

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。

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,说的就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,几年过后,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

什么有些传染病容易欺负“外来户”,就是因为外地来的人对这种病菌的抵抗力较弱。虽然接触相关危险因素后不意味着一定发病,但是由于潜伏期的存在,特别是潜伏期较长的几种感染性疾病,导致部分人群产生了恐惧心理,例如“恐艾滋”、“恐狂症”等。恐艾滋是对于艾滋病恐惧症的简称,恐狂症则是对于狂犬病恐惧症的简称,这些心理问题给不少人带来了严重的负担。“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,如果难以排除恐慌情绪,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与盾的关系。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为首选良方。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,并能够取得很好的疗效。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。

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

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滋生,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,可发作于四肢、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蚊虫药物;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。