

没有被叮咬,5 名家属接连感染蜱虫病

专家提醒:蜱虫病会人传人

近日,葛先生发现自己的胳膊下方出现了一颗“黑痣”,凑近一看,赫然发现是一只“虫子”在吸血。他赶紧来到南京市第二医院,经过检查,发现咬伤葛先生的罪魁祸首正是蜱虫。葛先生回忆起自己前一天去紫金山走了野道,可能就是那个时候被蜱虫叮咬。南京市第二医院急诊科主任医师卢虎告诉现代快报记者,蜱虫偏好栖息于植被茂密的灌木丛、草丛及丘陵与平原交界处的阴凉环境,全年均可活动,但每年4—10月为高发期,此时气温适宜,蜱虫活跃度高,且人们户外活动增多,接触风险上升。

现代快报/现代+记者 张宇

蜱虫叮咬进入高发期! 中老年是高危人群

“我们医院每年收治蜱虫相关病例超3000例,其中重症患者占10%—15%,死亡率为5%—8%。病例主要集中在50岁以上的中老年人群,尤其是合并糖尿病、高血压等基础疾病者,其免疫力低下,感染后病情进展更快,治疗难度更大。”卢虎坦言,蜱虫虽然体型小,但是一旦被叮咬有很高的患病风险。他介绍,蜱虫携带病毒、细菌、真菌、寄生虫等病原体,在叮咬时口器刺入皮肤,病原体可随唾液释放从而传播疾病。据统计,目前已经发现由蜱虫引发的人类严重疾病达28种以上,像莱姆病、斑疹伤寒、发热伴等,其中部分疾病如发热伴严重的话会导致患者死亡。

但并非所有蜱虫叮咬都会致病,部分人群仅出现局部红肿、瘙痒等轻微反应。“但如果被蜱虫叮咬后一周内出现发热、乏力、恶心、呕吐等全身症状;发热持续3—4天后未缓解,或伴血小板、白细胞计数下降;出现牙龈出血、皮肤瘀斑、黑便等出血倾向;出现意识模糊、呼吸困难、少尿等脏器功能损伤表现,就要引起重视,赶紧前往专科医院治疗。”卢虎表示,蜱虫传播的疾病具有隐蔽性和严重性。以发热伴血小板减少综合征(布尼亚病毒感染)为例,初期症状与感冒高度相似,表现

为发热、乏力、肌肉酸痛、胃肠道不适等,极易被忽视。但随着病情的发展,患者会出现血小板和白细胞急剧下降,严重时可能引发多脏器功能衰竭、出血倾向、感染性休克等,若未及时干预,可能危及生命。

无叮咬史也会感染! 医生警告:蜱虫病可人传人

“临床中,我们还遇到过一些特殊的情况。有的患者来就诊,核酸显示阴性但符合蜱虫病典型症状,患者已经出现了发热、血小板下降、多脏器损伤等。”卢虎解释道,布尼亚病毒家族庞大,不同种类的病毒传染性有所不同。另外,蜱虫传播疾病存在潜伏期,通常3—10天,最长可达半个月。若在叮咬后短期内(如1—2天)进行检测,可能因病毒载量过低出现假阴性结果。所以说,可以间隔3天进行血常规和布尼亚病毒核酸检测,一旦出现异常,应立即前往定点医院接受专业评估。

“曾经,我接诊过一名患者,他明确没有蜱虫叮咬史,但检测确诊了蜱虫病。”卢虎告诉记者,蜱虫传播的疾病不仅通过直接叮咬,还存在人传人的风险。患者的血液、呕吐物、排泄物等都可能成为传染源。“前些年我就遇到过,一位在农村生活的老年患者被蜱虫叮咬后,当时没有及时规范治疗就直接回家了。家人为他进行日常护理的时

候也没采取防护措施。没想到随后5名参与护理的家属陆续感染蜱虫病,均出现发热、血小板下降等症状。所幸因年轻、抵抗力较强,经抢救治疗后康复。”他表示,蜱虫病患者的分泌物、血液具有传染性,家庭护理要警惕人传人风险。同时,蜱虫还会通过宠物或家畜传播给人类。因此,需定期为宠物进行体外驱虫,避免其进入蜱虫高发区域;接触家畜后应及时洗手,避免直接接触动物血液和分泌物。若发现宠物身上有蜱虫,须使用专用工具取出并消毒,切勿徒手操作。

蜱虫专挑这些部位“下手”,3招有效防叮咬

蜱虫喜欢附着于皮肤裸露部位,如手臂、脚踝,随后会向皮肤皱褶处,如腋窝、腹股沟、头皮移动,因其口器带有倒刺,一旦刺入皮肤便难以自行脱落。卢虎特别提醒,发现蜱虫叮咬后,切勿自行强行拔除。强行撕扯可能导致蜱虫口器残留体内,增加感染风险。正确的处理方式是立即前往专科医院,由医护人员使用专业工具完整取出,并进行消毒处理。

谈到如何避免蜱虫叮咬,卢虎提醒,避免进入植被茂密的野草丛、灌木丛,尤其是丘陵与平原交界区域。登山、露营等活动应选择成熟路线,避免涉足未开发区域。户外活动时穿着长袖长裤,扎紧袖口、裤脚和领口,选用浅色衣物以便及时发现蜱虫附着。必要时可穿戴防虫网帽、手套等装备。暴露部位涂抹含避蚊胺(DEET)、氯菊酯等成分的驱蚊防虫剂,每隔2—3小时补涂一次;衣物可提前用氯菊酯类药剂浸泡处理,增强防护效果。



扫码看视频

牛奶、热水、冰淇淋到底谁更解辣?

想挑战地狱辣然后后悔啦?到底怎么能快速解辣?有人说是热水,有人说是冷水,你知道是什么吗?

辣只是一种痛觉,而不是味觉

我们能吃到“酸甜苦咸鲜”这些味道时,味蕾的细胞里发生着一系列化学反应,把这些信号传递给大脑,于是我们感知到了这些味道。然而我们的舌头不止能感知味道,还有温度,辣其实就是一种“灼热”带来的痛觉,而不是味觉。

带来这种痛觉的分子是辣椒素,所以感受到的辣准确来说是“热到灼痛”,这也是为什么在被辣到的时候会条件反射地给舌头扇风。

这种受体负责感知42℃以上温度,pH过低的酸度、辣椒素、某些蜘蛛/水母产生的毒素等,可以看出它主要是为了警示危险而存在的。

正因为这个原因,在你被辣到的时候,大脑把它判定为一种“伤害”,因此会分泌一些内啡肽来帮你止痛,这也是为啥一些人热衷吃辣——因为内啡肽是一种能让人产生欣快感的神经递质。

能有效解辣的食物

那根据这个原理,到底哪些食物可以有效解辣呢?

1 牛奶/酸奶

牛奶里的酪蛋白可以和辣椒素结合——就好像洗洁精和油脂那样——从而让辣椒素更少地和舌头上的受体结合。把牛奶含在嘴里,用漱口的方式让它们尽可

能多地接触、洗刷到灼痛的口腔,可以有效缓解“辣感”。

2 淀粉类物质

米饭、面包等,它们的作用就好像洗碗海绵,可以通过物理摩擦和吸附,减少口中残余的辣椒素。

3 油脂类食物

肥肉、花生酱、淋了橄榄油的沙拉、巧克力等。因为辣椒素是一种脂溶性物质,有油脂的食物可以帮忙缓解。

4 冰的东西

低温可以麻痹神经末梢,暂时降低灼热感,但无法分解辣椒素。

把以上几个能解辣的要素结合一下:冰的全脂牛奶、冰淇淋是非常好的解法,不少网友实测也发现冰淇淋超级有效。

不能有效缓解的食物

1 常温水

喝完会觉得更辣,因为水把辣椒素冲得到处都是,直接起到帮助传播辣的作用。而热水只会让你更痛,因为辣本身就是“热感带来的痛”,热水简直就是再添一把火!

2 常温的酒、碳酸饮料、柠檬水等

会增加口腔中的刺激感,进一步火上浇油。不过足够冰的碳酸饮料可以起到一定的缓解作用,主要还是依靠降温的作用。

总体来说,冰牛奶、冰淇淋这些给舌头降温的选项更有效哦!

据科普中国微信公号

筷子用久变“菌窝” 别让它成为胃部“隐形杀手”

每日与我们相见的筷子,或许正成为威胁胃部健康的“隐形杀手”。不少家庭将筷子用到开裂、褪色仍舍不得丢弃,却不知长期使用的筷子,表面会布满肉眼难察的细小凹槽,成为细菌、霉菌肆意滋生的“安乐窝”。辽宁抚顺市第二医院普外科副主任医师耿超提醒:定期更换筷子,可降低致病物质传播风险,守护胃部健康。

上海市消保委实验显示,使用超6个月的筷子,霉菌数量比新筷高出30%。木筷、竹筷,表面易磨损,吸水受潮后容易成为黄曲霉毒素和幽门螺杆菌滋生的温床。此外,部分塑料筷或劣质一次性筷子在高温下可能释放甲醛等有害物质,危害健康。不同材质的筷子更换周期不同,木筷、竹筷建议每3—6个月更换一次,一旦出现裂痕、霉斑或异味,应立即丢弃;不锈钢、陶瓷筷因表面光滑不易藏菌,可每3个月检查一次,若未出现明显磨损,可适当延长使用时间。

除定期更换筷子外,餐具养护与饮食选择对守护胃部健康同样关键。耿医生介绍,餐具清洁也有大学问,成把清洗的筷子菌落总数比单根清洗高30%—50%,建议将筷子分开清洗,用洗洁精擦拭后彻



视觉中国供图

底冲洗。高温消毒是有效手段,100摄氏度沸水煮10分钟可杀灭99%的致病菌,但黄曲霉菌的杀灭需区分菌体与毒素:菌体可通过高温、紫外线灭活,而毒素需280摄氏度以上高温或碱性处理,日常家庭环境中一般无法杀灭。此外,家中常用的碗盘、砧板、刀具和洗碗布也易“藏污纳垢”,日常清洁与定期更换不可忽视。

值得警惕的是,大家常挂在嘴边的“趁热吃”这一习惯暗藏风险,有些人把“趁热吃”变成了“趁烫吃”。国际癌症研究机构经过评估后认为,饮用温度超过65摄氏度的

热饮有致癌风险。耿医生建议,食物温度应控制在10—40摄氏度为宜。

另外,胃部健康筛查,是预防胃部疾病的“前哨站”。幽门螺杆菌是胃炎、胃癌的主要诱因之一,建议健康成年人定期检查幽门螺杆菌。同时要注意分餐,使用公筷。此外,胃镜检查对于发现胃部疾病以及早期胃部恶性疾病的筛查至关重要。随着科技进步,无痛胃镜也越来越普及,检查痛苦大幅降低。耿医生建议成年人每3—5年进行一次胃镜检查,为胃部健康筑牢防线。 据人民日报

以为是湿疹,结果竟是癌

医生:很多患者去错科室

日前,宁波大学附属妇女儿童医院乳腺病诊疗中心接诊了一例被误诊长达1年多的乳腺派杰氏病患者,也称为乳腺湿疹样癌。因耽搁时间较长,患者已出现淋巴结转移。该中心唐鲁兵主任提醒,这类最会伪装的乳腺癌,导致相当多的患者首诊都去了皮肤科,延误了病情。

辗转求医1年多,“湿疹”竟是乳腺癌

早在1年多前,王女士就发现右侧乳头时不时发痒,皮肤泛红渗液,结痂后又反复脱皮。她说有时候就像被蚂蚁叮咬,夜里痒得睡不着。她前往当地医院皮肤科就诊,说是湿疹,配了药和药膏,涂抹后症状稍有缓解,但过不了多久瘙痒又卷土重来。

王女士就这样在当地皮肤科反反复复看了好多次,直到前段时间,她发现乳头开始溃烂,原本凸起的乳头竟在反复结痂脱落中逐渐消失了。经朋友提醒,她才来到宁波大学附属妇女儿童医院乳腺疾病诊疗中心求诊。

随后的检查印证了最坏的猜想——B超显示乳腺低回声占位,钼靶摄影捕捉到簇状钙化灶,细

胞学检查发现了标志性的派杰氏细胞,结合相关病理检查结果,确诊为乳腺派杰氏病。

病理报告揭开最会伪装乳腺癌的面纱

“这不是简单的皮肤病,而是从乳头表皮生根的特殊类型乳腺癌。”唐鲁兵拿着病理图谱解释,乳腺派杰氏病发病率不高,只占乳腺癌总数的1%到3%,因癌细胞像湿疹样在皮肤表层匍匐生长,常被误诊为皮炎、湿疹,所以又称乳腺湿疹样癌,相当多的患者首诊于皮肤科。

这种乳腺癌的狡猾之处在于早期仅表现为乳头瘙痒、脱屑,症状时轻时重,病程进展缓慢,但随着病情发展,癌细胞会逐步吞噬乳头结构,最终形成火山口样溃疡。更危险的是,部分患者会合并其他类型乳腺癌,一旦突破表皮层形成浸润,预后将会急转直下。

据介绍,这种类型乳腺癌的高发年龄在40到60岁之间,单纯性派杰氏病10年生存率接近100%,但合并浸润性癌时预后会明显降低。其实,用棉签在溃烂处轻轻一擦就能做个细胞学检查,发现有典型的派杰氏细胞时,基本上可确诊。 据央视网微信公号