

# 遭遇腹泻,女孩竟差点丢了命

医生:千万不要在病毒感染期间剧烈运动或过于劳累

近日,武汉20岁的小丽怎么也没想到,只是常见的腹泻,竟让她在鬼门关走了一遭。



## 1 等车时不省人事,心肺复苏救她一命

近日,小丽正在公交站台等车,突然倒在地上,不省人事,路过的行人叫了救护车把她送进当地医院。

小丽被送到急诊室时,已经没有了呼吸和心跳,医护人员立即为她进行心肺复苏,结合强心剂、气管插管、机械通气等治疗,然而心电监护仪上的心率指示线一直没有起跳。面对年轻的生命,谁也没有放弃。医护人员轮番按压,持续了一个半小时,监护仪上

终于有了缓慢跳动的心律。

这微弱的“嗒嗒”声让医护人员倍感鼓舞,但小丽依然没有脱离危险,心跳随时都有可能再次消失。医生当机立断,把小丽转往宁波市医疗中心李惠利医院进一步治疗。

这时,小丽的家人也赶到了医院。医生了解病情得知,小丽曾在5天前有过腹泻解过水样便,但没有发烧等其他不适,家人就没放在心上。医生高度怀

疑是病毒感染导致的急性暴发性心肌炎,这是一种起病危急、死亡率极高的心肌损害,好发于年轻人。

医生指出,有下面这些症状时,有可能患上心肌炎:感冒时,存在发热、全身酸痛、咽痛、倦怠、恶心、呕吐、腹泻等症状;出现心悸、胸闷、胸痛或胸前区隐痛、头晕、呼吸困难、水肿等症状;感觉自己心跳不规律,出现心律不齐。

## 2 全身系统脆弱不堪,可能出现脑损伤和后遗症

两个小时后,急救车把小丽转到了宁波市李惠利医院急诊重症监护室。早已待命的急救团队立即给小丽插上呼吸机,并给予输血、用药等。即使在大剂量的升血压药物的作用下,小丽依然处于昏迷状态,心脏搏动十分微弱,心律、血压各项生命体征也不稳定。

小丽的心脏受损十分严重,射血

分数只有26%,这是反映心脏收缩功能的一项重要指标,正常人应该不低于50%。此外,小丽还有心包积液、呼吸衰竭,肝肾功能、凝血功能都出现了损伤,可以说,小丽全身的系统都脆弱不堪。因长时间的心脏骤停,小丽极有可能出现脑损伤和神经后遗症。

经过专家团队一周的紧张救治,小丽的心脏逐渐恢复到了自主工作的阶

段。令人欣喜的是,她不仅脱离了生命危险,而且大脑和神经功能并未受损。

医生提醒,大家平时应做好防护,保持规律作息,少熬夜。多吃新鲜水果、蔬菜,增加蛋白质的摄入。如感染病毒要注意休息,千万不要在病毒感染期间剧烈运动或过于劳累,有明显不适应立即就医。

据长江日报

# 奶奶喂一口,两岁孩子患上“亲吻病”

这种病毒可通过唾液、飞沫等传播

近日,湖北的一位奶奶嚼碎花生喂两岁孩子,致其患上“亲吻病”。

## “亲吻病”会诱发多种疾病

“亲吻病”是由EB病毒导致的,是比较常见的疱疹病毒,在婴幼儿、青少年、成年人中都有感染,主要症状跟感冒类似。EB病毒除了通过唾液、飞沫等传播外,口对口喂食或使用同一餐具等都有可能传播。

武汉协和医院金银湖院区儿科副主任医师蔡馥丞称,EB病毒感染人体可表现为不同疾病,其中最典型的是传染性单核细胞增多症,多在初次感染的儿童中发生,典型表现为反复持

续发热、咽痛、淋巴结和肝脾肿大、外周血异形淋巴细胞明显增高。

EB病毒感染严重的话,会涉及人体很多健康系统。比如血液系统,患者会出现自身免疫性的溶血性贫血,甚至还影响到神经系统,出现无菌性脑膜炎。有的患者会伴有肝脾肿大、肝功能损坏。

## 让孩子养成自主进食习惯

一般大部分青少年得病后愈后效果比较好,没有什么常见的后遗症。EB病毒对于免疫力低下、有基础疾病或者移植后的患者来说发病症状较严重。没有特异性的抗病毒药物,目前主要以对症治疗为主。对于免疫功能正

常的人,一般来说,一个周期基本上都能完全康复。

走亲访友,人群聚集时,有一些卫生饮食习惯还是要尽量避免。要特别注意饮食习惯,避免跟儿童共用餐具,采用分餐的方式进行。咀嚼喂食等类似饮食习惯不仅会通过唾液传播引起“亲吻病”,还有其他危害。

儿科专家提醒,要杜绝咀嚼喂食,让孩子养成自主进食的习惯。成年人的口腔中存在各种病原体,正常免疫状态时并不会感染自身,但婴幼儿免疫力低下,会有被感染的风险。

据健康时报



## 春捂不是“捂”全身 两个部位凉些更健康

春季气温容易反复,对人的身体健康有较大影响,医生提醒,春捂不是“捂”全身,两处凉些更健康。

**头凉** 保持头部适当的凉爽,有利于身体散热,避免上火。

**胸口凉** 如果将胸口部位捂得过热,外热接内火,就会导致口干舌燥、腮红面赤、手足心热、心情烦躁等问题。

因此,胸口部位可以适当凉一些,比如晚上睡觉时,在保证卧室温暖的前提下,被子不用盖得太高,露出胸口可能睡得更踏实。

春捂要“捂”对重点:捂脚、捂腹、捂背。

——生命时报

## 骨折后多喝骨头汤 反而会影响对钙的吸收

骨头汤中含磷高,高磷摄入会影响人体对钙的吸收。骨折后大量摄入骨头汤,还可能打破骨质内有机质和无机质的平衡,影响甚至阻碍骨折的早期愈合。

此外,骨头汤脂肪含量较高,对于有高血脂的患者会适得其反。

——武汉晚报

## 老人长寿有秘诀 肠道菌群很“年轻”

许多人渴望探寻长寿的秘诀或共性,一项刊登在《自然》子刊的研究发现,百岁老人的肠道菌群竟与年轻人“相似”。

俗话说,人老肠先衰。随着年纪增长,人的消化吸收会变差,吃饭感觉没年轻时香了,更容易出现便秘。2023年刊登于《自然·衰老》的广西科学院的一项研究发现,百岁老人肠道菌群较其他老人更为“年轻”。

7个好习惯帮助肠道菌群健康:保持规律作息和饮食;饮食选低脂高膳食纤维;别等口渴再喝水;避免久坐,规律运动;避免情绪波动;不乱用抗生素;不乱吃清肠道的产品。

——健康时报

# 11岁男孩揉眼揉出眼皮下垂

医生:生活中要避免过度牵拉眼睑

因倒睫导致眼痒,11岁的洋洋5年来频繁揉搓眼睛,竟导致眼皮下垂。

5年前,洋洋被诊断为倒睫,因觉得没大问题,父母一直没有带洋洋去医院处理。近两年,父母发现洋洋揉眼睛的频率越来越高,但看到其他小朋友也是时不时揉眼睛,也没有当回事。直到最近,洋洋的父母发现他左眼比右眼明显耷拉了,这才带着他到武汉大学附属爱尔眼科医院就诊。

该院眼险眼眶病、眼整形美容专科副主任医师陆秀兰接诊后,经过仔细检查发现,洋洋除双眼倒睫外,他左眼的提上睑肌腱膜发生离断,因此导致左眼

睑耷拉。

在了解到洋洋有频繁揉眼的情况后,陆秀兰表示,频繁揉眼力度较大,可能会出现腱膜离断型上睑下垂。

一般腱膜离断型上睑下垂多发生于老年人或者做了内眼手术的人群,以及经常佩戴硬性角膜接触镜的人群。像洋洋这样因频繁揉眼睛导致提上睑肌腱膜发生离断的情况比较少见。

陆秀兰提醒,日常生活中避免对眼睑过度的牵拉力,如过度揉眼,特别是倒睫患者以及复发性、季节性过敏性结膜炎患者,如有不适,建议及时到医院就诊。

据长江日报



近日,沧州市第三医院“大爱三院·医暖沧州”志愿服务专家团队与东光县卫健局联合开展了义诊活动。

此次活动包括健康讲座、义诊咨询、急救培训等多项内容,并线上线下同时进行。

殷建民 李昊 摄