

出生36天的宝宝咳了9天

检查后被确诊为百日咳

流感、百日咳、手足口病、食源性疾病易发
4月份要注意防范这些疾病



近期各类细菌、病毒进入活跃期,要做好防范。

四月芳菲醉,人间仲春时。江门市疾控中心提醒,四月春暖花开,气温适宜,是人们出游踏青的好时节,也是各类细菌、病毒开始孳生活跃的时期,新冠病毒感染、流感、百日咳、手足口病、食源性疾病易发,要注意防范。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 陈丽秋 江疾宣

注意3种呼吸道疾病

近期监测数据提示,我市新冠病毒感染疫情呈低水平波动回升趋势,但发生规模性疫情可能性不大。据悉,预防新冠仍不容忽视,可采取对常见呼吸道传染性疾病的措施,应对当前的新冠病毒感染风险。对于重点人群,要做好日常健康监测和防护工作,出现风险早识别早干预。

此外,现阶段我市流感活动水平仍处于流行期。学校、托幼机构、养老机构、医疗机构、监管场所等集体单位是流感暴发疫情防控重点场所,需做好流感暴发疫情防控工作。重点防范人群尽量不到人多拥挤、空气流通不畅的公共场所,做好个人防护。

根据当前百日咳发病趋势及特点,预测2024年我市百日咳发病和报告水平将继续升高,实验室确诊病例(百日咳鲍特菌核酸检测阳性)比例上升,以散发性为主。随着报告病例数的增加,大龄组儿童病例占比将上升,无免疫史的婴幼儿发病风险增大,患儿年龄越小,出现并发症和重症的风险越高。

食源性疾病风险上升

4月天气逐渐回暖且湿度大,霉菌繁殖加快,人们外出踏青增加,误食有毒植物(毒蕈、野菜)风险上升。不少人因误食毒蕈引起食物中毒,甚至死亡。此外,每年2—5月为河豚鱼卵巢发育期,毒性较强,“食鲜”或误食情况时有发生。除了细菌性食源性疾病(特别是副溶血性弧菌和沙门氏菌)暴发风险上升,还会容易引起米酵菌酸中毒。米酵菌酸中毒后病死率在30%—50%,致死率相当高的细菌毒素之一。

如何预防食源性疾病?江门市疾控中心提醒:

1. 提高食品安全意识,不采、不买和不吃野生蘑菇、野菜等。
2. 加强健康监测,一旦进食后出现恶心、呕吐、腹泻、腹痛等急性胃肠炎症状或视力模糊等症,高度怀疑是食物中毒的,要及时就医并如实告知。
3. 外出就餐时到正规的餐饮店就餐,不要食用来源不明的食物(如野生蘑菇、野菜、河豚鱼等)。
4. 消费者选购湿米粉制品时要认真查看,阅读产品标签、保质期,注意保存条件和时间等。选择外观无霉变、外形完整、色泽结构均匀产品。一旦试吃发现有酸败味、霉变味或其他异味,就应该立即丢弃。

对此,江门市疾控中心提醒,预防百日咳,要做好以下措施:

1. 规范接种百日咳成分疫苗是预防百日咳最有效措施。我国目前对适龄儿童实施4剂次含百日咳成分疫苗的免疫程序。除完成常规免疫程序外,世界卫生组织(WHO)建议在儿童入学时(约6岁)进行含百日咳成分疫苗的加强免疫,维持免疫保护的效果。

2. 及时诊断和隔离。无论成人还是儿童青少年,咳嗽持续2周以上,伴有痉挛、程度剧烈,尤其是咳得整夜睡不着觉、眼睛充血,或身边有类似病例而自己突发咳嗽,应主动就医,确诊后要及早隔离,切断传染源。

3. 做好个人防护。儿童、年老体弱者、孕妇等易感人群在百日咳流行季,尽量不要到人员密集的地方,在公共场所注意戴好口罩,避免跟咳嗽患者接触,室内经常开窗通风,勤洗手、适当锻炼、清淡饮食,提高自身抵抗力。

此外,每年4—7月是手足口病流行季节,这与气温上升、雨水较多,环境湿热等有关。尤其学校和托幼机构等重点场所需加强日常防护。江门市疾控中心建议:

1. 进食前、如厕后、处理呕吐物或更换尿布后应洗手,不要与他人共用毛巾或个人物品。
2. 避免与手足口病病人密切接触,减少感染机会。
3. 被污染的日用品、玩具、餐具等要及时用含氯消毒剂消毒,衣物在阳光下暴晒,室内保持通风。
4. 患者应居家隔离至康复,防止病毒传播。
5. 目前EV71疫苗接种对象为6月龄至5岁的儿童,可有效预防EV71相关手足口病发病、重症和死亡,为了能尽早发挥保护作用,鼓励儿童在12月龄前完成接种程序。

江海区新增两个“全国示范性老年友好型社区”

江门日报讯(记者/张泽彬 通讯员/温建伟)近日,江海区卫生健康局为获评“全国示范性老年友好型社区”共9个,其中江海区3年创建了4个,交出了一份亮眼的“成绩单”。

据介绍,江海区将继续围绕老年人的居住环境、日常出行、健康服务、养老服务、社会参与、精神文化生活等方面,全方位提升老年人在社区生活的获得感、幸福感和安全感,让更多老年人享受到创建工作的成果。

大程度满足了老年人多样化和个性化需求。

目前,我市入选“全国示范性老年友好型社区”共9个,其中江海区3年创建了4个,交出了一份亮眼的“成绩单”。据介绍,江海区将继续围绕老年人的居住环境、日常出行、健康服务、养老服务、社会参与、精神文化生活等方面,全方位提升老年人在社区生活的获得感、幸福感和安全感,让更多老年人享受到创建工作的成果。

昨日,记者从江门市疾控中心获悉,根据当前百日咳发病趋势及特点,预测2024年我市百日咳发病和报告水平将继续升高,实验室确诊病例(百日咳鲍特菌核酸检测阳性)比例上升,以散发性为主。

据介绍,随着报告病例数的增加,大龄组儿童病例占比将上升,无免疫史的婴幼儿发病风险增大,患儿年龄越小,出现并发症和重症的风险越高。适龄儿童应及时、全程接种含百日咳成分疫苗,未接种儿童应尽快补种。

文/图 记者 梁爽
通讯员 管浩男



1岁以下婴儿为百日咳高风险人群,应做好日常防护,病情变化要及时就医。

A 1岁以下婴儿为高风险人群

百日咳,是由百日咳鲍特菌(又称百日咳杆菌)感染引起的急性呼吸道传染病,临床以阵发性、痉挛性咳嗽、鸡鸣样吸气吼声为典型特征。并发病多见于未达到接种含百日咳成分疫苗起始月龄的婴儿,以肺炎最常见,亦可并发肺动脉高压和百日咳脑病,严重者会导致死亡。

“我们发现,自去年开始尤其今年以来,百日咳杆菌患者确诊率较往年有所增加。”江门市妇幼保健院儿内科主任吴振波分析,近年来,百日咳感染率出现增长,原因可能跟接种疫苗后产生的免疫力衰减和百日咳鲍特菌变异等因素有关。

出生36天的浩浩,咳嗽了9天,在当地医院治疗效果不好,于是由家人转到江门市妇幼保健院求治。入院前3天,浩浩出现病情加重,发热、气促、呼吸费力,胸部CT提示大量炎症渗出伴右肺下叶实变。入院后,吴振波带领团队,为浩浩完善支气管镜检查及肺泡灌洗液检测后,发现其感染了百日咳杆菌。经过针对性抗感染及对症支持治疗,最后浩浩顺利康复。

“百日咳主要通过飞沫传播,如患者咳嗽、打喷嚏等将细菌播散到空气中,易感者吸入带菌的飞沫而被感染。也可经密切接触传播。”面对家属的疑问,吴振波解释,各年龄段人群均可发病,但以学生、儿童为主。1岁以下婴儿为高风险人群,尤其3月龄以内的婴儿,其由于未接种含百日咳的疫苗,免疫功能较差,一旦感染,更易引起并发症,应做好日常防护,病情变化及时就医。

B 如不干预,通常要持续百日左右

具体来说,百日咳杆菌侵入呼吸道后,会在局部繁殖并产生毒素,引起纤毛麻痹、细胞变性和坏死脱落,分泌物排出受阻。吴振波介绍,典型的百日咳杆菌感染分为3个阶段:卡他期、痉咳期,以及恢复期。如果不干预,3个阶段加起来通常要持续100天左右。

1. 卡他期,持续1—2周。表现为流涕、打喷嚏、流泪、咽痛、阵发性咳嗽等上呼吸道感染症状。多无发热,或初

期一过性发热。该期具有极强传染性。

2. 痉咳期,一般持续2—6周,亦可长达2个月以上。表现为阵发性痉挛性咳嗽,伴咳嗽末吸气的吼声,反复多次,直至咳出黏痰,昼轻夜重,睡眠期间痉挛性咳嗽更为突出,影响睡眠。痉咳次数随病情发展而增多。常在咳嗽后呕吐。新生儿和6月龄以下婴儿咳嗽后常会引起发绀、呼吸暂停、惊厥、心动过缓或心脏停搏。

3. 恢复期。痉咳逐渐缓解,咳嗽强度减弱,发作次数减少,鸡鸣样吼声逐渐消失,阵发性痉咳症状可持续数周或数月。

不过,许多百日咳杆菌感染者没有症状。一项研究发现,百日咳病例的家庭接触者中,多达56%的实验室确诊感染者没有症状。一般而言,婴幼儿症状较重,容易引起并发症和死亡。

C 易感人群可加强接种疫苗

值得注意的是,百日咳在卡他期与普通感冒很相似,但进入痉咳期后咳嗽症状比较剧烈,并且持续时间比普通感冒要长很多,治疗用药也有别于普通感冒。

接种疫苗,仍是目前预防百日咳最有效、经济的方法。目前,我国使用的疫苗是百白破三联疫苗。接种时间

为出生后3月、4月、5月、18月各接种1次。通常接种3—5年后保护性抗体水平下降,12年后抗体几乎消失,因此流行期易感人群可加强接种。

出现什么症状需要及时就医?吴振波提醒,百日咳传染性很强,并且人群普遍易感,尤其未接种过疫苗的婴幼儿。家庭、学校或托儿机构如果出现

群体发病,按普通感冒对症治疗症状仍不缓解甚至加重,咳嗽剧烈,或伴鸡鸣样吼声,应警惕百日咳可能,及时前往专业医疗机构诊治。对于确诊病例,应及时隔离以减少交叉感染,至少隔离到有效抗菌药物治疗后5天,对于未及及时给予有效抗菌药物治疗的患者,隔离期为痉咳后21天。

重庆一女子突发躁狂将幼子从22楼抛下 四类人群易患躁狂症

据重庆巴南警方通报,4月1日,巴南区人何某(女,37岁)在渝南大道一小区22楼家中突发躁狂,持菜刀将其婆婆砍伤后,将3岁幼子从窗户抛下坠地身亡。目前,何某已被警方控制,亲属邻居反映其近期精神行为异常。案件正进一步侦办中。

这一悲剧性事件不仅令人痛心,也凸显了心理健康问题的重要性和紧迫性。什么是突发躁狂?多见于哪些人群?如何应对?对此,记者采访了江门市中心医院蓬江分院精神科副主任医师雷波。

文/图 记者 梁爽 通讯员 曹昆恒

源于情绪和行为调节障碍

突发躁狂,是指在较短时间内(通常是几小时至几天)突然出现的躁狂症状,表现为情绪高涨、兴奋、冲动、多动、注意力不集中等,严重的突发躁狂会造成自伤或者伤人。据介绍,这种突发躁狂多在躁狂症患者中发生。

躁狂症,是精神专科的一种医学术语,是一组病症,其诊断标准为以情绪高涨或易激惹为主,合并以下至少三种症状:思维奔逸、活动增多,伴有自我评

价过高、言语夸大,注意力不集中,精力充沛,好管闲事,行为鲁莽,睡眠需要少,性欲亢进。严重时言语凌乱、行为紊乱,会出现自伤伤人行为。此种状态持续一周以上。

躁狂则是对上述短暂性这种状态的描述。雷波介绍,“突发躁狂,在情绪背景、持续时间和严重程度有所不同,但实质都是情绪和行为调节障碍。”

雷波表示,突发躁狂可能与以下原因有关:一是精神心理因素。比如,患者工作生活压力大,长期处于负面情绪,受到强烈精神刺激,受责骂,经历了重大生活事件等。二是身体因素,身体健康状况不好。比如,睡眠差,营养不足,工作艰辛,生活环境恶劣。以上两个直接原因,再加上患者易感体质(如有家族遗传史,性格急躁,不稳定,行事偏激,或是孤僻内向,适应力差等因素),就易出现急性躁狂这种情绪障碍。



医生建议,首次出现躁狂症状,越早就医越有利于病情恢复。

因有关:一是精神心理因素。比如,患者工作生活压力大,长期处于负面情绪,受到强烈精神刺激,受责骂,经历了重大生活事件等。二是身体因素,身体健康状况不好。比如,睡眠差,营养不足,工作艰辛,生活环境恶劣。以上两个直接原因,再加上患者易感体质(如有家族遗传史,性格急躁,不稳定,行事偏激,或是孤僻内向,适应力差等因素),就易出现急性躁狂这种情绪障碍。

值得一提的是,从警方的通报来看,女子突发躁狂,也揭示了关注产后妇女心理健康问题的紧迫性。不少妇女在产后或多或少会产生一些心理问题,例如出现持续的悲伤、焦虑、绝望感,严重者可能出现自杀倾向或伤害孩子的想法。作为新妈妈心理复原力的重要源泉,家庭也扮演着无可替代的角色。

出现哪些情况需要立即就医?雷波表示,若首次出现躁狂症状,越早就医越有利于病情恢复。若为复发,在服药基础上出现以下四种情况,需终止观察立即就医,一是出现精神病性症状,如常见的夸大妄想、钟情妄想等;二是出现冲动行为,如一言不合就谩骂、毁物甚至动手打人;三是出现自伤自杀的想法及行为;四是出现过度消耗情况,日夜不睡,四处奔跑,不思进食饮水。

出现症状需要及时就医

那么,哪些人群是躁狂症高发人群?雷波介绍,以下四类人群为躁狂症高发人群:

1. 情绪控制能力弱的人。如焦虑人格,遇事易紧张不安、总有失控感。性格暴躁,做事没耐心,遇事易冲动。
2. 长期失眠的人。失眠带来的精神躯体痛苦易引起焦虑情绪,患者往往心情烦躁,脾气大,受负面情绪困扰。
3. 职业压力大的人。如劳动强度

大,责任重大、危险性高,工作环境极易让人产生身心疲惫感。

4. 性格有缺陷的人。如性格内向,孤僻敏感,不善于人际交往,适应力差,得不到太多家庭关系和社会关系的支持。

据悉,可以从四个维度判断自己和周围人是否存在躁狂症状,即三个核心症状加上至少三种常见症状,持续躁狂状态一周以上,对学习工作生活带来明显影响,排除脑部及躯体疾病或精神活性物质和药物所致的情绪行为障碍。

雷波提醒,躁狂症患者易被激怒和兴奋,要避免待在人多嘈杂的环境。在与其接触交流时要保持亲切和耐心,不和患者不得当的言行计较。同时做好安全防护。患者精力充沛,可以引导患者通过运动方式让精力体力得以宣泄,也可以陪其下棋、绘画、唱歌,通过这些较为舒缓的活动让患者身心得以放松,维持相对安静的状态。