

小毛病可能引发健康连锁反应

“就因为嘴里有点疼,怎么就差点丢了命?”在医院心胸外科病房,77岁的李先生回想起这段经历,仍心有余悸。原本只是不起眼的口腔不适,竟被送进ICU,历经手术才捡回一条命。专家提醒,口腔感染、皮肤伤口等看似不起眼的小毛病,若被忽视或处理不当,很可能引发致命危险,尤其是老年人、免疫力低下人群更需警惕。(摘编自《金陵晚报》《西安日报》)



口腔感染差点酿大祸

李先生感觉口腔有些不适,想着可能是“上火”,就没放在心上。没过几天,他发起高烧,硬扛了5天后,他的病情越来越严重,连说话和吞咽都变得异常困难。检查后他被确诊为下行性坏死性纵膈炎。

“这种病十分凶险,大多由口咽部感染引发。”南京市第二医院心胸外科主任医师刘宏介绍,当口腔、咽喉出现感染灶时,若未及时控制,感染会顺着颈部的疏松组织往下蔓延,最终侵入纵膈。

刘宏介绍,当时李先生已出现感染性休克,全靠呼吸机维持生命,再晚一步,就可能因多器官衰竭而丧命。临床上类似案例并不少见,不少患者最初只是拔牙后感染、牙龈炎、扁桃体炎等小问题,却因忽视治疗或自行用药延误病情,引发严重并发症。

小毛病藏着致命风险

除了口腔感染,不少人把扁桃体发炎当成“小痛小痒”,觉得忍一忍就过去了。西安市红会医院耳鼻

咽喉头颈整形修复科副主任马戈提醒,扁桃体就像呼吸道的防御小卫士,一旦被感染引发炎症,若反复不愈,可能引发肾小球肾炎。

此外,常见的皮肤伤口、擦伤、蚊虫叮咬等若处理不当,同样可能引发严重后果。每年医院都会接诊因忽视小伤口而引发败血症、坏死性筋膜炎等重症的患者,其中以老年人、糖尿病患者、长期服用免疫抑制剂等免疫力低下人群为主。

皮肤是人体的第一道防线,一旦出现破损,细菌就可能侵入。普通的浅表伤口若未及时清洁消毒,可能引发局部感染,出现红肿、疼痛、化脓等症状;若感染进一步扩散,会导致蜂窝织炎,严重时引发败血症。临床上,有糖尿病患者因脚部的小伤口未及时处理,引发糖尿病足,最终不得不截肢。

错误做法加重感染

专家总结了常见的误区,提醒大家避开风险。“最大的误区就是硬扛

着不吃药。”刘宏提醒,尤其是老年人怕给子女添麻烦,即使出现高烧、疼痛等症状也不愿就医。殊不知,感染若未及时控制,会不断扩散,病情会呈指数级加重。口咽部、皮肤等部位出现感染症状,若2—3天内未缓解,或出现发热、疼痛加剧等情况,必须立即就医。

自行滥用抗生素也是误区之一。口腔、皮肤感染的细菌种类不同,所需抗生素也不同,自行用药很可能不对症。

很多人对伤口处理太随意。皮肤出现伤口后,用清水冲一冲、随便贴个创可贴,这种处理方式并不科学。正确的做法是用生理盐水或碘伏清洁伤口,保持伤口干燥,若伤口较深、出血较多,需就医缝合。

忽视基础疾病管理也容易出现大问题。糖尿病、慢阻肺、心脑血管疾病等基础疾病,会降低人体免疫力,增加感染风险。基础疾病患者应定期体检,控制好病情,同时注意口腔卫生、皮肤护理,避免感染诱因。

温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

皮疹后异常反应要排查脑炎

56岁的王先生一周前右侧耳郭长了带状疱疹,自行涂药后皮疹有所好转,却突然出现头脑昏沉、走路摇晃的症状。检查发现他患上了病毒性脑炎。

脑炎是中枢神经系统的常见感染性疾病,病原体感染、免疫异常等都可能引发,且症状往往五花八门,尤其要注意这些容易被忽视的表现:全身症状+神经症状“混搭”,如感冒、发热后出现头晕、头痛、恶心呕吐,伴随肢体无力、行走不稳;带状疱疹、水痘等病毒感染后,若出现头昏、意识模糊、言语不清,需警惕病毒侵犯中枢神经;部分患者可能表现为记忆力下降、烦躁、嗜睡,易被误认为精神问题或老年痴呆;抽搐或意识障碍,这是较严重的信号,需立即就医。(南京鼓楼医院神经内科主任医师 卢正娟)

胸闷气急早做筛查

主动脉瓣狭窄是一种常见且严重的心血管疾病,往往病情进展快。患者通常首先出现呼吸困难,这是左心功能不全的早期信号;随后可能因心脏出口受阻、心肌供血不足而引发心绞痛;最危险的是晕厥或眼前发黑,这提示脑供血已严重不足。令人担忧的是,这些症状常常被误认为是普通的衰老表现,或是与冠心病相混淆。当出现呼吸困难、胸闷、气短、心绞痛等表现时,务必要及时就医。超声是筛查瓣膜病的第一步。特别是对于65岁以上的人群,一定要定期进行心脏超声检查。(南方医科大学南方医院心内科主任 修建成)

H3N2 病毒偏爱老年慢病人群

2025年秋冬流感季已悄然来袭,甲型H3N2毒株占比超95%,成为绝对主流。但H3N2并不是新病毒,它和去年流行的H1N1都是流感病毒家族的“老成员”。

H3N2流感病毒更偏爱65岁以上人群、慢性病患者,而H1N1流感病毒更易找上年轻人和儿童。H3N2病毒感染的典型表现是“突发高热+全身酸痛”。中招后体温会突然飙到39℃至40℃,且持续3至5天。同时,患者会伴头痛、肌肉疼、乏力等症状;老人可能不发烧但精神萎靡,这是重症的重要信号。

抗病毒药物是流感治疗的关键,目前诊疗方案明确了三类有效药物。发病48小时内用药效果最佳,即使超过48小时,高危人群仍建议使用。

神经氨酸酶抑制剂:代表药物是奥司他韦,适合1周龄以上儿童及成人。还有帕拉米韦,适用于吞咽困难或重症患者,但需静脉滴注。

RNA聚合酶抑制剂:代表药物是玛巴洛沙韦,适用于5岁及以上的儿童和成人,单剂口服。

血凝素抑制剂:代表药物是阿比多尔,有心律失常史者慎用。

根据流感带来的发热、浑身疼痛、咳嗽等症状,可以居家准备以下药物。退热药,如对乙酰氨基酚或布洛芬;止咳化痰类:对于干咳,可使用右美沙芬,痰多黏稠时可选用氨溴索;缓解鼻塞流涕类,如伪麻黄碱滴鼻剂,高血压、心脏病患者慎用伪麻黄碱类药物。(摘编自《北京青年报》)

走路轻飘飘,病根竟在肺



52岁的颜女士近几个月总感觉浑身乏力、恶心、食欲差,走路轻飘飘的,到医院一查,发现是低钠血症。可奇怪的是,无论口服补钠还是静脉补液,颜女士的血钠指标始终无法恢复正常。经过深入检查,最终她被确诊为小细胞肺癌。肺部肿瘤怎么会和“盐分”扯上关系?

专家解读 钠是身体维持血压、保证神经肌肉正常工作的关键能源。一旦缺钠,身体就会亮起红灯,可能出现以下表现:乏力感爆棚,浑身没劲,是最早、最常见的信号;肠胃闹脾气,恶心、呕吐、食欲不振;头脑不清醒,嗜睡、反应迟钝、注意力不集中,甚至出现神志模糊、胡言乱语;肌肉不听话,可能出现肌肉痉挛、抽筋或走路不稳。

这种由肿瘤引起的低钠血症,是小细胞肺癌常见的副癌综合征之一。小细胞肺癌约占所有肺癌的15%—20%,虽然不如非小细胞肺癌占比高,但恶性程度更高,发展速度更快,它特别容易早期转移,比如转移到大脑、骨骼等部位,发现时很多已经不是早期,所以定期筛查至关重要。

除了反复出现的低钠血症,不明原因的体重下降、持续咳嗽、声音嘶哑、胸闷气短等,也可能是小细胞肺癌的信号。一旦出现以上症状,及时就医。(湖南省中西医结合医院肿瘤二科主任 邓天好)

