

# 发烧4天,36岁女子离世

医生提醒:39摄氏度以上持续高烧要警惕

2023年12月24日,知名财经媒体人罗琦因突发重症肺炎去世。据了解,罗琦曾在第一财经工作,之后担任新浪财经香港站站长。

36岁正值盛年,从发现发烧到去世仅4天时间,大众在为罗琦惋惜的同时也感到震惊。发烧可能急转直下会引起重症肺炎迅速致人死亡吗?在呼吸道疾病高发的当下,什么样的高烧需要警惕?



## 1 发烧只是身体的一种反应,单纯的发烧不会致人死亡

“肺炎合并休克或肺炎患者需要使用呼吸机进行呼吸支持,又或是肺炎合并休克的同时需要使用呼吸机进行呼吸支持,就属于重症肺炎,因重症肺炎被收治进重症监护室的患者死亡率可高达30%—40%。”浙江大学医学院附属邵逸夫医院重症医学科主任周建仓说,从目前已经公布的消息来看,罗琦从发烧到去世仅4天,确实很可怕。因罗琦就诊及抢救的具体过程我

们尚不清楚,不适合贸然加以分析,但大家需要知道的是,发烧是重症肺炎的一种表现,它不是一种病,只是身体的一种反应,更不能理解为单纯的发烧会致人死亡,这是大错特错的。

大部分重症肺炎患者本身就有一定的基础疾病或者免疫力较低下,如老年人和儿童。同样的病毒,同样的病毒载量,在一个正常成年人身上可能症状较轻,甚至没有症状,但对于有基

础疾病或免疫力底下的人来说,这可能就是“导火索”。

最近流感高发,人群普遍易感,即使还年轻或是平时身体很好,也有一定概率感染。

如果在流感的基础上合并其他的细菌或者病毒感染,病情就可能比较严重。当然,即使得了流感,发展成重症肺炎的依然是非常少数的一部分人,大家不用担心。

## 2 什么样的发烧要警惕,早期识别很重要

相比无谓的担忧,如何早期识别自己是普通的发热,还是较为严重的情况,以便尽早就医更为重要。

发烧的时候大家都会难受,一旦烧退了之后又生龙活虎,这就没什么大问题,但如果是39摄氏度以上持续

不退的高烧,同时伴有全身乏力、胸闷气急、小便变少、晕厥等症状,就一定要及时就医处理。

临床上也有部分重症肺炎的患者在早期没有及时或者正确处理,耽误了病情,等到全身多个器官、多个系统

出现问题,再救治起来难度就很大了。

医生提醒大家,在面对疾病时,都说要加强锻炼,提高免疫力,但在感染流感后及恢复期间,不要过于劳累也不要剧烈运动,给身体一个恢复时间。

据极目新闻

# 乳腺自检和乳腺X线检查的重要作用

沧州中西医结合医院东院区外一科 刘家斌

乳腺自检和乳腺X线检查,是预防乳腺疾病和及时发现乳腺问题的重要手段。通过了解其重要性,可以帮助女性更好地保护自己的健康。提倡女性定期进行乳腺自检,同时,根据医生建议,开展定期的乳腺X线检查,有助于早发现、早治疗乳腺问题,降低乳腺疾病带来的风险,维护女性的身体健康。

## 乳腺自检的重要性

**发现潜在问题** 通过定期自我检查乳房,女性可以更早地发现乳腺中可能存在的异常情况,如肿块、疼痛、皮肤变化以及乳头溢液等。这些异常情况,可能是乳腺癌或其他乳腺疾病的早期征兆。早期发现乳腺疾病可以大大提高治疗成功率,帮助医生选择更加有效的治疗方案,从而提高存活率并改善预后,并及时发现潜在问题,还能减少治疗过程中的痛苦和不适,避免病情恶化所带来的身体和心理压力。

**自我了解** 通过乳腺自检,女性能够更深入地了解自己的身体,加深对乳腺健康的认识,从而学会关注自己的身体。这种自我了解有助于促进对身体健康的重视,使女性更容易发现并改正不良生活习惯,例如饮食习惯、睡眠管理以及心理健康等方面的问题。通过定期自我检查,女性可以

建立起对自身健康状况的感知和关注,让她们更积极地参与到自身健康管理中来,为保持健康状态做出更多的努力。

**自我控制** 乳腺自检让女性能够更全面地了解自己乳腺的基本状况,包括常规触诊和观察乳房的形态特征。这种自我控制的方式,能够让女性更积极地响应身体的信号,及时发现任何乳腺变化或异常。

此外,积极主动地进行乳腺自检,可以提高女性对自身健康的信心和掌控感,使她们更愿意与医生或专业人士进行沟通,提高治疗的合作度。通过自我控制,女性可以更加主动地参与到乳腺健康管理中来,并且能够在治疗过程中更有效地配合医生的指导,从而达到更好的治疗效果,更好地维护自己的健康。

## 乳腺X线检查的重要性

**早期发现乳腺问题** 乳腺X线检查的重要性在于其能够帮助医生在无症状的情况下发现乳腺问题,特别是在早期发现可能存在的乳腺癌病变。早期发现乳腺问题,对患者的预后及治疗效果具有巨大的影响。一旦乳腺问题得到早期发现,医生可以更迅速地采取相应的治疗措施,如手术、放疗、化疗或靶向治疗等,以便更有效地控

制疾病的发展,从而提高患者的生存率和改善其生活质量。

**高风险人群的重要性** 针对部分存在家族乳腺癌史等高风险人群,进行乳腺X线检查显得尤为重要。这类人群因天生的遗传因素或环境暴露等原因,患乳腺癌的风险较其他人群更为突出。定期进行乳腺X线检查,可以帮助医生及早发现可能存在的问题,并展开精准的监测和干预措施。这种早期干预能够有效降低患者患病风险的可能性,提供更加全面的健康保障,确保其身体的健康状况。

**对于已经出现乳腺异常的重要性** 对于已经发现存在乳腺异常的女性,定期进行乳腺X线检查变得极为重要。这样的检查可以帮助医生随时了解病情发展的状态,及时评估治疗效果,并根据实际情况做出相应的治疗调整。

通过定期的跟踪检测,医生能够及早发现疾病的变化和进展,以便为患者提供更及时、更个性化的治疗方案。及时发现并采取措施,有助于提高患者的康复机会,最大限度地保护患者的健康,同时,避免病情的进一步恶化。因此,对于已经发现存在乳腺异常的女性,定期进行乳腺X线检查是非常重要的,可以为她们提供更好的治疗与照顾,最终帮助她们恢复健康。



## 睡前吃夜宵 需“看人下菜碟”

很多人说睡前吃夜宵不好,最常说的理由就是会长胖。其实,长胖跟吃夜宵本身并没有很大关系。

之所以长胖是因为摄取的热量超过身体所需,多余的那部分热量全都变成脂肪贴到你肚子、屁股、大腿上。因此,只要你摄取的热量小于身体所需,就不会长胖了。

如你临睡前已经饿了小半天,饥肠辘辘,脑子都不转了,明显能量缺乏,吃点夜宵岂不美哉?现在很多白领和学生,晚上要加班动脑,睡得比较晚,到了10点钟以后就饥肠辘辘,不吃点能行吗?

对于减肥的人来说,往往刚开始减肥的时候会一下子吃得比较少,难免到了晚上就会觉得很饿,其实适当吃一点,慢慢减少食量,也未尝不可。相反,如果你本身吃的很饱,能量摄入很高了,就算你不吃夜宵,同样会长胖。如果再吃点夜宵,就会更胖。

当然,我们也不能毫无顾忌吃夜宵。尤其是太晚吃夜宵还可能导致一些疾病的发生。

——生命时报

## 眼药水流到眼睛外 “补滴”可能增加不良反应

滴眼药水流到眼睛外,是很多人都经历过的状况。然而,一些人担心药效不够,可能会补滴。

湖南中医药大学第一附属医院眼科主任张健称,当眼药水滴入后,大约有一半药液从结膜穹窿溢出流出眼外,属于正常现象。一滴眼药水已经达到治疗剂量,无需增加药量。多点几滴不会带来更多的吸收,除了浪费还可能使不良反应风险增加。

如某些药物如硫酸阿托品眼用凝胶、硝酸毛果芸香碱滴眼液等药物,用量加大,溢出后经鼻腔或口腔吸收可能会导致严重的全身不良反应。

眼科医生提醒,一天内多次滴眼药水同样会伤害眼睛,如没有医嘱,每天点眼药水次数不应超过6次。

——生命时报

## “酵素话梅”添加化合物 多人出现头晕腹泻

近日,在网上有卖家声称有一款神奇的“酵素话梅”,吃了躺着就能变瘦,这到底是一种什么食物,真的有如此神奇的减肥功效吗?

今年3月份,江苏苏州张家港警方发现,多个网络平台在售卖一款名为“酵素话梅”的食品,商家宣称食用后可以减肥,销售量巨大。警方联系了多名购买过此产品的消费者,发现多数消费者食用后出现头晕、呕吐、腹泻等不良反应。

随后,警方对“酵素话梅”做了一次精密的分子结构检测,最终确定该“酵素话梅”中添加了新型化合物“双辛酰汀”。据介绍,这是此前从未发现的新型化合物。

根据食品安全法,食品不得添加药物,该类原料也从未获得批准作为食品添加剂或新食品原料,以及保健食品原料。因此,在食品中检出酞汀、酞酞及其酯类衍生物或类似物,均属于非法添加。它们对人体会产生毒副作用,影响人体健康,甚至危害生命。

——据武汉晚报