



# 年底酒局增多,小心酒精成瘾

## 长期嗜酒可致多种疾病,应及早诊疗

新年将至,平日喜欢喝两杯的人骤然多了起来。与此同时,连日来,寻求戒酒帮助的酒精患者也相应多了起来。酒精成瘾不可小视,应及早诊疗。

### 嗜酒者损人害己危害家庭

进入12月下旬,寻求戒酒帮助的酒精患者忽然多了起来。这些酒精依赖患者以中年男性为主,其中也不乏女性嗜酒者和年轻人。

有人从早晨起来就开始空腹喝酒,几乎就没有清醒的时候。这些人往往喝酒上瘾,生活没有规律,严重的时候

生活不能自理了,吃饭、上厕所都需要家人帮忙。

嗜酒者形形色色,有的嗜酒者属于狂饮型,倒不是需要天天喝酒,但只要沾上酒就不能自拔,没有个七八天根本过不了劲儿。严重的只要是沾上酒,就会找个地方连喝几天,而且是始终在喝,家也不回,班也不上,误人误己,贻害无穷。

### 自行强制停饮戒酒危害大

酒瘾也就是酒精依赖,患者只要一天不饮酒就感到坐卧不宁,焦虑不安,情绪烦躁,无精打采,但是若自己在家强制停饮戒酒,有可能大汗淋漓,手抖震颤,甚至出现幻觉。

对于一个对酒过多依赖的人,一旦

突然停止喝酒,他就会戒断反应,幻觉就是其中一种表现,当你把他关到一个密闭的房间里时,他会产生错觉,后果不堪设想。

### 酒精成瘾者早戒酒早受益

饮酒还可导致社会和心理功能损害,如意外伤害、严重人际关系冲突、精神抑郁等,长期或大量饮酒会造成下一代发育畸形、智力低下等。

专家指出,对酒精依赖者的治疗要进行规范治疗,并从心理上进行干预。为避免饮酒成瘾,在社交时尽量少饮酒或不饮酒。同时,尽量避免家庭不和、工作和生活上的不如意等外来压力,引发酒精成瘾和依赖。

据悉,济南远大脑康医院戒瘾科可以

对酒精成瘾等状况进行诊疗,该院还同时提供网瘾等行为成瘾的诊治和咨询服务等,并为成瘾患者的身心共病提供一体化的诊疗。

山东省酒精依赖防治公益服务平台热线:400-1898-120

济中医广审字[2019]第0521-063号



齐鲁儿童健康大讲堂

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 张如意 通讯员 王昆

近日,各大医院儿科门诊量骤增,仅山东大学齐鲁儿童医院(济南市儿童医院)每天的门诊量就接近4000人,需要输液的孩子已突破千人,其中部分患儿被怀疑或确诊为流感。面对流感这个“大灰狼”,孩子该如何扛过呢?

“孩子发热咳嗽,但不知道是流感还是感冒,两者该怎么区分呢?”许多家长咨询道。为此,山东大学齐鲁儿童医院呼吸科主任韩玉玲表示,流行性感冒和普通感冒的区别主要是:流行性感冒是传染病,传染性极高,短时间内在人群中广泛的流行,一般来说,在中国北方多见于冬春季,其他季节多数是散发的。而普通感冒大部分是由病毒引起,它有自限性,而且普通感冒都是散发性的,它不引起流行,可以

## 流感年年犯 预防比治疗重要

专家提醒:接种流感疫苗是预防的好方法

出现在全年的任何季节(夏季也有感冒的)。

从症状上来看,普通感冒一般来说发热不太高,全身症状不太典型,但是流行性感冒症状比普通感冒症状要重,起病也很急,一般都有高热,恶寒,全身症状明显,比如说头疼,一身肌肉酸痛,乏力,咽痛,甚至伴有明显的咳嗽(伴发支气管炎甚至肺炎),还有中耳炎、脑炎等并发症。

韩玉玲表示,对于流感,预防比治疗重要,而接种流感疫苗是一个很好的方法。6月龄-5岁儿童、60岁及以上老年人、慢性病患者、医务人员、6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员以及孕妇或准备在流感季节怀孕的女性为优先接种对象。哮喘儿童在急性发作期和临床持续期(有咳嗽、气喘等症状的时候),不要接种疫苗。尽量少去人多的地方,班级内、家庭内出现流感病

人后尽快口服奥司他韦预防治疗,也可以选择口服中药治疗,多喝水,注意休息。

### 专家介绍



韩玉玲,主任医师,呼吸科主任,内科教研室副主任。从事儿科临床工作20余年。在小儿呼吸系统疾病诊断治疗方面积累了丰富的经验,尤其是擅长呼吸系统疑难病诊治、危重症救治与哮喘防治、管理与教育。兼任中华医学会儿科学分会呼吸学组呼吸治疗协作组组长,中华医学会儿科学分会呼吸学组肺功能协作组委员,山东省医师学会儿科呼吸专业委员会副主任委员。

难缠的丛集性头痛:

## 定点发作

## 疼痛异常难忍

今年44岁的徐林(化名),已经被头痛折磨了17年的时间。“每个月几乎都会发作,疼起来真是恨不能用头去撞墙,疼痛难忍的同时,还会鼻涕和眼泪直流。”多年来,徐林辗转多家医院就诊,看过眼科、耳鼻喉科甚至口腔科,最后才在神经内科,确诊为丛集性头痛。

据山东省立医院神经内科主任医师陈春富教授介绍,丛集性头痛是所有头痛中,疼痛程度最为严重的。“有的人疼起来会使劲用手锤头,试图缓解疼痛,有的甚至疼到萌生自杀的念头,所以又称为自杀性头痛。”

头痛发作时,患者会感觉一侧眼眶周围有胀感或压迫感,数分钟后迅速发展为剧烈胀痛或钻痛,并向同侧额颞部和顶枕部扩散。同时,一般还会有眼睛发红、流眼泪、流鼻涕、出汗、眼睑轻度水肿等症状。

“头痛时患者十分痛苦,坐卧不宁,疼痛一般会持续15~180分钟左右,疼过一阵后,患者就会恢复正常。”陈春富教授说,疼痛有一个非常明显的时间规律,多发的季节在春初秋末,每次几乎在恒定的时间发作,每次发作症状和持续时间几乎相同,因此又称“闹钟型头痛”。

丛集性头痛分为发作性和慢性,其中,发作性丛集性头痛每两天发作一次至一天八次。丛集期持续时间大多在2周-12周,并伴有至少三个月的缓解期;慢性丛集性头痛,会经历一年或者更长时间的丛集期,无缓解期或缓解期小于三个月。慢性丛集性头痛相对少见,占丛集性头痛不足10%,可以由发作性丛集性头痛转为慢性,也可以自发作后不缓解成持续性发作。

陈春富教授说,丛集性头痛的发病年龄,大都集中在三四十岁的青壮年,国外报道患病率约千分之一。

但是这类病有自限性,也就是说通常到五十岁左右患者就不疼了,但由于疼痛剧烈,如果放任不管,会严重影响患者的正常生活。陈春富表示,丛集性头痛其实是可以预防和治疗的,主要是让患者的发作频率和时间减少,疼痛程度减轻,但是却不能治愈。“如果家族里有人患有丛集性头痛,就要警惕自己发病,如果患病,则要尽可能避免一些诱发因素,比如饮酒、异味、声光刺激和噪音等。”

(齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 王小蒙 实习生 赵慧君)

## 降价超85%!三款丙肝药纳入医保

慢性丙肝治愈率达97%以上,高危人群要主动筛查

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 焦守广

近日,国家正式公布新医保目录,其中有三款丙肝病毒治疗的创新药被纳入国家医保,降价幅度达85%以上,极大减轻了慢丙肝患者的经济负担,让更多人看得起病,吃得起药。

### 治疗费用从6万多降至6000多

“社会对甲肝、乙肝了解多,丙肝就比较陌生。”山东省立医院内科副主任兼感染性疾病科主任任万华介绍,丙型肝炎是一种病毒感染,慢性化十分高,在我国,造成肝硬化、肝癌的元凶第一是乙肝,第二就是丙型肝炎。

随着小分子直接抗病毒药物的出现,近年慢性丙肝治愈率达到97%以上,其中一些基因型几乎实现100%治愈,慢性丙肝的治疗已正式进入“全治愈时代”。

任万华说,丙肝病毒感染是一个可查可治的疾病,检测非常简单,到医院查一个丙肝抗体或抗原的检查,抽血就可以。治疗起来也不复杂,经过三个月的治疗,可以使95%以上的丙型肝炎得到治愈。“不需要住院,每天吃1片药就行。”

国家医保局发布的消息显示,本次进入国家医保目录的丙肝病毒治疗创新药有三款,两款用于治疗感染者比例最高的1b型基因患者,一款用于治疗1b型基因以外的患者。进入新一轮国家医保目录的丙肝病毒治疗药物降价的幅度非常大,比如丙肝病毒治疗创新药艾尔巴韦格拉瑞韦片等,治疗费用从6万多降至6000多,降幅超85%,极大减轻了慢丙肝患者的经济负担。

“丙肝绝大部分门诊治疗就可以,不需要住院。”在聊城市人民医院感染科主任王思奎看来,最好将慢丙肝纳入门诊治疗的单病种,不住院也能报销,也能享受国家的医保政策,这样就可以使那些贫穷的患者及时得到治疗。

### 先检测再定个性化治疗方案

“丙肝分病毒分为不同基因型,针对不同基因型的治疗方案也各不相同。”任万华介绍,目前已知的丙肝病毒主要有6个基因型和多个亚型,我国的丙肝患者约有56.8%是基因1b型,而在山东省主要是1b型。值得注意的是该基因型患者以前被认为是难治性丙肝,进展为肝硬化、肝癌的风险较高。

值得注意的是,丙肝患者要进行医保报销,必须要提前测一下基因型。

任万华解释,目前我国基因型普检测普及率不高,治疗前还是有必要做一下的。从病毒的流行病学调查角度来看,有了基因分型,才能了解不同基因型病毒的特点;从治疗角度来看,进行基因分型检测以后,我们可以更好地选择用药。

邹城市人民医院感染科主任侯明奎表示,目前其他的慢性病毒感染疾病都不能治愈,但是丙肝除外,因为我们现在有了新的治愈手段,还有更为完善的国家医保政策。

治疗慢丙肝药进医保是个好事,但专家在欣喜之余也饱含忧虑。多数患者在丙肝发展到晚期时才发现,再加上认识误区等原因,目前丙肝的就诊率不足20%。

据了解,目前我国共有丙肝抗体阳性患者1000万,由于丙肝的隐蔽性,很多人并不知道感染了丙肝病毒,因此临床前来就医的慢丙肝病人远远低于感染病人的总数。

“高危人群要主动筛查,这是预防丙肝的最有效途径。”任万华指出,像注射吸毒者、艾滋病感染者、有纹身或穿孔的人、有丙肝病毒感染的性伴侣、丙肝母亲的子女等,都应定期去医院进行筛查。另外还要注意,修牙、文眉、刮痧、针灸、拔罐等,也都尽量选择正规医疗机构,避免因不规范或不洁净引起丙肝病毒的传播。