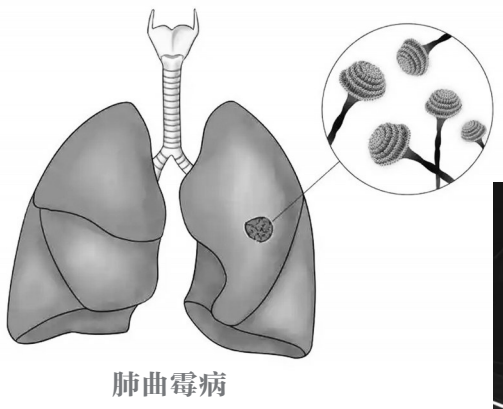
女子高烧40℃，肺部“发霉”了

只因在换季大扫除时忽略了这个细节

随着气温上升，很多人在家开始了“换季工程”。杭州萧山的王女士（化姓）同样忙活起来，但是整理完衣柜后，她却病倒了。到医院一查，肺部竟然“发霉”了！



肺曲霉病

图源：健康杭州

整理旧衣柜后感染肺曲霉病 高烧40℃，肺部“长满”菌斑

“我全身不舒服，吃药扛了三天，反复高热，体温最高到了40℃，还咳嗽。”王女士前往萧山区第一人民医院就诊。

从肺部CT上发现，王女士的肺部长出了一个个“小树芽”，怀疑是霉菌性肺炎。

在医生问诊时，王女士说起了换季整理衣柜的事，她在整理时发现衣柜里长了霉斑，为此还特意给衣柜做了清理，但是清理过程中没有戴口罩。清扫之后，她就出现阵发性咳嗽，但是程度比较轻微，所以未引起重视。

为了进一步确诊病情，医生为她进行纤维支气管镜检查及肺泡灌洗液病原体检测，果然发现气道壁上有大量白色菌斑，化验后确认是曲霉菌。

目前，王女士经抗真菌及综合支持治疗后病情逐渐稳定，已康复出院。

曲霉菌是如何进肺里的 有哪些常见症状

曲霉菌是一种真菌，被世界卫生组织列为一等致癌物质，其毒性是砒霜的68倍。曲霉菌在自然界中广泛存在，主要以枯死的植物、动物的排泄物及动物尸体为营养源。

潮湿环境下，曲霉菌容易滋生，家里洗手间地砖、墙缝等地方都可能是其温床。

人体免疫系统受到攻击或免疫力较弱时，曲霉菌就可能进入肺部，引起肺曲霉病。

临床上，肺曲霉病分为侵入性肺曲霉菌病、肺曲霉球、气管支气管曲霉病等类型。

常见症状包括：

持续高热不退，服用常规退烧药也难以起到明显效果；

咳嗽症状加重，伴有胸痛、呼吸困难；

痰液呈棕褐色或痰中带血丝；

出现鼻塞、流脓涕、面部疼痛等鼻窦炎症状；

严重时可导致呼吸衰竭甚至危及生命。

家中怎样除霉菌？

据萧山区第一人民医院呼吸与危重症医学科主任邬海燕介绍，该院门诊每年春季都会接诊因清理发霉旧物或打扫卫生而导致肺部感染的患者。

那么，家中如何做好除霉工作呢？

居室：开窗通风，是最有效的除霉方法。应尽量在房间对角线方向上打开至少两扇窗户换气；或使用空调的除湿功能来降低屋内湿度。

厨房：可经常打开厨房排风扇通风。

浴室：浴室内最易滋生霉菌，应避免在浴室内晾衣物；日常可在打扫后使用除霉专用喷雾剂。

布艺：布艺沙发等家具也易滋生霉菌，应定期清洗沙发套，并在阳光下暴晒。

清除霉菌的时候要注意戴口罩、戴手套，以免吸入引发疾病。还需要视情况戴上护目镜，以防清洁剂溅入眼睛，造成眼部损伤。

如果出现持续高热和反复咳嗽、咳痰、气喘等症状，经常规治疗效果不佳时，建议可检查确定是否感染了肺曲霉菌病。

综合国家应急广播、潮新闻等

这种菌被称为“冰箱杀手”

孕妇是易感人群

随着气温的上升，冰箱的使用频率日益增加。将食物放入冰箱，就能避免细菌污染吗？实际上，有一种菌在冰箱的冷藏环境下仍能生长，它就是李斯特菌，也被称为“冰箱杀手”。近日，南京市妇幼保健院接诊了一名感染李斯特菌的孕妇。专家指出，李斯特菌病多发生在夏秋两季，6至9月是发病高峰期，易感人群包括新生儿、孕妇、老年人和免疫缺陷人群。

通讯员 史月 现代快报/现代+记者 梅书华

吃完冰箱里的炸串，孕妇腹痛出血

“医生，快快快，我肚子疼得不行，还流血了！”孕妇小周（化姓）在家人的陪同下，急匆匆地赶到南京市妇幼保健院急诊医学科。陪同的丈夫焦急地说：“她怀孕35周了，之前吃了从冰箱里拿出的酸奶和炸串，今天早晨突然发现出血，一直说肚子疼，头也滚烫，这是怎么了？”

医生检查后发现，小周最高体温达39℃，胎心监护提示胎儿窘迫，要立即收治住院。入院后，产科团队综合评估小周的病情，决定立即为她进行剖宫产手术。术中发现羊水三度污染伴腥臭、新生儿轻度窘迫。新生儿血培养检查提示小周为“李斯特菌感染”。所幸在各学科专业协作下，手术顺利，小周和宝宝经过积极治疗，母子平安，现已顺利出院。

南京市妇幼保健院急诊医学科副主任樊益攀介绍，李斯特菌是一种革兰阳性杆菌，无芽孢，短杆状。单核细胞增生李斯特菌是李斯特菌属中唯一能引起人畜共患病的病原菌。它广泛存在于土壤、污水、动物以及各种生食和即食食品中，该菌生命力顽强，能适应各种环境，在冰箱的冷冻环境下仍可生长，又称“冰箱杀手”。李斯特菌病多发生于夏秋两季，6—9月为发病高峰，易感人群包括新生儿、孕妇、老年人和免疫缺陷人群。

孕妇、老年人感染李斯特菌更危险

李斯特菌最主要的感染方式为经口感染，可引起胃肠道感染、血液感染、中枢神经系统感染及妊娠期感染、新生儿感染。

人类食用被李斯特菌污染的食品后，健康成人通常会出现轻微的流感症状，这些症状多无特异性，常见的包括发热、恶心、关节疼痛等。然而，孕妇、老年人和免疫力低下的人群感染症状较重，主要表现为血液感染和化脓性脑膜炎。

对于孕妇而言，患李斯特菌病的风险比普通人群高数倍。母体感染通常较轻且较为隐蔽，发热是最常见的临床表现，还可能伴有全身酸痛、乏力等类似流感的症状。严重者可能出现胎膜早破、先兆早产、胎儿窘迫等宫内感染症状。李斯特菌可通过胎盘垂直传播或吸入污染的羊水引起新生儿严重感染，导致流产、早产和新生儿李斯特菌病。

预防李斯特菌病，孕妇应避免生吃蔬菜

樊益攀介绍，要避免李斯特菌感染，要注意三点：

首先要注意食品处理与储存。彻底加热食物，包括肉类、禽类、鱼类等，要确保完全煮熟（70℃以上持续2分钟）。同时避免生食，不食用未经巴氏消毒的牛奶、生肉、生海鲜、软奶酪等高风险食品。生熟食品要分开处理，使用不同的刀具和砧板处理生熟食物，避免交叉污染。冰箱管理格外重要，定期清洁冰箱，冷藏温度保持在4℃以下，食物不宜存放过久。

其次要注意个人卫生。处理食物前、如厕后、接触动物后需彻底洗手。水果蔬菜食用前充分清洗或削皮。高危人群特别是孕妇、婴幼儿、老年人及免疫力低下者应避免食用高风险食物（如生冷食物、烟熏海鲜、未消毒乳制品）。

“尽量避免生吃鱼肉、牛肉、蔬菜，禁食腐烂变质的食品，生食瓜果应洗净，冰箱食品的储存应生熟食分开。”樊益攀提醒。

去年没用完的防晒霜 今年还能接着用吗？

进入春夏季节，紫外线逐渐增强，很多人翻出了去年夏天没用完的防晒霜，打算继续使用。然而，他们又担心继续使用放了这么久的防晒霜会导致皮肤问题。

那么，去年没用完的防晒霜，今年还能接着用吗？防晒霜的防护力还存在吗？使用时需要注意哪些事宜？

去年的防晒霜还能用吗？

化妆品的货架期一般是3年，这意味着，只要保存得当，没有开封的化妆品在这3年中的任意一天开启，都可以放心使用。要判断存放一段时间后的防晒霜是否还有防护力，可以参考以下几个简单方法。

未开封的防晒霜：只要在生产日期后3年内，且霜体没有明显异常（例如水油分层、豆腐渣样），基本可以正常使用。如果不放心，可以取少量的防晒霜涂在耳后，15分钟后观察皮肤有没有不良反应，例如刺痛、红肿、发痒。如果一切正常，就可以放心使用。

已开封的摇摇乐防晒（内部有小钢珠的防晒霜）：这类防晒霜正常时就是水油分离状态，需要用力摇10次左右再使用。因为油层在上方起封闭作用，基本不用担心霜体变质的问题。同样，在耳后测试无异常后，可以正常使用。

已开封的乳液型防晒霜：如果存放超过6个月，可能已经超过了产品开封后的保质期，不建议再继续使用。化妆品包装上通常会印有开封后保质期标识，如“6M”表示6个月，“12M”表示12个月。

如果存放时间没有超过6个月，也要结合存放环境具体判断。当存放环境干燥、阴凉，如常温下的抽屉、柜子里，可以结合耳后测试，酌情使用。当存放环境潮湿、高温，如浴室，也不建议继续使用。

使用防晒霜注意这4点

1. 注意用量：防晒霜的正常用量是全脸每次使用大概1元硬币大小的霜体。如果每天使用，一瓶30mL的防晒霜大概能在1个月内用完。用量不足会减弱防晒霜的防护力。用量减少一半时，SPF55的防晒霜的防晒效果可能不到30%。

2. 阴天也要做好防晒：阴天的紫外线辐射强度只比晴天低约20%，同样可能造成皮肤损伤。

3. 户外记得定时补充：在户外活动时，建议每两小时补涂一次防晒霜，每次使用量同样为1元硬币大小。

4. 及时清洗卸妆：日落后，建议尽快清洗掉防晒霜。特别防水的防晒霜，建议使用卸妆产品清洗。

另外，需要提醒的是，在紫外线强烈的夏季和正午时段，更推荐室内躲避阳光、户外使用硬防晒手段（遮阳伞、防晒帽、防晒服、墨镜、口罩）遮蔽阳光，防晒霜只是辅助手段。

据央视财经