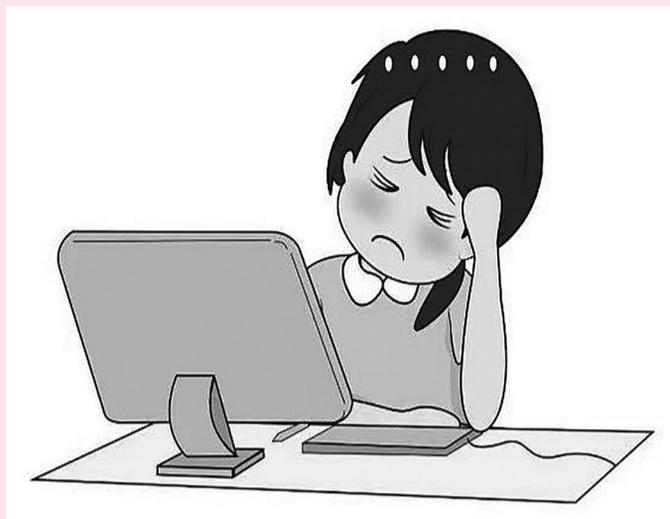


经常乏力精神差,竟然患上“吸血鬼病”

医生:可引起肝肾功能损伤,危及生命

乏力、精神差,可能是各种疾病的信号。近日,浙江52岁的林女士经常乏力,竟查出了“吸血鬼病”。更令人瞠目结舌的是,他们一家三口都携带“吸血鬼病”基因。



压力越大,腰背越痛

很多人都知道,心悸、出汗、紧张、失眠是压力过大的典型身体症状。而有一种压力表现常会被人们忽视——背痛。

近日,据阿根廷布宜诺斯艾利斯经济新闻网报道,当面临压力时,大脑会产生一些物质,为可能出现的危险做出逃跑或战斗的准备。

于是,肺和心脏加速运转,向所有肌肉输送氧气;身体许多部位的血管会收缩,瞳孔会放大以准备战斗。肌肉紧张会影响身体的上半部分,包括颈部、肩膀和脊柱;这就是为什么压力是导致背痛的心理因素之一。

发表在英国《科学报告》杂志上的一项研究表明,与没有压力的人相比,自述压力大的人出现腰痛的可能性高3倍。

——生命时报

8个坏习惯容易“带走”气血

贪凉、贪多 长期吃太多生冷寒凉的食物,容易损伤脾胃,阻碍气血生成。

过度吃素食 在控制饮食总量的基础上,平时也要保障各种营养素的均衡摄入,光吃素食是不行的。

咀嚼不充分 食物未经充分咀嚼就吞入腹中,会大大增加脾胃的负担,反而需要消耗更多的气血去加以消化。

过度劳累 过度劳累会消耗人体元气,思虑过度会造成脾的运化失常,想要保护气血,就注意别操心太多。

过度玩手机 中医认为,久视伤血,过度用眼会耗费更多的肝血去滋养,经常玩手机就是气血两虚的“导火索”,消耗的不只是电量,还有气血。

头发不吹干 如果睡前洗头不吹干,就容易造成湿邪入侵,损伤身体阳气。

晚睡、熬夜 夜晚是养气血的时间,如果熬夜,必然就会消耗气血。

久坐、久卧 如果总是坐着或躺着,气就不能很好地舒展运动,会出现气机不畅,导致气虚。

——健康时报

午睡超半小时 高血压患者易中风

中风,也被称为脑卒中,是指因脑血管破裂或阻塞导致的脑部血液供应中断,从而导致脑细胞损伤甚至死亡的疾病。在世界范围内,中风是造成死亡和残疾的主要原因之一,且发病率和死亡率在全球范围内都很高。

午睡是中国人常见的生活方式,它可以帮助恢复精力,提高下午的工作效率。早期研究显示,经常午睡可能是高血压的危险因素。然而,尚不清楚高血压患者白天午睡时间与中风之间的关系。

研究显示,对于高血压患者,午睡不能超过30分钟,长时间午睡增加中风的风险。与午睡1分钟—30分钟相比,午睡31分钟—60分钟,中风风险会增加27%;午睡超过60分钟,中风风险会增加37%。

——国际科学

1 女子莫名其妙没力气,怎么也查不出原因

一年前,林女士从事销售工作,乐观开朗、业务突出的她一度是公司有名的业务员。也是从那时候开始,林女士总是感觉没力气。一开始,她以为是休息不足,并没有放在心上。

“后来,我脸上、手上的皮肤都变黄了,同事叫我赶紧去医院看看。”林女士回忆,当时自己也觉察到不对劲了,打算等周末再去就医。但就在这期间的某一天,意外发生了。

“那天下班,我感觉走不动路了,回家从1楼到4楼也就几十级台阶,我走了快一个小时。”好不容易走到

家门口,刚拿出钥匙准备开门,林女士就撑不住瘫倒在门口。邻居发现后,赶紧联系了林女士的家人,并将她送到医院。

在当地医院,医生最初怀疑是胆囊问题,但检查结果显示,林女士除了血色素低于正常值,其他一切正常。“我们当地医生说严重贫血,给开了补铁药物,但治疗后我的情况反而加重了。”

补铁后的林女士在没有人搀扶的情况下,一度都无法自己行走。

难道是得了怪病?连生活都无法

顾及的林女士不得不向公司请了长假,开始四处求医。在当地一家医院住院治疗半个月,她已经恢复到可以自己走路了,但没到一个月,又重回老样子。

之后,林女士又辗转江苏、北京多地,做了心脏检查、胃肠镜,排除了心脏、消化系统问题,多数医生都考虑是贫血,无法明确病因,林女士的病情一直反反复复。直到今年年初,在一个亲戚的推荐下,她慕名来到浙江大学医学院附属第一医院感染病科赵宏主任医师的门诊。

2 医生抽丝剥茧“破案”,患者竟是得了“吸血鬼病”

反复乏力、检查结果提示“贫血”……详细了解了林女士的病情后,赵宏一时也犯了难。

“肝脏疾病、感染性疾病、自身免疫性疾病、精神疾病、药物使用都会导致乏力。”将林女士收治入院完善相关检查后,医生没有发现异常。林女士平素身体也很健康,没有长期使用药物的情况。

眼看治疗就要陷入困境,随着对过去一年所有检查结果的细致分析,

医生抓住了一个“有趣”的规律:林女士最主要的异常指标“血色素”,检验数值会反复跳动。

“有时候,前一天,她的血色素还超过90克/升,但可能第二天一下子就降到50克/升。”赵宏表示,这种短期内突然性的血色素降低主要有三种考虑:

第一种,血红蛋白丢失,可以简单理解为失血,但既往检查发现她不存在溃疡,也没有体内出血,基本可以排除这种情况。

第二种,溶血性疾病,也就是红细胞被大肆破坏,超过骨髓造血的代偿能力,像溶血性贫血就是最常见的一类。但骨髓穿刺等检查结果也排除了这种可能性。

第三种,红细胞合成异常。那么,只剩下第三种可能性,红细胞合成异常。“案情”分析到这里,医生脑海中冒出了一中疾病:卟啉病——一种虽然罕见,但是近几年因别称“吸血鬼病”而被大众熟知的疾病。

3 什么是卟啉病

卟啉病是因人体内酶的缺乏或活性降低导致血红素合成受阻,从而造成卟啉代谢障碍的疾病。因该病患者在阳光刺激下会有瘙痒、灼热、肿痛的感觉,就像吸血鬼一样畏光而被称作

“吸血鬼病”。

但林女士只是乏力不适,没有任何皮肤症状,也是这种病?

“卟啉病的症状表现复杂多样,除了皮肤光敏感之外,还会表现为严重

腹痛、呕吐、便秘、肌肉疼痛、无力或麻木、抽搐、精神障碍、意识模糊等。”赵宏解释,尽管表现不特异,但它却是影响血红素生成的较常见原因,仍需重点排查。

4 一家3人,竟都有可能发作“吸血鬼病”

明确方向后,林女士接受了肝脏穿刺,结果没有发现铁元素沉积,可以排除肝源性卟啉病。同时,她还经历了“晒尿”——一般来说,卟啉病患者的尿液在阳光照射下会变成酱油色,但她的尿液没有发生变化。

这些都不是诊断卟啉病的“金标准”。随后的高通量基因测序证实她的FECH基因突变,属于红细胞生成性卟啉病。

造成林女士反复乏力、贫血的“凶手”终于被揪出。然而,卟啉病目前没有特效疗法,针对不同类型治疗方案

也不同。如果不接受治疗,可引起肝肾功能损伤,发生其他危及生命的情况。经过对症治疗,林女士的乏力情况已有所好转,可以自主行动,但未来她还需要长期服药和随访。

因担心遗传问题,林女士的儿女也接受了基因检测,结果发现同样存在卟啉病基因纯合突变。这意味着,尽管现在还未发病,但在诱因诱发下,他们也可能随时发病。而林女士的爱人经检测则是杂合突变基因携带者,不会发病。

一家四口人,3人竟都有可能发

作“吸血鬼病”!这样的结果着实令人震惊。

浙江大学医学院附属第一医院感染病科常务副主任杨益大教授解释,卟啉病的诱因包括感染、劳累、应激、月经、妊娠、药物等,疾病发作往往“突如其来”,也无法有效预防。建议有高危家族史的人员可接受遗传学检测和咨询。

医生提醒,乏力是生活中很常见的未分化病症,如果长期乏力无法缓解,提示可能存在健康问题,应及时到医院就医筛查。

据钱江晚报