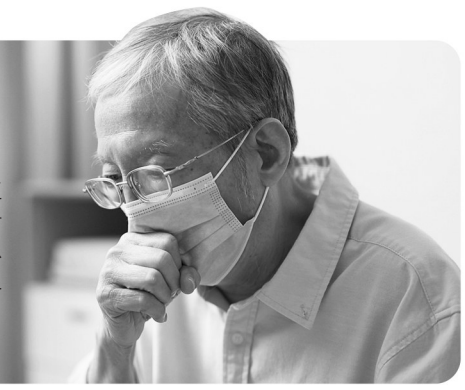
70岁大爷硬扛“感冒”,拖成重症肺炎

医生提醒:远离肺炎,秋冬做好这几件事



关注 世界肺炎日

11月12日是第18个“世界肺炎日”,今年的主题是“肺炎防控的新时代”。秋冬是肺炎的高发时节。在临床工作中,经常出现令人痛心的一幕:不少人把肺炎误当成普通感冒,想着扛一扛就能好,最后耽误了病情。 通讯员 **韩宏浩** 扬子晚报/紫牛新闻记者 **吕彦霖**

老人感冒拖了一周,确诊混合感染

70岁的赵大爷(化名),有10年慢阻肺病史。一周前受凉后开始咳嗽咳痰、浑身酸痛、提不起劲,他心里想着:就是普通感冒,忍忍就过去了。直到气喘越来越厉害,夜里躺不平、没法好好睡觉,家人才急忙送他到急诊。

检查发现,他不仅感染了甲型流感,还继发了凶险的曲霉菌肺炎,同时合并肺炎链球菌感染,住进了江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院、江苏省妇幼保健院)呼吸与危重症医学科病房。

金淑贤主任医师、孔辉副主任医师立即对其开展抗真菌、抗病毒以及覆盖细菌感染治疗。专家告诉记者,这类混合感染的病死率可达50%以上,好在救治及时,一周之后,他的症状才慢慢稳住。对于有基础病的老年人来说,一场看似普通的“感冒”,盲目硬扛,很可能拖成重症肺炎。

感冒和肺炎有何区别?专家指出,普通感冒常见流涕、打喷嚏、咽痛,发热大多不超过3天,一般一周左右可自行好转。肺炎常伴有高热寒战、咳嗽加深、咳黄脓痰,还会胸闷、气促,若拖延一周,症状往往持续加重。

金淑贤提醒,出现以下信号,一定要警惕。发热超过3天不退,或是退烧后再次反复;咳嗽持续加重,咳出黄脓痰,甚至痰中带血丝;胸闷气短、呼吸费力,夜间一躺下就喘,无法平卧;胸痛,深呼吸时疼痛明显加重;精神萎靡、食欲下降,特别提醒老年人:肺炎未必会发热,可能只表现为精神差、浑身乏力;家中配有脉氧仪,血氧饱和度低于93%,请尽快就诊。如果患有慢阻肺、哮喘、糖尿病等基础疾病,感冒后症状反常加重,别拖延,尽快到医院评估。

秋冬做好这几件事,帮我们远离肺炎

及时接种疫苗:无接种禁忌的人群建议每年接种流感疫苗,老年人、慢性病患者属于优先推荐人群,建议接种肺炎球菌疫苗,高危人群可在医生评估后,间隔至少5年复种。

做好日常防护:勤洗手、多开窗通风;肺炎高发期,尽量少去密闭、人流拥挤的地方,必要时戴好口罩。

远离烟草:戒烟,同时避开二手烟。

管好基础病:慢阻肺、哮喘、糖尿病等慢性病,坚持规范复诊、规律用药。

增强抵抗力:饮食均衡、适度活动、保证睡眠。

流感尽早干预:确诊流感后,尽量在48小时内遵医嘱抗病毒治疗,降低继发肺炎的风险。

关于肺炎治疗,这些误区别踩

误区一:扛一扛就能好。肺炎不是普通感冒,硬扛风险极高,很容易持续加重,发展成重症。

误区二:一咳嗽就自己吃抗生素。多数感冒是病毒引起的,抗生素对病毒无效。要不要用、用哪一种,由医生判断。

误区三:把激素当成退烧特效药。激素是一把双刃剑,乱用反而可能诱发真菌等感染,一定要严格遵从医嘱使用。

误区四:感觉好转就自行停药。肺炎治疗讲究足疗程,擅自停药很容易复发、前功尽弃。

误区五:觉得没必要住院,坚持在家硬撑。肺炎轻重需要专业评估,达到重症标准时,住院治疗是保命的选择,切勿逞强。

延伸阅读

洗澡洗不对,当心洗出肺部感染

李女士反复咳嗽、咳黄白痰,严重时甚至咳出血来,三年里辗转多家医院,好不容易控制住,一年后又复发了。最后医生终于揪出元凶,原因竟然藏在她洗澡前的一个习惯里:她每次洗澡都喜欢先开热水,等浴室充满热腾腾的水雾再进去慢慢洗,而她家的淋浴头,已经十多年没换过了。

据悉,诊断结果是一种叫“鸟分枝杆菌”感染引起的肺病。因淋浴喷头长期处于潮湿、温暖的环境中,里面藏了大量这种细菌。热水一开,细菌随着水雾飘散出来,被吸入肺部,反复感染就这么发生了。

医生提醒,淋浴喷头里鸟分枝杆菌的含量,可能比自来水里的高出许多倍。尤其是十几年不换的旧喷头,简直就是细菌的“豪华公寓”。鸟分枝杆菌喜欢温暖、黑暗、潮湿的环境,它的入侵渠道不光靠吸入,皮肤有伤口、黏膜破损,甚至吃东西时都可能被它“钻空子”。

长期暴露在这种病菌面前,症状五花八门:咳嗽咳痰、胸闷胸痛、发烧乏力、淋巴肿大、关节也跟着疼。

它影响的往往是肺部,肺部组织会受损,严重时呼吸都受影响。更隐蔽的是,这种感染和肺结核的症状很像,但起病更隐蔽,影像检查也看不出明显特征,特别容易误诊漏诊,治疗难度比普通感染大得多。如果出现反复咳嗽、咳血,一定要早点去医院排查。

有几类人尤其容易被鸟分枝杆菌“盯上”:有慢性阻塞性肺病的人、免疫力低下的人、有类风湿关节炎等自身免疫病的人、得过肺结核或肺部结构异常的人,以及上了年纪的中老年人。

既然淋浴喷头可能暗藏致病菌,日常要注意:喷头定期换,水垢定期清。淋浴喷头3个月左右要定期除一次水垢,使用时间长了要及时更换。免疫力不好的朋友,还可以减少淋浴时间,或者改成盆浴,减少吸入含菌水雾的风险。 **健康南京**

12年卵巢巧克力囊肿不开刀就轻松拿下

扬子晚报讯(通讯员 **莫禹凡** 记者 **吕彦霖**)近日,南京市中医院超声微创介入科黄岩副院长团队,运用超声引导下囊肿抽液硬化治疗技术,为一名被巨大卵巢巧克力囊肿困扰12年的患者成功解除病痛,不开刀化解顽疾,为妇科囊性疾病患者带来微创治疗新选择。

记者了解到,42岁的患者汤女士受盆腔囊性包块困扰长达12年,辗转多家三甲医院求诊。经影像学检查显示,盆腔右侧存在巨大囊性包块,约124毫米×80毫米×102毫米。

此前,多家医院均建议行腹腔镜或者开腹切除手术。漫长的疾病折磨,加上对开刀手术创伤、卵巢组织受损的顾虑,让汤女士迟迟难以抉择。多方打听后,患者慕名来到南京市中医院,寻求黄岩副院长超声微创介入团队帮助。

团队完善超声、磁共振、实验室检查等综合评估,仔细研判囊肿影像特征,结合病史,高度考虑卵巢巧克力囊肿,充分和患者沟通病情、方案利弊、风险及替代方案后,为汤女士实施超声引导下卵巢巧克力囊肿抽液硬化治疗。

专家介绍,在超声实时引导下,引流管穿刺针精准穿刺进入囊腔,抽出巧克力色囊液550毫升,生理盐水反复冲洗囊腔后注入硬化剂,充分作用后抽出。全程仅一根细针操作,体表仅有针眼大小创口,无手术切口。

手术过程中汤女士处于清醒状态,创伤小,无需腹腔镜或开腹操作,减少了卵巢组织受损的风险。该疗法优势突出:精准微创、复发率低,对盆腔功能影响小,能够保留卵巢功能,且体表不留疤痕。

据悉,患者术后即刻就感觉腹部压迫症状明显好转,整个人轻松不少。后续复查超声、磁共振可见囊肿消失,困扰她的尿频、痛经、腹腔压迫感等问题也随之消除。

