

# 结核病不是“小咳嗽”

## 别让侥幸拖垮你的健康

咳嗽痰多一打、体检筛查麻烦、医嘱用药脑后……一场本可治愈的结核病，往往就因这些看似不起眼的忽视，变成拖垮身心的顽疾，甚至演变成治疗难度翻倍、费用飙升的耐药性肺结核。

今日是“世界防治结核病日”，结核病作为危害我国民众健康的重大呼吸道传染病，并非遥远的“陌生疾病”，它就藏在日常的侥幸与疏忽里，可能发生在任何一个普通人身上。江门市结核病防治所结核病控制科副主任医师赵柳柳通过三个真实案例提醒大家牢记“早发现、早诊断、规范治疗”，守护自身和家人健康，筑牢结核病防控防线。

文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 李永辉

### A 擅自停药，敏感性肺结核拖成耐药性肺结核

37岁的陈先生两年多前出现咳嗽、咳痰症状，却始终不当回事，仅靠到药店买止咳药缓解，症状反复直至2024年，咳嗽加重且服药无效，还出现活动后气促的症状，在家人劝说下才就医。检查显示其双肺布满结核病灶，多处空洞，被转至江门市结核病防治所，确诊为敏感性肺结核。

“药物敏感性肺结核，是指结核分枝杆菌在体外药物敏感性实验中，对一线抗结核药物仍保持敏感性的肺结核类型，普通的一线抗结核药物就能有效治疗。”赵柳柳解释道。医护人员对陈先生全程跟进，反复宣教，叮嘱其戒烟戒酒、按时服药，还联合县医院和家属搭建三方监管体系：护士每周电话随访了解情况，指导他半个月到一个月来院复诊，手把手教与他同住的母亲做好家庭防护，还专门指导家属如何监督他按时吃药。

可所有人的用心和努力，都抵不过陈先生的一意孤行和侥幸心理。2024年3月正式开始治疗后，他只吃了一个月药，感觉咳嗽症状轻了些，就擅自把药停了。

直到2024年10月，陈先生的咳嗽、气短卷土

重来，且比之前严重了数倍，他实在扛不住了，才再次来到医院，所幸，这时快速分子药敏检测提示利福平敏感。经过治疗，陈先生病情好转，痰菌检测转阴，没想到他又擅自停药。两个月后，陈先生病情彻底恶化：肺部空洞扩大、大口咯血，稍活动就气喘，整日萎靡、食不下咽……这时，陈先生的快速分子药敏检测及表型药敏结果均提示：耐多药（一线抗结核药物异烟肼和利福平同时耐药），加上病程长、多次不规则治疗、肺结构差、身体功能受损等，为治疗增加不少难度。所幸，未发生更广泛的耐药。医生团队经多学科会诊后为其制定9个月新药全口服短程治疗方案，家人全程监督，目前其症状稍有好转，能否痊愈全看后续

规范服药。“敏感性肺结核的治愈率其实很高，陈先生本可以轻松治好，却因自己的漠视和任性，一步步把病拖成了耐药性肺结核。”赵柳柳惋惜道，耐药性肺结核危害极大：肺部会遭受不可逆损伤，呼吸功能大幅下降；治疗成本远超普通结核，药物副作用更多；若持续排菌，家人、朋友接触后也可能感染耐药性肺结核菌，形成公共卫生隐患。



市民如出现可疑情况，应尽早到专业机构进行检查。

### B 检测不及时，单耐药肺结核发展成耐多药肺结核

46岁的李先生来自特殊困难家庭，确诊肺结核后，医生建议做快速分子药敏检测，这一检测最快能2小时出结果，精准判断病情，是结核病精准用药的关键。但因经济顾虑和侥幸心理，李先生拒绝检测，选择等待免费的传统药敏检测，而传统检测需培养出菌株才能进一步做药敏试验，前后要两三个月才能出结果。

等待期间，医生按普通敏感结核为其治疗，但服药后效果不佳。医生怀疑是耐药性肺结核，

但药物敏感性结果仍需等待。最终结果显示，李先生为单药耐药（异烟肼耐药）结核，而且由于服药不规则，延迟了精准治疗，李先生从最初单耐肺结核，慢慢发展成了治疗难度更高的耐多药肺结核。

考虑到李先生的特殊情况，赵柳柳团队为其制定了个性化方案，安排他每日到院服药，医护人员分药、监督服用，还协助其申请办理低保，最大程度减免费用。如今，李先生每天都会按时来医

院服药，咳嗽的症状慢慢减轻，痰菌已经转阴，病情终于得到有效控制。

赵柳柳提醒，快速分子药敏检测能从根源上避免无效治疗，为治疗争取宝贵时间，患者应重视此项检测，但检测费用较高，医护人员也会根据患者情况做好帮扶，呼吁政府增加这方面的投入，“建议患者不要侥幸心理或者因小失大，让一时的犹豫拖垮了自己的病情。”

### C 忽视密切接触者筛查，壮年男子比妻子病情更重

肺结核是慢性呼吸道传染病，病原学阳性肺结核患者传染性强，密切接触者发病高危人群，往往发病隐匿。38岁的张先生因妻子突发咯血被确诊为涂阳肺结核合并支气管结核，医院当即动员他和11岁的孩子做筛查，可张先生自认年轻力壮，仅仅因为抽烟偶有干咳，拒绝筛查。“我平时就早上抽根烟咳两声，啥毛病都没有，哪会得这病？孩子抵抗力差，给孩子筛查就行。”

医生反复劝说，可张先生态度坚决，无奈之下，医生只能先给孩子做了筛查，结果显示一切正

常，这让张先生更加坚信自己的判断，觉得结核病离自己很远。

妻子确诊一个多月后，张先生突发发烧、喉咙痛，咳嗽加重且痰中带血，但他仍以为是普通感冒，经医生反复劝说才做结核筛查，结果显示：他的肺部病灶比妻子的还要多，还要严重，被确诊为活动性肺结核。“后来我们得知，张先生的干咳症状已持续4个月，只是一直归罪于抽烟，从没放在心上，也从未想过自己会被感染，而且也有可能是他先无症状感染，再传给了妻子。”赵柳柳说。

无独有偶，一位24岁妈妈确诊涂阳肺结核

后，1岁多的宝宝初期筛查正常，可两个月后宝宝咳嗽、发烧，复查发现已感染结核杆菌且肺部有病灶。万幸的是妈妈全程配合，带宝宝定期复查，规范服药，宝宝半年后痊愈，妈妈治疗一年后也恢复健康。

赵柳柳提醒，密切接触者即便无症状也必须筛查，结核杆菌潜伏期不定，无症状不代表未感染，老人、孩子等免疫力低下人群更是高危群体，且一旦筛查正常并非万事大吉，首次筛查后3、6、9、12个月的医学观察期内，需定期复查，出现可疑症状要立即就医。

#### 延伸阅读

#### 结核病可防可治 要提升防控意识

赵柳柳介绍，结核病是由结核分枝杆菌引起的慢性传染性疾病，其中肺结核占结核病发病总数的80%以上。

随着医疗技术的不断发展，如今结核病的治疗已十分成熟，药物敏感性肺结核经规范治疗，治愈率可达95%以上，即便发展为耐药性肺结核，也有标准化的短程、长程治疗方案可供选择。然而，当前结核病防控的核心难点之一在于早期发现。赵柳柳解释，一方面，部分肺结核患者无明显临床症状，仅能通过体检发现，如市民不主动进行筛查，易造成漏诊；另一方面，部分人群对结核病认知不足，出现轻微咳嗽、痰中带血等症状时，常自行购买药物缓解，忽视就医排查，导致病情延误，甚至发展为耐药性肺结核；同时，部分潜伏感染者在免疫力下降时会转为活动性肺结核，若未及时发现，既会加重自身病情，也会造成结核菌的进一步传播。

赵柳柳提醒，结核病的防治是全民共同的责任，民众需提升结核病防控意识：

一是学会自我识别症状，出现咳嗽咳痰超过两周等可疑表现，切勿心存侥幸，及时到专科医院检查，做到早发现、早诊断。

二是肺结核患者的密切接触者，需主动配合完成筛查及后续的定期复查，尤其是老人、儿童、糖尿病患者、免疫力低下人群等高危群体，更要提高警惕。

三是确诊结核病后，必须严格遵循“早期、全程、规范、适量、联合”的治疗原则，全程按时服药，避免擅自停药、减药导致耐药。

四是养成定期体检的习惯，做到结核病的早筛早防。

“结核病不可怕，可怕的是对它的忽视和侥幸。”赵柳柳表示，每个人都应学会识别结核信号、重视健康体检、谨遵医嘱用药，才能真正筑牢个人、家庭和社区的结核病防控防线。

## 守护青春呼吸 筑牢健康防线

3月24日，结核病防治知识宣讲进校园

江门日报讯（文/图 记者/邓榕）今日是第31个“世界防治结核病日”。我国的宣传主题是“全面行动 全力投入 全民参与 终结结核”，旨在进一步深化社会共治、全民参与的理念，广泛凝聚社会各界力量，携手开展结核病防治工作，共同为终结结核病流行作出积极贡献。

结核病又称“痲病”，是由结核分枝杆菌感染引起的慢性传染病，是我国法定的乙类报告传染病。结核病防治工作关系到人民群众的身体健康、家庭幸福和社会和谐稳定。

为引导青少年树立健康文明的生活方式，养成良好的卫生习惯，江门市结核病防治所于3月24日走进江门市江海区景贤实验学校，开展结核病防治知识宣讲活动。此次活动由江门市卫生健康局、江门市教育局主办，江门市结核病防治所、江海区卫生健康局、江海区教育局承办，江海区景贤实验学校、江门日报社协办。

活动当天，江门市结核病防治所公卫医师李玉婷带来主题为《呼吸无“核”，校园无忧》的健康讲座，系统讲解结核病防治知识；结核病控制科护士黄欣欣则将围绕《咳嗽讲礼仪，健康不缺席》这一主题，帮助学生掌握正确的咳嗽礼仪，增强自我防护意识，共同营造文明健康的校园环境。

届时，直播江门App将对此次活动进行全程直播，敬请关注。

#### 专家名片

李玉婷：

江门市结核病防治所宣讲团团长、公卫医师，熟悉结核病患者健康管理及学校结核病防控工作。



黄欣欣：

江门市结核病防治所结核病控制科护士，擅长呼吸道疾病、结核病、慢阻肺的护理及结核病患者管理工作，熟练掌握呼吸康复等护理技术。



## 春暖花开“敏”先来 花粉、尘螨、霉菌“袭人” 专家为哮喘患者支招



医生为哮喘患者检查身体。

江门日报讯（文/图 记者/梁美 通讯员/黄积雄）春天的气息愈发浓郁，但对于过敏人群，尤其是哮喘患者而言，这却是一场“致敏潮”的开端。每到春季，空气中花粉、尘螨等过敏原浓度升高，哮喘发作风险也随之激增。那么，哮喘患者该如何在这个季节守护好呼吸防线呢？记者就此采访了江门市中心医院呼吸与危重症医学科科组长伍伟良。

伍伟良介绍，春季哮喘高发的“幕后黑手”包含以下三种：一是花粉。春天各类花朵竞相开放，花粉在空中大量飘散。花粉直径微小，极易被吸入呼吸道，刺激气道引发过敏反应，进而诱发哮喘。许多哮喘患者在户外活动后，会突然出现咳嗽、喘息等症状，很大可能就是花粉在作祟；二是尘螨。春季气温回升、湿度适宜，正是尘螨大量繁殖的时期。它们主要栖息在床垫、沙发、地毯等家居角落，其排泄物和尸体都是强烈的过敏原。哮喘患者若接触到这些过敏原，气道会迅速产生免疫反应，导致哮喘发作；三是霉菌。春雨绵绵，室内环境容易潮湿，为霉菌生长创造了条件。霉菌孢子在空气中传播，一旦被哮喘患者吸入，就可能触发气道炎症，使哮喘病情加重。

关于哮喘发作的“危险信号”，伍伟良提醒，咳嗽是哮喘发作较为常见的早期症状，多为刺激性干咳，尤其在夜间或清晨更为明显。如果咳嗽持续时间较长，且常规止咳药无法缓解，就需警惕哮喘发作的可能。喘息也是症状之一，患者会感觉呼吸费力，呼气时可听到类似吹哨的声音，这是由于气道狭窄，气流通过受阻所致。严重时，患者甚至会出现呼吸困难，无法入睡。此外，还要重视胸闷症状，胸部仿佛被重物压迫，有明显的闷痛感，这种症状可能会在活动后加剧，影响患者的正常生活和工作。

怎么构筑呼吸防线的“多重盾牌”？伍伟良建议，做好精准防护、家居清洁、健康生活、规律用药四个方面措施。在花粉浓度高的时段，如上午10点至下午4点，尽量减少外出。必须外出时，佩戴好口罩和眼镜，阻挡花粉接触呼吸道和眼睛。回家后及时更换衣物、清洗鼻腔，去除可能附着的过敏原。定期清洗床上用品、窗帘等织物，建议每周用热水（65℃以上）清洗，可有效杀死尘螨。使用空气净化器和吸尘器，保持室内空气清洁，减少灰尘和过敏原积聚。注意室内通风，降低湿度，防止霉菌滋生。保持充足睡眠，增强身体免疫力。适当进行运动，如在室内进行瑜伽、游泳、打球等，但要避免在寒冷、干燥或空气污染严重的环境中锻炼。饮食上，多摄入富含维生素C、维生素E等抗氧化物质的食物，如柑橘、坚果等，有助于减轻气道炎症。哮喘患者务必遵医嘱，坚持规律使用控制药物，如吸入性糖皮质激素、长效β<sub>2</sub>受体激动剂等，以维持气道稳定，减少发作次数。随身携带缓解药物，如沙丁胺醇气雾剂，在出现哮喘发作迹象时，能及时缓解症状。

## 磕碰后颅内大出血，竟是白血病引爆“炸弹” “以毒攻毒”，砒霜救活少年

15岁的小程（化名），原本只是轻轻撞了一下头。谁也没想到，短短三周后，他会躺在ICU里，面临着颅内大出血、脑疝，甚至心脏骤停的生死一线。真正将小程推入绝境的，并不是那次“磕碰”，而是一种起病急、出血风险极高的血液病——急性早幼粒细胞白血病（APL，俗称M3）。最终让这个少年重获新生的，也并非开颅手术，而是一种“毒药”——三氧化二砷（砒霜），上演了一场“以毒攻毒”的内科奇迹。

文/图 江门日报记者 何雯意

### 危机突袭 颅内“炸弹”被引爆

三周前，小程不小心撞到了头，头皮起了个小血肿，家人并未在意。可随后，他开始持续头痛、头晕、耳鸣，紧接着发热、呕吐接踵而至。到医院一查，结果令人震惊：白细胞飙升至 $65 \times 10^9/L$ ，异常细胞疯狂增殖；血小板却骤降至 $16 \times 10^9/L$ ，凝血功能全面崩溃；骨髓中大量早幼粒细胞异常增生；头颅CT显示：颅内大出血，血肿正在压迫大脑中枢。

江门市中心医院血液内科副主任萧杏贤表示，这不是磕碰惹的祸，而是一种极其凶险的白血病——M3，已经悄然引爆了“体内炸弹”。“小程的症状正是M3发出的夺命信号。”萧杏贤表示，这种白血病“偏爱”中青年（平均发病年龄为44岁），它最恐怖的“杀伤武器”并不是肿瘤本身，而是会引发极其凶险的“弥散性血管内凝血”和严重出血倾向，尤其在起病和治疗初期，极易发生颅内大出血，致死率极高。

入院后，小程的病情如同脱缰的野马，迅速恶

化。骨髓穿刺因基因检测彻底“证实”了M3的诊断。入院第三天，小程开始出现烦躁、胡言乱语。复查CT显示：血肿扩大，脑组织受压，出现“大脑镰下疝”——这意味着，控制呼吸和心跳的脑干随时可能被压迫，导致呼吸、心脏骤停。

该院神经外科紧急会诊，却给出了一个“死局”：“有手术指征，但患者血小板极低，凝血功能崩溃。一旦开颅，极可能大出血，无法手术。”一边是压迫生命中枢的脑血肿，一边是“一碰就出血”的脆弱身体，这意味着外科手术的“路”被堵死，重担压在了内科保守治疗和血液科的抗肿瘤治疗上。

### 破局反击 “以毒攻毒”不动刀

这是一场没有退路的悬崖之战。既然外科无法手术，那就通过内科治疗来止血，并彻底清除肿瘤。儿童重症监护室（PICU）与血液内科迅速联动，打响了生命保卫战。在PICU密切监测、全力输注血制品、降颅压的同时，血液内科果断亮出了对付M3的“王牌武器”——维A酸联合三氧化二砷（双诱导治疗）。



医护人员查看患者情况。

萧杏贤介绍，三氧化二砷，俗称剧毒砒霜。这套由中国血液病专家首创，被誉为“上海方案”的疗法，精髓在于“以毒攻毒、诱导分化”。它不像传统化疗那样直接“炸毁”细胞，而是强行让那些疯狂捣乱的白血病细胞“改邪归正”，走向成熟并自然死亡。

半个多月里，医护人员日夜守护，奇迹悄然发生：凝血功能逐步稳定；头颅CT显示：出血停止，血肿开始吸收；意识恢复，生命体征平稳，小程顺利转回普通病房。

回到普通病房后，“维A酸+三氧化二砷”的黄金组合继续发力。小程一天比一天好转，体内的“造血工厂”重新运转。最激动人心的一刻来了：骨髓复查结果显示，白血病细胞被彻底清除，疾病得到完全缓解！随后的腰穿检查也让大家吃下了“定心丸”——癌细胞没有侵入中枢神经系统。

历经一个多月的生死鏖战，小程脑部血肿基本吸收，肌力逐步恢复，原本苍白的脸上，再次洋溢起属于15岁少年的青春笑容。目前他已顺利出院，未来只需定期巩固化疗，便有望彻底战胜病魔。

#### 延伸阅读

#### 白血病常“伪装”成日常小病

很多人觉得白血病遥不可及，殊不知它常“伪装”成日常小病悄悄“来袭”。萧杏贤提醒，如果身体发出以下4个信号，必须高度警惕：

- 1、异常出血：轻微磕碰就出现大片淤青、血肿且难以消退；或者频繁流鼻血、牙龈出血、女性月经量剧增。
- 2、反复发热：不明原因的发热，退烧药或普通抗生素效果不佳。
- 3、不明原因骨痛：没有外伤，出现骨骼的疼痛（如胸骨压痛、四肢骨痛）。
- 4、贫血与乏力：脸色苍白、气喘、头晕、极度疲惫。

萧杏贤提醒，若出现上述症状，建议及时到血液内科就诊，完善血常规+凝血功能检查，早发现、早诊断、早治疗，才是守护健康的关键。