

感染新冠病毒后一直咳嗽

“肺都要咳出来了”，有必要拍CT吗？

近日,有网友表示感染新冠病毒后“肺都要咳出来了”,也有网友疑惑不停咳嗽会不会导致肺炎?有必要去医院拍个CT吗?

多位医生表示,不是所有“阳”过的人都要做肺部CT,对于大多数轻症患者来说必要性不大。但老年人和基础病患者要特别小心,出现危重症情况需要做肺部CT。

“肺都要咳出来了” 需要去医院拍CT吗

复旦大学附属中山医院重症医学科主任钟鸣介绍,如果单纯是刺激性的干咳,并不代表有肺炎。因为如果有肺炎的话,还有气急、胸闷这种感觉。

上呼吸道感染,是上呼吸道的一个炎症和损伤的过程,很容易感觉到有异物感,容易咳嗽。炎症的消退和上呼吸道受损黏膜的修复需要时间,在修复之前可能一直会干咳,这都是很常见的,所以短时间可以等待自愈。如果咳嗽非常明显,影响到生活质量、睡眠、日常工作,可以用一些镇咳的药

去缓解症状。

但需要提醒的是,有时候急性炎症如果没有完全修复好,会变成上呼吸道的慢性炎症,咳嗽会变成很迁延的症状。建议在转阴的这段时间里,也要有规律的作息,让身体保持在比较好的状态,尽量去修复之前损伤的部位。也不是鼓励完全卧床,适当的运动加上营养,有利于康复。

如果咳嗽伴有痰,每次都有很多痰,这可能就不仅仅是上呼吸道炎症的问题,还可能涉及到支气管或肺部,特别是咳出来大量的黄浓痰时,建议要到院去看。

大多数轻症患者 拍CT必要性不大

湖北省第三人民医院的刘之枫医生表示,新冠肺炎重症患者建议拍CT检查,明确到底有没有病毒肺,而对于大多数的轻症患者来说,做CT的必要性不是很大。

福建中医药大学附属第三医院肺病科副主任医师罗斌表示,不是所有“阳”过的人都要做

肺部CT。

绝大多数“阳”性患者是轻型或普通型的,可表现为发热、乏力、咽干、咽痛、鼻塞、流涕、咳嗽等上呼吸道感染症状,并无累及肺部。因而,无需特别检查肺部。

而对于“阳”康的患者,即症状明显好转或无明显症状、自测抗原连续两次阴性(两次检测间隔大于24小时),更无需做检查,即使肺部有一点感染,也会慢慢自愈。

老年人和基础病患者 危重症要做肺部CT

罗斌提醒,对于部分患者,特别是老年人和有基础疾病(如慢阻肺、支气管疾病、肺癌、心衰、肾衰)的患者,要特别小心,可能会出现危重症,这时候做个肺部CT就非常有必要。

这类患者家里最好自备一个血氧监测仪,若血氧饱和度低于93,就应及时就医检查。如果没有备的话,也可以观察症状,如果高烧超过3天,呼吸急促,每分钟大于30次,说明肺功能

下降,应及时就医,否则很容易转成危重症。

咳嗽是疾病的症状 本身不会引起肺炎

武汉市中医医院肺系病科副主任医师卢丽君表示,咳嗽和肺炎是不同的概念,咳嗽仅是疾病的症状,不是一种疾病,咳嗽可以由各种原因引起。咳嗽本身不会引起肺炎。当病毒细菌等病原体仅累及上呼吸道还未累及下呼吸道时,通常就会出现咳嗽症状。而当炎症累及下呼吸道就可能发展成为肺炎。咳嗽本身也是肺炎最常见的临床表现之一。

如果出现痰中带血、夜间(或改变体位时)咳嗽加重,咳大量黄脓痰,或者再次发热,气短、呼吸困难、胸痛等原有症状明显加重,以及咳嗽超过2周时,建议去医院就诊。

怎么判断自己是 无症状、轻症还是重症

钟鸣介绍,其实无症状从字

面意义就知道,得了新冠后没有感觉到任何症状,就是无症状。任何的症状,比如发热、咳嗽、咽痛,都叫有症状。

根据症状的轻重包括是否进展到肺部,病人分成轻型、普通型和重型、危重型。

一般来讲,症状都在上呼吸道,比如说只有发热、咽痛、咳嗽、鼻塞、流鼻涕,没有肺部影像学改变,也没有其他的低氧或者其他器官功能不全的表现,这些都归为轻症。

但在有这些上呼吸道症状的同时,如果有肺部浸润的肺炎表现,比如CT上看见毛玻璃样的改变,证明是有病毒性肺炎的存在,这时就是普通型。

如果肺炎的范围进一步扩大,有低氧血症,比如说血氧饱和度和度低于93,或者有呼吸频率大于每分钟30次,或者有明显的胸闷、气促症状,或者有其他器官功能的恶化,我们都把它归为重型。

病人需要一种或多种的器官和生命支持手段,这些病人就归为危重型。

据《北京日报》

父亲带厌学儿子骑行9000公里磨炼意志

“我没唬住他,反把自己累够呛”

因为处在叛逆期的儿子厌学,江苏连云港的一位父亲老唐带着15岁的儿子小唐骑行中国,以此来磨炼孩子的意志。

今年5月,父子俩从连云港出发,一路跋山涉水骑行了9000公里,近日才回到家中。

他们的骑行故事激励了众多网友,很多人留言:“为小唐的蜕变之旅点赞。”记者联系到这对父子老唐和小唐,听他们分享了这段特殊的骑行经历。老唐说:“这次骑行后,我和儿子都有了很大改变。我以前为了赚钱忽略了他的成长,一路上逐渐发现了儿子原来有很多优点。”小唐也表示,这次骑行之旅让他有了很多成长,更理解父亲了,接下来想回学校好好学习。

“我没唬住他,反而把自己累得够呛”

37岁的老唐是江苏淮安人,目前和家人在连云港生活。因为只有初中学历,他20岁时就外出打拼,成家后有了大儿子小唐。为了事业发展,老唐把小唐留在爷爷奶奶家,让两位老人帮忙照顾。老唐说:“我不在他身边,爷爷特别宠他,他整天抱着手机玩游戏,学习成绩一落千丈。”

小唐读初中后,老唐把儿子接到身边抚养。对于小唐,老唐恨铁不成钢,“他特别不听话,总是在学校里惹事。我们和他沟通,他虽然嘴上答应了,但过了半天便会忘得干干净净”。在学校小唐经常惹事,老唐每月都因此被老师叫到学校两三次。老唐很生气,而他的教育方式就是把小唐打一顿,越是如此,小唐的叛逆心越重。后来,老唐和妻子商量,想让儿子休学一段时间。

也正是在这段时间,老唐



父子俩在骑行途中

看到了短视频平台上的骑行故事,便有了带着儿子骑行的想法,想以此磨炼儿子的意志。老唐问儿子:“我们出去骑行吧?”小唐没有犹豫:“可以!”在小唐看来,只要不去上学,做什么事情都可以接受。谈到当时的想法,小唐告诉记者:“骑行有那么难吗?不就是后面背一个大包,然后骑自行车吗?我立马答应了,就想证明给我爸看,我虽然学习不好,但做事情可以坚持下来。”

就这样,今年5月,老唐和小唐骑着自行车出发了。老唐提前做好规划,他们从江苏连云港出发,进入安徽、湖北,然后一路骑行到陕西安康的爷爷奶奶家。老唐一路上也尽量多和儿子沟通。

“我本来想吓唬他,但是没把他吓唬住,反而把自己累得够呛。”老唐告诉记者,他原本是想用骑行的劳累吓唬儿子,“骑行要携带五六斤重的东西,一路上风餐露宿,我想孩子一定吃不了苦,最多骑行一个礼拜就会嚷嚷着回去,没想到他坚持下来了。”

一路跋山涉水 孩子想证明自己行

每天早上八九点,老唐会喊儿子起床,然后收拾东西开始骑行,等到下午五点才会结束骑行,找个就近的公园在里面搭帐篷休息。

老唐原以为小唐很快会坚持不住,没想到小唐的表现却超出他的预料。刚开始,小唐确实不适应骑行的生活,尤其是车上携带的重物,让他每骑一会儿都感到吃力,但小唐没有轻易放弃,而是咬咬牙骑着自行车上坡、爬山……如果道路平坦,他们每天能骑行七八十公里,到了山区,他们每天就只能骑四五十公里。实在骑不动了,小唐会推着车子往前走。小唐对记者说:“既然爸爸带我骑行,我就要让爸爸看看,我是一个厉害的小男孩,想证明自己行。”

在西藏昌都,老唐和小唐在7个小时里顶风推行了39公里。高原的风吹到脸上如刀割一样。小唐弯着腰咬着牙吃力地推着

自行车,硬是没让父亲帮一点忙。

在青海格尔木市,老唐和小唐在冰雹中穿梭。瘦小的小唐穿着一件黑色雨衣,雨衣上尽是冰雹和雪。小唐的手冻得通红,但还是不愿意停下脚步。老唐此时却有点想家了,惦记着家里的妻子和两个女儿。老唐说,小女儿现在17个月大,“我们出来骑行时,她刚满周岁,还不会走路,现在都会跳舞了”。

父子两人在骑行中 重新认识对方

老唐称,骑行之初,小唐不太听话:“他骑自行车像玩一样,这儿晃一下,那儿晃两下。因为路上危险,我就吼他,让他靠边骑。讲了好多遍,他还是不听。”随着相处时间久了,父子两人对方都有了新的认识,发现双方都在慢慢转变。在小唐的印象中,老唐的脾气不太好,经常发火。但在骑行中,小唐发现了父亲的另一面,“他原来对我还是挺关心的,我要吃什么,他就给我做什么”。

有一天晚上,老唐和小唐住在帐篷里,他们只有一大一小两床被子。那天突然下起大雨,帐篷淋湿了,地上到处是水。老唐把两条被子和大多数的衣服都盖在小唐身上。小唐看到后说:“那你呢?”老唐轻声回道:“没事,我有一件外套就行了!”

望着身上淋漓雨水的父亲,小唐内心无比愧疚,眼角流下了泪水,“突然感觉到爸爸的不容易”。

一路走来,两人有了更多的聊天话题。小唐告诉记者,以前和爸爸说话的时候他都特别严肃,往往都是在批评自己。这次骑行中,他们经常聊天,有时候

能连续聊两个小时。

小唐笑着说:“他一般都会和我聊长大以后的事情,还会聊什么工作辛苦,什么工作不辛苦。”

7个月骑行9000公里 计划明年骑行全国

经历过此次骑行,小唐感受到了世界之大,也领悟到很多书本上学不到的知识,“我敢和别人说话了,以前在家看到陌生人不敢说话,现在变得更加开朗了”。每次在路上遇到徒步者,小唐总会走上前和他们交谈。老唐说:“很多朋友在和儿子聊完后,他们都会告诉我儿子的优点,会给他竖起大拇指。”

老唐告诉记者,他们目前已经骑行了9000公里,走过了江苏、安徽、湖北、陕西、四川、西藏、青海、甘肃、贵州等地。但因为疫情影响,耽误了3个月的行程,导致今年并没有完成骑行中国的梦想,计划明年再骑行去广西、海南,然后从海南一直往北,最后再去新疆。

这段时间里,老唐也一直反思自己的问题,“儿子不听话,不仅是他的问题,也有我的问题。我不分青红皂白就打他,这也导致了他的叛逆,他才在学校里不听话”。

回到家后,老唐明白了,孩子的教育不是打出来的,一定要用心陪伴,“以前是我忽略了他的想法,总想用父母教育我们的方法来教育孩子。但时代不同,孩子的性格也不同,不能用同样的方式教育我们的下一代”。

小唐也想继续和爸爸一起骑行,“感觉爸爸教我的东西比之前学到的东西多很多”。

据《扬子晚报》