人被咬伤后是不是就无需接种疫苗了？医生表示，狗接种过疫苗只是说明狗身上有抗体，不会因感染狂犬病毒引发狂犬病，但是并不代表咬人后人体不会感染，还需要及时接种疫苗。

在日常生活中，为了减少我们被病菌侵袭的机会，还应该养成良好的生活习惯：勤洗手，包括手掌、手指、手腕和手臂部位，每次洗手时间应在15秒以上，特别应

注意佩戴戒指、手表等部位；可选择肥皂或洗手液，但是平时应注意将肥皂保持干燥，否则肥皂自身就会滋生细菌；注意饮食卫生，外出时选择干净的地方就餐，肉类食品应烹饪至熟透再食用；在流感流行的时候外出尽量不要到人群密集的场所，要佩戴口罩；家里应定期通风，如果有感冒的病人可以用醋或者艾叶熏一熏，减少空气中的病菌；对于长期患有慢性疾病、身体抵抗力特别差的人，可以根据专业医生的建议，在不同季节注射相关预防性疫苗。

外来病菌与人体自身的抵抗力是矛盾的关系。其实，避免感染流行病菌的最好办法就是提高自身抵抗力，平衡饮食，多摄入新鲜应季的水果和蔬菜，注意保持规律的作息习惯，早睡早起，同时多参加户外活动和体育锻炼，可以提高自身抵抗力。同时，在接触相关流行病传染源后，应配合医生进行医学观察，避免传播给亲友。

医人说医·中医

寒凉咳嗽可用小青龙汤

德州市中医院 杨京慧

当下，天气渐渐寒凉，已很有秋天的气息，加上之前酷夏之际很多人空调寒凉感受较多，皮毛闭塞，致如今时病频发。小青龙汤治疗感受寒凉引起的咳嗽当首选良方。在临床行医中，我用小青龙汤治疗这类疾病取得较好的疗效，现推荐给大家。

经方“小青龙汤”出自张仲景《伤寒论》，有文曰：“伤寒表不解，心下有水气，干呕发热而咳，或渴，或利，或噎，或小便不利、少腹满，或喘者，小青龙汤主之。”有人认为方中麻黄色青似青龙，故名小青龙汤，还有人认为方

中主药桂枝、甘草其色青而得名。其实，本方名小青龙汤，寓意其有疏表解郁的作用。

我接诊过的一位27岁女士，感冒咳嗽20天。自述20天前因外出检查，受寒感冒，恶寒发热，咳嗽，自服感冒药后恶寒发热症状缓解，咳嗽不愈。在个体门诊静脉点滴头孢三嗪3.0g/日共7天症状不见好转，于是来诊。症见咳嗽夜间加重，咳吐少量白痰，并影响睡眠，饭食尚可，大小便正常，舌淡红，苔薄白，脉浮紧。

我判断其证属寒邪束表，肺失宣降，予以解表散寒，温肺化饮小青龙汤治之。

具体方药：麻黄9g、白芍药15g、细辛6g、干姜9g、炙甘草9g、桂枝15g、五味子6g、清半夏10g。3剂，水煎服，日1剂。服药1剂夜寐安，咳嗽减半，3剂而愈。

该方由8味中药组成，其中麻黄、桂枝发汗散寒以解表邪，且能宣肺平喘，气化水饮；干姜、细辛温肺化饮，兼助麻、桂解表祛邪；五味子敛肺止咳、芍药和营养血，与辛散之品相配，一散一收，既可增强止咳平喘之功，又可制约麻黄、桂枝温燥太过之弊；半夏燥湿化痰，和胃降逆；炙甘草益气和中。

小青龙汤功效即为解表散寒、温肺化饮，主治外寒里

饮之证，是治疗外感风寒，寒饮内停喘咳的常用方。在临床上，恶寒发热，无汗，喘咳，痰多而稀，舌苔白滑，脉浮为辨证要点。只要见到上述症候，应为首选治疗方剂，并能取得很好的疗效。

如在炎热酷暑汗孔开泄之际，长时间感受空调寒凉，或者秋冬季节感受大自然寒凉之气侵袭，致风寒束表，皮毛闭塞，卫阳被遏，肺失宣降，用小青龙汤药后便使风寒在体表外解。建议医者知之用之，为疾者解除痛苦。普通患者也应当多了解日常养生保健常识，勿冒寒凉，遵循“天人相应”的大道，保持一个健康的体魄。

头条链接

国庆去广东游玩 需防登革热

最近，广东省已经出现了登革热的发病高峰期，登革热属于流行性疾病，潜伏期非常短，只有3—14天。据广东省卫计委通报，截至9月25日零时，广东省确诊病例8273例，广州报告病例已达6986例，超过1995年历史最高点。专家表示，在未来两个月时间，如果控制不好，疫情将进一步蔓延。

登革热是由登革病毒引起的急性病毒性疾病，通过蚊虫叮咬在人群中传播，人与人之间不会直接通过呼吸道、消化道或接触传播。如果已经感染登革病毒，无论是处于发病期还是潜伏期，如果蚊子叮咬感染病毒者再去叮咬其他人，就可能会传播疾病。对于登革热，目前暂时没有有效的预防疫苗，因此，预防登革热的重点在于防蚊灭蚊。

由于蚊虫容易在小面积的积水中共生，例如室内盆罐、花瓶、厨房以及浴室的积水里。因此，搞好环境卫生、及时清除积水，填平洼地是减少蚊虫滋生、预防登革热的最好办法。

同时，如果出现登革热的相关症状，应及时前往医院检查确诊，以便早发现早治疗。登革热的症状表现包括：突发39℃以上高烧，并伴有恶心、呕吐、乏力等症状；剧烈的头疼、关节痛、全身酸痛等；在出现相关症状3—4天时，可发于四肢、面部、颈部等全身各个部位的皮疹。

专家表示，由于气候原因，登革热主要在南方地区流行，北方地区较为少见。十一长假马上来临，计划到广东或者其他登革热流行地区旅行、走亲访友时，建议尽量穿着长袖衣服及长裤，在外露皮肤上涂抹驱蚊药物；休息房间尽量使用蚊帐等；避免在蚊虫较多的草丛、树林等阴暗处逗留过久；尽量少去洼地积水较多的地方。

本报记者 陈晓丽

摆摊卖食品 也要亮证经营

本报泰安9月29日讯（记者 李钢）29日，全省中小学校周边食品店、餐饮店、食品摊贩经营管理规范工作全面启动，全省中小学校周边200米范围内的食品店等都要亮证经营，哪怕是食品摊贩，要在校园周边200米内卖食品也要先办证，纳入监管，以确保中小学生的食品安全。

“其实，我们早就想办个证什么的，这样人家买着吃更放心些。”在泰安市肥城市一中等几所学校门口卖寿司多年的石女士说。如今她摆摊用的车子上多了一个食品经营实名备案证，上面有她的姓名、经营范围以及健康证，同时还公示了她所使用的食品原料。

29日，全省农村食品市场专项整治现场会在泰安肥城召开，作为专项整治内容之一的学校周边食品安全整治也在全省全面铺开。

据介绍，为确保学校周边食品安全，我省规定全省中小学校周边200米范围内，面向学生经营的食品店、餐饮店和食品摊贩要全部纳入规范、监管范围。在此范围内的食品经营业户必须达到一定标准。我省规定，食品店必须持有食品流通许可证，餐饮店必须持有餐饮服务许可证，所有从业人员必须持有健康证。同时要求经营者，必须将食品流通许可证、餐饮服务许可证、实名备案证、健康证悬挂在经营场所醒目位置。