

壹点问医

戊肝由于发现和命名较晚,不像甲肝乙肝丙肝一样被大众所熟知。然而,正是由于缺乏足够了解,社会大众对戊肝的防护意识普遍不强。事实上,戊肝病例并非罕见,甚至就在你我身边。



同染乙肝戊肝病毒,闯了回“鬼门关”

专家:接种疫苗是预防戊肝最经济有效的方式

记者 陈晓丽

同染两种肝炎病毒 住院56天病情才趋稳

住院56天,花费数万元,从普通病房到重症病区,在医护人员全力救治下,54岁的李先生病情终于趋于稳定,不过尚未康复。

“患者曾出现严重的肺部感染和腹腔感染,并且仍有少量腹水,预计完全康复还需要一个月左右。”李先生的主治医师、山东省公共卫生临床中心肝硬化一科主任俎燕会表示。

两个月前,李先生突然发现自己尿色加深如浓茶,伴有全身乏力、恶心呕吐症状,便来到山东省公共卫生临床中心就诊。经过询问病情及查体,俎医生已经心中有数。随后的检查结果印证了她的初步判断:戊肝抗体IgM阳性,属于急性戊型肝炎,同时患者还有近十年乙肝病毒感染史,一直未治疗。

由于在慢性乙肝基础上感染戊肝,两种病毒同时活动,李先生肝功能严重受损,转氨酶达到1800u/L(正常值范围为0-40),黄疸超过200 μmol/L(正常值范围为0-17)。

当天李先生便住院治疗。尽管医护人员给予抗病毒和保肝治疗,李先生的病情仍逐渐

加重。住院20天左右,李先生的黄疸已增至450 μmol/L,并出现腹腔感染和腹水情况。

“我们为其进行抗感染治疗后,病情有所缓解,但随之出现了肺部真菌感染。”俎燕会介绍,病情最严重时,患者血氨升高,出现了轻微肝性脑病症状,考虑并发症较多,便转入重症病房继续救治。

目前,经过近两个月治疗,李先生的病情已经趋于平稳,肺部感染得到控制,腹水减少,黄疸下降到200 μmol/L左右。

老人、孕妇等人群 感染戊肝病情较重

“戊肝是一种比较常见的病毒性肝炎,近年来发病率有增加趋势。”俎燕会介绍,戊肝病毒主要通过消化道传播,往往是进食了被污染的食物,包括未彻底煮熟的牛羊肉和海鲜、没有清洗干净的瓜果蔬菜以及饮用被污染的水源等。

戊肝病毒存在四种基因亚型,在我们国家流行的主要是4型。“4型戊肝病毒是一种人畜共患病,许多动物像猪、牛、羊等都可能携带这种病毒。”俎燕会表示,假如日常生活中,进食未煮熟的肉类,或者生食和熟食餐具厨具没分开,戊肝病毒就可能污染直接入口的食物。

人体感染戊肝病毒后,多数人症状不重甚至可能是隐性

感染,没有明显的临床表现。但是,部分患者会急性发作,出现明显的消化道症状甚至全身症状,如发热、乏力、黄疸等,严重者甚至会出现肝衰竭导致死亡。

哪些人容易加重呢?首先是患者存在慢性肝病的基础,例如慢性乙肝、酒精性肝炎甚至肝硬化等,感染戊肝病毒后容易转为重症肝炎,住院时间长,病情比较复杂,治疗比较困难,甚至有生命危险。

李先生就是乙肝合并戊肝感染的典型病例。俎燕会解释:“在慢性肝功能损害的基础上,感染戊肝病毒后,肝脏各项功能都会受到影响,原有病情迅速加重,相当于二次打击。”

“其次是老年人,尤其是有慢性基础疾病的老年人,抵抗力比较差,感染戊肝病毒后病情也比较重。”前不久,俎燕会接诊了一位感染戊肝病毒的69岁老人,由于老人患有高血压和糖尿病,常年服用降压药和降糖药,感染戊肝病毒后,病情非常重,总胆红素升至360 μmol/L,住院近一月,才好转出院。

俎燕会提醒,孕妇感染戊肝病毒后,很可能出现流产、死胎等情况,特别是在孕后期感染,病死率明显提高,尤其需要注意预防。

接种戊肝疫苗 是最经济有效的方式

孩子开学家长焦虑 学会“自我管理”很重要



记者 张如意

孩子能不能适应集体生活?上课能不能坐得住,跟不上?新学期伊始,部分新生家长陷入到“开学焦虑”中。医生表示,这种以“过度关心”为表现的焦虑最应该克服,父母也需学习“自我管理”。

孙女士的儿子是一年级新生。新学期开学,孙女士就加入班级微信群,几天下来,就感到有些“受不了”。“每天早上6点多微信群就有动静,一直到晚上11点多,上班时都得心挂着,不看又不行,万一老师布置任务错过了怎么办?”

除新生家长外,老生家长也会焦虑。家长王女士承认每到女儿开学就焦虑,一

俎燕会表示,像李先生这样的戊肝案例,临床并非罕见。对戊肝来说,还没有特效药物,临床只能对症治疗为主。

如果能够早期发现,早期治疗,预后还是比较好。一旦出现急性或亚急性肝衰竭,又缺少人工肝等手段,总体病死率要明显升高。

“接种疫苗是预防疾病最经济、最有效的方式。我国在全球范围内率先研发并上市了戊肝疫苗。”俎燕会表示,戊肝疫苗适合16周岁以上人群接种,目前推荐0、1、6月的接种程序,保护率几乎达到100%,保护性抗体可持续30年。

俎燕会提醒,对于高危人群,比如备孕的女性,有慢性病的中老年人,经常外出旅游、在外就餐人群等,可以提前接种戊肝疫苗,能够有效防止戊肝病毒感染。

日常生活中,要做好个人卫生,生食熟食餐具要分开,肉类要加热到70℃、30分钟以上,蔬菜水果一定要清洗干净;外出旅游,更要注意饮食卫生,饮用干净水。患者餐具要和家人分开,防止交叉传染。

“戊肝一般是急性发病,需要及时就医。如果延误治疗,病情可能会迅速加重,导致不良后果。”俎燕会表示,“良好的生活习惯,提前预防的理念,还有发病后到专业医院就诊,是防治戊肝最重要的措施。”

生活课堂

每天早晨 用清水洗鼻好不好

首都医科大学附属北京同仁医院变态反应(鼻过敏)科副主任医师余文煜介绍,冲洗鼻子本身是有好处的,但一定要讲究冲洗方式,不同物质在鼻腔里面的作用是不一样的。比如说清水,对于鼻腔黏膜有一定刺激作用,不符合人体正常的鼻部生理环境。

我们要选取经过研制的,适合于鼻腔内环境的液体去冲洗鼻腔,单纯用清水或自己随意调配盐水去冲洗鼻腔是有害的。更不可用纯净水,它的伤害比自来水还要大。

防秋燥喝“白玉润燥汤”

中国中医科学院中医门诊部中医内科主任医师张卫介绍,秋天以干燥为主,燥邪伤肺就会引起肺津伤,表现为口唇干燥、起皮或者干裂。肺津伤进一步会引起胃中的津液不足,出现口干口渴、大便秘结、烦闷等症状。

推荐“白玉润燥汤”,润肺养阴、生津止渴,对于秋天口唇起皮、干裂有很好的缓解效果。15克梨、9克百合、15克玉竹放入水中煮,煮完后加入适量甘蔗汁即可饮用。

醋能软化血管吗?

这一说法没有科学依据。醋吃进去要经过消化吸收,并不是原封不动地直接入血。而且人体具有强大的缓冲体系,醋会参与人体正常代谢,但是体内的酸碱环境不会轻易受到影响。

对于被确诊为高血压、动脉硬化的患者,不能一味相信偏方,要根据医嘱注意合理饮食、适量运动、保持心态平衡,才能科学有效地控制病情。研究表明,醋能减缓血糖的上升速度,特别是对糖尿病患者控制餐后血糖有较好效果,但切勿用喝醋来代替吃降糖药。

猛然回头,血管易堵

猛然回头、转身,动作剧烈,易使斑块脱落,堵塞血管,使大脑缺血。轻者会出现头晕等不适症状,严重时诱发心脑血管病的急性发作,甚至出现失明、失语、半身不遂等严重脑梗死症状。

尤其是有颈椎病、高血压、骨质疏松等疾病的老年人,快速转头还可能导致身体失衡,进而跌倒。老年人需要转头时,应该有意识地放慢速度,避免幅度过大,也可以多用转身代替转头。

长期食欲不振 可能是心脏问题

首都医科大学附属北京安贞医院消化内科主任医师张杰介绍,说到食欲不振,不少人首先想到的就是消化系统是否有问题,但食欲不振不一定是消化系统问题,还可能是心脏疾病。

当心功能不全时,胃肠道供血不足,会导致消化能力下降,引起食欲不佳;另一方面,胃肠道内血管的淤血会抑制食欲。此外,严重心脏病时,身体会释放一些物质,成为炎症因子,也是造成食欲下降的原因;部分症状不典型的心肌梗死患者,有时出现的唯一不适就是食欲下降。

大麦茶适合四季饮用

中国中医科学院中医门诊部主任医师杨威介绍,大麦茶比较平和,适合四季饮用,健脾消食,对体质也没有特殊要求。

天气热时更适合放温了喝,天气凉时更适合趁热喝。大麦茶的主要作用是消食导滞,因此建议在进食较多肉类、吃火锅、或聚餐后饮用,能够帮助消化。平时营养过剩造成肥胖、便秘、痤疮以及消化不良等患者,可以服用一段时间大麦茶。 小健



扫码下载齐鲁壹点 找记者 上壹点

编辑:于梅君 美编:马秀霞 组版:颜莉