

# 吃羊胎盘欲大补,竟致休克

医生:食用未经检疫的羊胎盘,容易引发感染

随着天气转凉,又到了一年中进补的好时节,许多人喜欢选择吃羊肉进补。然而,有人在“养生赛道”另辟蹊径,跟风食用羊胎盘进补,带来健康风险。



## 1 吃了顿羊胎盘,腰背部疼痛难忍

近日,广州医科大学附属第二医院发布提醒:羊胎盘虽然被一些人认为具有滋补功效,但是实际上它并不是一个安全的食物来源。

广东的小林从一位朋友处得知羊胎盘竟是滋补的上好食材,于是,便兴高采烈地向这位朋友购买了羊胎盘回家。他的母亲因尿毒症透析治疗已3年,孝顺的小林想炖羊胎盘给母亲补补

身子。然而,这顿看似滋补的晚餐,却成了小林母亲噩梦的开始。

3个月后,小林的母亲出现腰背部疼痛,最后甚至无法下地行走。经过在多家医院辗转求诊,小林的母亲被诊断为脊柱感染,却一时不能明确感染类型,加之合并尿毒症,治疗风险太高,当地医院不敢收入院治疗。

随后,小林母亲在家人的陪同下到

广医二院脊柱外科就诊。入院时,小林母亲已有气喘、血压不稳定的症状,因严重感染合并发热,检查的相关指标已有感染性休克、心衰的苗头,情况非常危急。

此外,小林的母亲除了腰背部疼痛,还有多处关节疼痛。经进一步检查,医生发现小林母亲感染的椎间隙同时存在严重滑脱。

## 2 一顿进补餐,意外感染布鲁氏菌

小林母亲的感染症状如此严重,不像是常见的细菌感染,这引起了医生的注意,必须明确感染类型才能有针对性地进行抗感染治疗。经过细菌培养,显示是“马耳他布鲁氏菌”,并随后确诊为布鲁氏菌脊柱炎。

布鲁氏菌是一种存在于羊、牛、狗

等动物身上的细菌,它主要通过直接接触被感染动物或其分泌物(如血液、尿液、胎盘等)、食用未煮熟或未消毒的被感染动物的肉类和乳制品,甚至在某些情况下,吸入感染性气溶胶也可能导致感染。

医生提醒,一旦人体感染布鲁氏

菌,细菌就可能通过血液循环到达脊柱部位,并在那里繁殖生长,引发脊柱感染。

小林母亲可能是吃羊胎盘,意外感染了布鲁氏菌,继而引发了感染性脊柱炎,小林对此懊悔不已。经过规范治疗,小林母亲恢复良好。

## 3 布鲁氏病又称“波状热”,人畜共患传染病

该疾病近几年在广东省有上升趋势,主要是接触带菌动物引起的。它的潜伏期一般是一周到三周,不过最短可以一天发病,也可长达一年才发病。它的主要临床症状是发烧、出汗、乏力、关

节疼,很多时候容易被误诊为上呼吸道感染而延误病情。

在人类感染布鲁氏菌的病例里,大多是由羊而来,而病羊身上这类细菌最多的地方之一就是羊胎盘。据了解,在

布病病人中,喝未消毒鲜羊奶、吃羊肉串、洗羊肉和羊胎盘、养羊、卖羊肉、打扫菜市场、踢了一脚新鲜羊皮……都有可能感染布鲁氏菌。食用羊胎盘者并不鲜见,尤其在广东。

## 4 感染布鲁氏菌,会通过血液传播到全身

人对布鲁氏菌并没有天然的抵抗力。一旦感染,布鲁氏菌会通过血液传播到全身各处。因脊柱内的血液供应丰富,且脊柱结构复杂,细菌很容易在这里“安营扎寨”,引发脊柱感染。

医生指出,布鲁氏菌通过血液循环“潜入”脊柱,首先攻击的是椎间盘和椎

体这些“软肋”。这些部位的血运相对丰富,细菌更容易在这里生长繁殖。随着病情的进展,细菌还会侵犯脊柱周围的肌肉和神经,导致严重的疼痛和功能障碍。

布鲁氏菌性脊柱炎的症状主要包括发热、脊柱局部疼痛以及全身症状,患者还会出现寒颤、头痛、多汗、乏力等

症状。

此外,部分患者还会出现肝、脾及淋巴肿大,或伴男性睾丸炎及女性卵巢炎等。脊柱感染的典型症状则表现为胸部、腰背部持续剧烈疼痛,以腰背部疼痛多见,伴有肌肉痉挛、局部压痛、叩击痛及活动受限。

## 5 不要相信偏方,尤其是未经验证的进补食材

羊胎盘中可能携带大量的布鲁氏菌,一旦处理不当或食用未经检疫的羊胎盘,就容易引发感染。就像小林的母亲一样,因一顿进补餐而感染了布鲁氏菌,继而引发了感染性脊柱炎。

预防布鲁氏菌脊柱感染的关键在于注意食品安全。不要盲目相信各种偏方和食疗方法,尤其是那些未经科学验证的进补食材。

预防“布病”应注意以下几点:

1. 为确保饮食安全,建议大家从官方认可的渠道选购牛羊肉制品,避免购买未经检疫的肉类。
2. 爱吃“现宰现串”烧烤的市民一定要注意,肉一定要烤熟,同时,建议使用公筷专门用来夹生肉,避免与接触口腔的私筷混用。
3. 饭前洗手,不喝生水。
4. 不吃未经消毒的鲜奶、奶酪等奶制品。

5. 若前往牧区游玩,建议佩戴口罩,与牲畜接触后及时清洁双手。
6. 养殖户和职业人群在接触病畜或处理流产物时,需做好严密的个人防护。穿戴好工作服、橡胶手套、口罩、帽子、围裙以及胶靴等防护装备。在工作过程中,要遵循规范的操作流程,做好消毒处理。

据广州日报



## 冬天频繁洗澡会导致皮肤问题

冬天洗澡一定是很多人都非常纠结的事情,真的有必要天天洗吗?

洗澡频率主要取决于个体的需求和偏好。《中国皮肤清洁指南》建议,一般情况下每隔2天—3天洗一次澡就好了。

洗澡的主要目的是保持皮肤清洁和健康,而皮肤的状态又与每个人的生活方式、健康状况、个人喜好等有关。洗澡频率没有固定要求,未必每天洗澡。

过于频繁地洗澡,尤其是错误的洗澡方式,确实会有一些风险,比如去除皮肤的自然油脂,引起皮肤干燥和瘙痒,严重的时候还会起湿疹。

要想皮肤保持住水分,要点不是长时间接触水,而是使用保湿产品来减少水分丢失。如果遇到洗澡时间比较长,或者洗澡后皮肤容易干燥、紧绷,那么等擦干水分后,就要及时补涂保湿产品,不论是润肤霜还是身体乳,都有保湿效果。

——人民网

## 睡的不好 加速大脑衰老

睡眠是人体的一种修复过程,可以恢复精神和解除疲劳。人的一生中,大约三分之一的时间是在睡眠中度过,良好的睡眠是国际社会公认的三项健康标准之一,而睡眠时间过短或睡眠不佳均会影响健康。

在当今社会,熬夜已成为许多年轻人的新常态。经常熬夜会给身体带来非常大的危害,例如睡眠不足与心血管疾病、糖尿病、高血压和总体死亡率的风险增加有关,更严重的是,长期熬夜还会引发猝死。

研究显示,睡眠不佳或加速大脑衰老,有3个以上睡眠不佳特征,可让大脑衰老2.6年。

睡眠不佳特征包括:睡眠时间短、质量差、白天嗜睡、入睡困难、维持睡眠困难、醒的早。

研究人员表示,随着年龄的增长,良好的睡眠对大脑尤其重要,研究结果强调了解决睡眠问题对保持大脑健康的重要性,包括保持规律的睡眠时间、锻炼身体、睡前避免摄入咖啡因和酒精等。

值得注意的是,良好的睡眠不仅有益大脑,还有助于延长寿命。

良好的睡眠习惯包括:每晚睡7小时—8小时,每周入睡困难不超过两次,每周失眠不超过两次,不使用安眠药,每周至少有5天醒来时感觉休息良好。

——国际科学

## 适量吃辣 保护胃黏膜

曾有研究者通过实验来观察辣椒素对大鼠胃黏膜的影响。结果表明,适量的辣椒素会促进胃部的血流供应、胃黏液的分泌,并抑制胃酸的分泌。

另外,在2021年发表于《国际流行病学杂志》的一项研究,对50多万国人进行了平均10多年的随访观察,发现吃辣的人食管癌、胃癌、结肠癌的发生率均略低于不吃辣的人群。

医生指出,对于本身就患有胃炎、胃溃疡的胃病患者来说,因胃部多存在炎症损伤或创面,即使只是一点点辣,都可能直接刺激创面、加剧损伤,导致病情加重。

——上观新闻