

红斑狼疮不是“豺狼”

大多数患者能正常生活 “一定要按时服药、定期复诊”

近日，“红斑狼疮”话题冲上热搜。记者了解到，近年来江门市五邑中医院肾内科收治狼疮患者人次逐年上升，大多数患者经过规范治疗，病情得到有效控制，能和普通人一样正常生活。

那么，红斑狼疮是绝症吗？有哪些症状？是否存在有效的治疗办法？带着这些问题，记者采访了江门市五邑中医院肾内科主任杨爱成。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 冯晓琳



医生询问红斑狼疮患者身体情况。

有患者未按时服药致终身依赖透析

红斑狼疮(也称狼疮),全称为系统性红斑狼疮,是一种自身免疫疾病。“虽然红斑狼疮难以根治,但随着医疗水平的不断提升,红斑狼疮患者的临床预后有了相当大的改善。”杨爱成表示,红斑狼疮已由既往的急性、高致死性疾病转为慢性、可控性疾病。

2022年,24岁的小丽因为乏力、少尿、浮肿,住进江门市五邑中医院肾内科。通过完善抽血、肾穿刺等检查,被明确诊断为红斑狼疮。经医生评估,小丽的血液系统、肾脏、皮肤都受到了损害,属于重症红斑狼疮。

“为了挽救生命,我曾经接受血液透析治疗1个月,之后还接受了激素、免疫抑制剂、生物制剂等治疗。”小丽说,刚开始,自己常常以泪洗面,杨爱成以及江门市五邑中医院肾内科医生宁麟、护士长刘小玲每天都耐心开导她,逐渐帮助她树立了战胜病魔的信心。

随着病情一天天好转,小丽逐渐变得坚强、乐观,严格遵医嘱,按时服药,定期复诊。在科医护人员的悉心治疗和患者、家属的共同努力下,治疗1年后,小丽就回到了工作岗位。

今年,小丽更是与男友喜结良缘,组建家庭。小丽说:“现在,除了每日定

时服药,我与普通人别无二样。目前,我们正在备孕,如果条件合适,就能怀孕生育了。”

不过,也有的患者因未按时服药和定期复诊导致病情加重。50岁的老卢就是其中一位。2020年,他因为胸闷、气促到该院就诊,被诊断为红斑狼疮,累及心脏、肾脏、泌尿系统等多个系统,病情危重。

医生给予激素、免疫抑制剂治疗后,老卢病情有所改善。因其病情进展快,肾功能迅速恶化,医生为其制定了包括血液透析在内的综合治疗方案,其病情逐渐好转,尿量、肾功能恢复,顺利脱离血液透析治疗。出院后,老卢又自行停用药物,不接听随访电话,不按时复诊,病情逐渐加重,再次因胸闷、气促到肾内科就诊。

杨爱成团队再次予以针对性治疗方案,千叮万嘱咐老卢一定要按时服药,出院后按时门诊复诊。但老卢一出院就将这些话抛之脑后,继续拒服药物,烟酒不离手。反复折腾了几次,最后他的肾脏损害逐步慢性化,肾功能进一步恶化,且不能再逆转,不得不终身依赖血液透析治疗。“很后悔,但是已经没办法改变了。”老卢表示。

发病机制复杂 目前尚未完全阐明

“正常情况下,人体的免疫系统可以识别并清除外来的病原微生物,以及体内衰老、死亡或异常的细胞。”杨爱成介绍,但红斑狼疮患者的免疫系统出现了故障,攻击自身健康的细胞,从而造成机体多个器官损伤。受损器官常涉及皮肤、肾脏、心脏、肺部等多个系统,因此被称为系统性红斑狼疮。

这个疾病跟“狼”有什么关系呢?据说是国外的一位学者,发现患者身上的皮疹像狼咬伤后的伤痕,故取名“狼疮”。

红斑狼疮是一种慢性疾病,需要患者长期接受药物治疗。该病多发于育龄期女性,女性发病年龄多为15—40岁,女男比例约为7—9比1。

关于红斑狼疮常见症状,杨爱成表示,主要有不明原因的发热、疲乏和体重下降等;不明原因的面部红斑、光过敏、脱发、口腔溃疡等;不明原因的关节痛、肌痛、浮肿等;不明原因的咳嗽、胸痛、呼吸困难、咯血等;不明原因的流产、不孕等。

值得注意的是,由于红斑狼疮涉及全身多系统损害,症状表现纷繁复杂,如出现以上一个或多个症状,一定

要提高警惕,尽早就医专科就诊,以免延误病情。

“红斑狼疮发病机制复杂,目前尚未完全阐明。”杨爱成表示,相关因素包括:1.遗传因素。红斑狼疮并非遗传病,但若父母或直系亲属中有人罹患此病,则家族其他人患病风险较高。2.环境因素。如长期紫外线照射,长期接触化学物质(如油漆、化学试剂、染发剂)等也可能引起红斑狼疮。3.内分泌因素。红斑狼疮在女性中更为常见,尤其是育龄期的女性。研究表明,雌激素可能在红斑狼疮的发病中起到了促进作用。

“得了狼疮,一定要按时服药、定期复诊,切忌自行停药、减药。”杨爱成说,激素所引起的“满月脸”等副作用,在生命安全面前是微不足道的,而随着病情控制,医生会逐渐减少激素用量,激素相关的副作用也会逐渐减轻。此外,在日常生活中,还要注意细节,以免诱发狼疮活动。例如,注意防晒,不要染发、文眉,保持乐观的心态,适度运动,戒烟戒酒,健康饮食等等。

“总之,红斑狼疮并不可怕。只要科学对待,红斑狼疮患者也能正常工作、结婚、生儿育女。”杨爱成表示。

拆快递要小心疱疹病毒感染

医生:拆完快递后一定要洗手

“双11”期间,每天收到的快递多了起来。然而,如果拆快递时不小心,可能会危及生命健康。近日,湖北一女子在拆快递时揉了下眼睛,之后眼睛就开始痒、红肿,去医院被确诊为疱疹病毒感染。

此前,带状疱疹上热搜后,评论区很多网友表达了对这种病“心有余悸”。记者了解到,近期江门市中心医院蓬江分院带状疱疹接洽量也有所上升,并就此采访了该院疼痛科主任温力生。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 曹昆恒



医生为带状疱疹患者看诊。

“疼痛”是关键词

带状疱疹,是由水痘一带状疱疹病毒引起的一种感染性疾病。该病毒在患过水痘的人体内潜伏,一般藏匿于脊髓后神经节或颅神经感觉神经节里,因免疫力下降等原因被激活后,会在神经支配区的皮肤形成簇丘疹和水疱等皮损。

在2000多种皮肤病中,带状疱疹是最疼的皮肤病之一,又被人们称为“缠腰龙”,就是广东人俗称的“生蛇”,并且潜伏期很长。

数据显示,大约三分之一的人一生中会患上带状疱疹。“带状疱疹的典型症状包括神经痛及皮疹,其中皮疹可能成群分布,不跨过对应身体中线,并伴有严重的神经痛。”温力生介绍,带状疱疹在全球范围内发病率相似,年龄超过50岁的人群,免疫系统出现问题的人群更容易患病,且病情可能更严重。

近期,江门市中心医院蓬江分院带状疱疹接洽量有所上升。其中,36岁的陈先生,患上带状疱疹第9天后,由于疼痛难忍来到医院。经过7天的治疗,目前已经基本痊愈;71岁的冯婆婆,带状疱疹后遗症近三个月,疼痛发作起来苦不堪言,腰背部有“放电样”“刀割样”的剧痛,夜不能寐。经过11天的专业治疗,疼痛症状基本消除,恢复正常生活。

带状疱疹多发部位为肋间部、颈肩部、腰骶部及面部,出疹前可出现发热、头痛、肌痛等非特异性症状,皮疹沿某一周围神经区域呈带状分布,多发生在身体一侧,一般不超过正中线。

作为“最疼的皮肤病”之一,带状疱疹曾多次引发关注。不久前,歌手蔡国庆、那英曾被曝患上“带状疱疹”。据主持人何炅透露,那英感染的带状疱疹不仅长在了脸上,甚至长到了眼睛里。

“带状疱疹确实可能发生在眼部。因为眼部周围存在丰富的三叉神经分布区域,病毒容易在此处活跃并引发症状。”温力生表示,眼部带状疱疹如果治疗不及时,可能导致角膜炎、角膜溃疡、结膜炎等眼部疾病,严重影响视力,甚至继发脑炎等严重并发症,威胁患者的生命安全。

“拆完快递一定要洗手!”温力生提醒,避免用脏手揉眼睛,因为快递外包装可能残留许多脏污和微生物,通过手的接触可能导致感染发生。若出现感染症状时,可先用抗病毒的药包敷眼睛。疼痛明显者可使用布洛芬、阿司匹林等消炎止痛药物。如果症状比较严重,应及时就医,接受专业治疗,以免病情恶化。

重时甚至会影响视力,甚至继发脑炎等严重并发症,威胁患者的生命安全。

增强自身免疫力

身体抵抗力差是带状疱疹的常见诱因。这种病毒潜伏在体内,当身体抵抗力下降时,病毒就会被激活,从而引发带状疱疹。这种疾病会影响神经和皮肤,主要症状包括眼部疱疹、疼痛、红肿、瘙痒等,还会出现同一部位的头痛。

患者会先出现单侧眼脸的肿胀、眼充血,疼痛较为剧烈,若医治不当可能会导致角膜炎、角膜溃疡、结膜炎等,严重者会影响视力,甚至继发脑炎甚至造成死亡。而且随着病情的演变,很多患者会在疱疹干燥、结痂后伴有持续已久的并发症。

据了解,带状疱疹具有传染性,其病毒存在于疱疹、疱液和渗液当中,病毒主要通过飞沫或接触皮损传播,皮损结痂之前,也有传染性。患者最好避免亲密接触抵抗力低的人群,做好隔离,以免传染他人。其他人切勿接触患者的个人物品,如毛巾、脸盆等,也不要直接接触患者的破溃水泡,否则可能感染病毒并发病。

如何防治带状疱疹?温力生建议,一是接种疫苗。接种水痘疫苗可以有效地预防带状疱疹的发生,尤其是对于老年人和免疫系统较弱的人来说更为重要。二是保持卫生。保持手部清洁,勤洗手,避免与患者接触,减少感染风险。三是均衡营养。多食用新鲜蔬果和富含维生素的食物,增强免疫力。四是及时治疗。如果出现带状疱疹的症状,应及时去医院就诊,进行抗病毒和止痛治疗。

江海开展中医药文化宣传周活动 “本草香”邂逅“烟火气”

现场把脉交流、体验适宜技术、辨识体质治未病、品尝养生茶饮、制作手工香囊、学中医养生功法……今年10月份,江海区创新中医药文化传播方式,大力开展一系列中医药文化宣传周活动,吸引了群众前往打卡体验。

“本草香”邂逅“烟火气”。活动现场,专家“摆摊”接诊,市民能逛,能吃,还能学养生,让中医药以更加接地气的方式走进人们的日常生活,让群众近距离感受中医药文化的深厚底蕴。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 何雨露



医护人员变身“夜市摊主”,免费为群众提供中医药诊疗服务。



中医药专家走进学校进行中医药文化科普。

互动体验 释放中医药文化活力

夜幕降临,灯火辉煌,热闹非凡。10月13—15日,在五邑华侨广场,江海区中西医结合医院的医护人员熟练地展示着耳穴贴压、刮痧、罐法、灸法等中医药传统特色疗法,吸引了众多市民驻足观看和体验。

这是发生在中医药文化宣传周活动中的一幕。医护人员变身“夜市摊主”,现场展示针灸、推拿、刮痧等中医传统疗法,免费为群众提供健康咨询、诊疗服务和膏方尝试,为市民夜生活增添了独特的“杏林药香”。

“中医夜市”一开张,江海区中西医结合医院的“摊位”前就排起了长龙,前来咨询问诊、体验中医疗法、了解养生知识的市民络绎不绝。在“问诊摊位”,专家们耐心地询问市民病情,仔细地查看脉象,并给予贴心的健康建议,在免费的“望闻问切”中展现实力。在“中医疗法体验摊位”,医护人员运用推拿、拔罐、耳穴压豆、针刺、穴位贴敷、艾灸等传统中医特色疗法,帮助人们调理状态。

市民刘女士被这样的热闹景象吸引了过来,在接受了专家的把脉问诊后,又在医护人员的推荐下,体验了推拿按摩,收获满满。“逛个夜市,能让养生把个脉,体验刮痧疗法,还能学养生。这样的集市很实用,让我对中医和中药有了全新的认识。”刘女士说。

现场各式各样的体验活动不仅受到中老年群体青睐,还“圈粉”了许多年轻人。“医生给我针灸的时候,感觉扎的地方酸酸胀胀,扎完我的脖子就能动了,太好了。”由于有肩颈痛,26岁的小吴带着试一试的想法过来体验,没想到效果这么好。

夜市繁华,中医智慧传千古;药香缭绕,文化魅力续万年。据了解,江海区卫生健康局还组织辖区医疗机构参与了这场“中医药文化夜市”活动。这种集诊疗、体验、娱乐于一体的夜市形式,为中医药文化传播搭建了绝佳的舞台,让群众在轻松氛围中享受健康养生带来的愉悦,更好地让中医药文化融入老百姓生活。

激发能量 特色活动亮点纷呈

中医药文化宣传周活动期间,还有多项精彩纷呈的特色活动举行。

10月9日,江海区人民医院、江海区中西医结合医院参与重阳节大型义诊活动,现场专设免费咨询、药膳及身体调理等服务、免费凉茶、膏方品尝,并设免费传统中医理疗体验等,让市民在“家门口”就可以体验专家的免费诊疗。

10月10日,礼乐街道社区卫生服务中心在礼乐人民会堂开展“服务百姓健康行动”健康咨询活动,现场设立中医科坐诊区,让大家更加深入地了解中医养生理念。

10月13日,江海区卫生健康局组织多个医疗机构专家团队在江南街道下沙公园广场开展“服务百姓健康行动”暨助力百千万工程大型义诊活动。专家组在基层一线耐心聆听病情,为群众答疑解惑,提供免费咨询、中药膏方、中医技术、测血压、测血糖等服务,为群众提供一对一、点对点的特色诊疗服务。

“专家们的技术好、态度好,我这颈椎一直痛,医生给我针灸了十几分钟后,

感觉松快多了。”在江海区落户不足三年的张阿姨在下沙公园广场接受完专家的义诊后,笑容满面地说。

10月下旬,江海区卫生健康局开展2024年第二学期中医药文化进校园活动,邀请广东江门中医药职业学院到各小学进行中医药文化科普,开展中医药知识课堂等活动,让中医药文化的种子在学生心里扎根发芽。

“随风潜入夜,润物细无声。”江海区卫生健康局相关负责人表示,中医药文化宣传周让更多群众了解了中医药文化和养生理念,也让中医药文化更深刻地融入百姓的日常生活。

截至目前,江海区卫生健康局围绕中医药文化宣传周举办了5场活动,一项项中医适宜技术、一缕缕中药香气、一杯杯中药茶饮,让群众“沉浸式”体验中医药文化的博大精深。从望闻问切到中医养生,从针灸推拿到耳穴压豆,从中药药膳到中药标本展示,群众在了解中医知识的过程中免费享受中医药服务,进一步加强了中医药文化的普及和传播。

江门市妇幼保健院中医科 开设夜间门诊



医护人员在夜间门诊为患者拔火罐。

江门日报讯(文图 记者/梁爽 通讯员/吴杏楠)为满足广大市民的需求,从今天起,江门市妇幼保健院中医科开设夜间门诊,提供中医诊疗服务,保障群众多元化的就医需求,切实解决上班族、学生群体等就医不便的问题。

记者了解到,该院中医科夜诊时间为每周三17:00—20:00,夜诊地点在门诊一楼妇孺国医堂(中医儿科、中医妇科)、门诊三楼1318室(传统疗法门诊及中医内科)。

需要注意的是,为避免现场号源不足,请有需求的市民提前在公众号预约并按预约时间前来就诊。按照此方式,即可预约:关注“江门市妇幼保健院智慧医院”“门诊服务”“预约挂号”“中医科”“中医儿科门诊”“中医妇科门诊”“中医传统疗法门诊”。

江门市妇幼保健院中医科主任高文英表示,感谢市民的支持与关注,将一如既往地提供优质的中医药医疗服务。