



# 身体周刊



扫码看更多内容

A12-13

齐鲁晚报

2021年2月28日  
星期日

医学  
健康  
服务  
科普

□美编：马秀霞  
□策划：陈玮

□组版：颜莉  
□编辑：于梅君



## 壹点问医

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 陈晓丽

### 四岁女孩患重症病毒性脑炎 昏迷26天仍未清醒

“亲爱的女儿，这是你因为脑炎昏迷后的第26天，爸爸妈妈依旧守在重症监护室外，等着你的消息。虽然你现在昏迷不会说话，但你肯定也在努力地醒过来。我们都很想你，你也要加油，我们一起挺过去。”郑先生朋友圈这段话，很多人看了不自觉湿润了双眼。

郑先生的女儿甜甜(化名)刚过四岁生日。大约一个月前，甜甜说感觉很冷，并且全身都哆嗦起来。后来很快就开始发烧、呕吐。

当时家人都以为甜甜是感冒，便带她去了家附近的小医院。此时，甜甜体温已接近39℃，意识也开始模糊，并且抽搐起来。随后，甜甜住院接受输液治疗。

第二天，甜甜仍然没清醒过来。这时，医生找到郑先生，说可能是脑炎，需要转到上级医院治疗。转院后，由于病情危重，随即进入重症监护室，并且很快有了明确诊断，重症病毒性脑炎。

随着甜甜昏迷时间越来越长，医生告诉郑先生，大脑已经产生永久性损伤，就算清醒过来，也会留下很大的后遗症。郑先生实在不舍得放弃救治女儿，希望能有奇迹出现。不过，究竟什么时候，孩子才能从这场噩梦中醒来？

### 全世界平均每分钟新发一例脑炎

“根据病因，脑炎可分为感染性脑炎与自身免疫性脑炎两大类。”山东大学齐鲁医院神经内科主任医师徐广润介绍，脑炎不分年龄、性别，每年全球有50万人罹患脑炎，平均每分钟发病一例。

据世界脑炎协会统计，在过去25年中，全球约有375万人死于脑炎，脑炎专家致力于在今后25年内使这一数字减半。

徐广润介绍，脑炎患病率近年有所增加，可能是两方面原因，一是医学界对这种疾病的诊断有所改善，新类型脑炎得到识别。另一方面也说明，新的病原学因素已出现，曾经通过接种疫苗几乎根除的脑炎变种又重新出现。

“其中，感染性脑炎是一种中枢神经系统感染性疾病，当人感染了病毒、细菌、寄生虫等致病微生物，并侵入脑内不同部位引起局部炎症时，统称为脑炎。”徐广润表示，感染性脑炎发病率在不同国家为1.5-7/10万/年，老年人、婴幼儿童和免疫缺陷患者发病率更高。

感染性脑炎相关的病原体种类繁多，包括病毒、细菌、真菌、螺旋体、支原体等，目前新的病原体还在

# 莫把脑炎当成感冒治

脑炎初期症状类似感冒，却更凶险致命

不断发现。其中，病毒性脑炎又分为虫媒病毒、肠道病毒、呼吸道病毒、疱疹病毒脑炎等。单核细胞增多性李斯特菌、肺炎支原体、革兰阳性棒状杆菌、结核分枝杆菌、立克次体真菌、寄生虫等都可引起细菌性脑炎。

### 自身免疫性脑炎诊断难 易和精神疾病混淆

徐广润介绍，自身免疫性脑炎泛指一类由自身免疫机制介导的脑炎，可占全部脑炎患者的20%-50%。2005年，美国宾夕法尼亚大学神经病学教授首先报道了自身免疫性脑炎。“自身免疫性脑炎是由于异常自身免疫反应产生的抗体，错误地攻击了自身神经系统，导致大脑炎症，可引发各种神经和精神症状，使大脑无法正常工作。”

纽约时报记者苏珊娜·卡霍伦，同时也是一名自身免疫性脑炎患者，她的自传《燃烧的大脑—我的疯狂岁月》介绍了2013年她本人在医护人员和家人帮助下战胜疾病的过程。“燃烧的大脑”几乎成为脑炎或者自身免疫性脑炎的代名词。

“相对于感染性脑炎，自身免疫性脑炎没明显的特异性症状，目前诊断还比较困难，容易和其他精神疾病混淆。”徐广润介绍，早期诊断

和规范治疗可明显改善预后，否则可能导致永久性脑损伤，甚至死亡。

### 感冒和脑炎 正确区分很关键

“发热、头痛、身体疼痛、恶心、呕吐、乏力都是脑炎的典型症状。”徐广润表示，有些患者还可能伴随神经系统症状，包括意识障碍、胡言乱语等。由于病变部位及病变程度轻重不等，症状表现多样，有些患者可能很快出现昏迷、惊厥、肢体活动差或瘫痪等。

从甜甜的经历也可以发现，脑炎的初期症状和感冒非常相似。对此，徐广润表示，通常来说，感冒的症状通常比较局限，如果感冒痊愈后，依然有剧烈的头痛或头痛程度不断加剧，应立即到医院就诊。

如果临床表现怀疑是脑炎，需要常规进行头颅核磁共振、脑电图、腰椎穿刺进行脑脊液化验等检查。

“早期识别、明确病因、规范治疗是提高治疗效果的关键。”徐广润表示，由于公众对脑炎认识不够，很多非本专业医生也认识不足，容易把脑炎初期症状误诊为“感冒”，还有部分表现为精神、行为异常的患者，被误诊为精神性疾病，从而延误诊治。

作为神经系统最常见的急危重症之一，脑炎在所有神经系统疾病中致残率排名第7，死亡率很高，幸存者可能会遗留脑损伤，导致癫痫、认知功能下降、人格障碍等后遗症。

不同类型脑炎后遗症表现也不同，可能表现为语言迟钝、瘫痪、吞咽困难、视神经萎缩、耳聋、癫痫等神经系统损害；智力低下、表情淡漠、哭笑无常、攻击性行为、兴奋多动等精神及认知功能异常；多汗、流涎等自主神经功能失调等。

### 大部分脑炎不具有传染性 但会通过蚊子、鸽子传播

“大部分脑炎不具有传染性。”徐广润表示，但个别特殊致病微生物引起的脑炎，在疾病初期或某个阶段具有传染性，例如结核性脑炎、乙型脑炎、狂犬病、朊蛋白病、HIV脑病、炭疽病等。

其中，鸽粪中有一种真菌叫新型隐球菌，当身体免疫力低下的人接触到该细菌时，就有可能感染，从而患上新型隐球菌性脑膜炎。徐广润提醒，养鸽子一定要注意卫生。

同时，对于乙脑病毒引起的流行性乙型脑炎(简称乙脑)，属于中枢神经系统急性传染病，蚊子是传播的主要媒介。不过，人被带有病毒的蚊子叮咬后，多数人只产生隐性感染，而获得免疫力。少数人经蚊子叮咬后，约10-15天后发病，症状轻重不一。一般起病急，突然发热、恶心、呕吐、嗜睡、头痛。2-3天后病情加重，常出现昏迷、烦躁不安、颈项发硬等表现。

“流行性乙型脑炎目前尚无特效治疗方法，应早发现、早诊断、早治疗，以减少病死率和后遗症。”徐广润表示，预防流行性乙型脑炎的重要措施是灭蚊、防蚊，注射乙型脑炎疫苗对预防有良好效果。

癌Ai不孤单

肺癌属于呼吸系统疾病，手术之后，如何养护更有利于身体，避免转移复发是很多癌友和家属关注的事。

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 韩虹丽

“肺癌早期可通过手术进行根治性治疗，有些病人是能达到治愈效果的。不过，术后要注意这些生活细节。”山东省胸科医院呼吸与危重症医学科五病区兼医学影像部主任王武章介绍，首先要保持合理作息，逐步恢复正常生活。

比如保持居住环境清洁，注意开窗通风，避免长时间待在空调房内。卧室内切勿放置芳香味花草，以免引起呼吸道不适。回家后每日定时测量体温，如体温超过38.5℃以及出现与手术相关的其他不适，如刺激性呛咳、胸痛、呼吸困难等，请及时就诊。

“可以进行深呼吸锻炼，使用呼吸训练器，每日2-3次，白天可适当活动，切勿长期卧床。”王武章还提醒，手术后三个月内，患者不要提重物及从事重体力、高强度劳动，可以尝试练习太极拳、呼吸操等，调节呼吸运动，帮助肺功能等恢复，增强抵抗力。生活上保持乐观心态，保持大便畅通，可适当使用缓泻剂。“当天手术的患者，清醒后请勿随意翻身，翻身幅度过大会造成管道被拔出。身体上各种管道对术后康复都非常重要，不可牵拉或自行拔出，这样会有生命危险。”王武章说。

### 术后可以这样锻炼

“术后第一天开始，陪护家属可督促患者进行适当锻炼。”王武章推荐了3种适合患者做的运动。

**深呼吸练习：**尽可能缓慢并足量进行吸气呼气锻炼。

**手脚锻炼：**膝关节先屈曲再伸直为一次(蹬自行车状)，两腿轮流活动。

**协助拍背：**促进咳嗽咳痰，无论有没有痰都要咳嗽，争取每次都有痰咳出。

“胸腔镜手术后，鼓励患者早期下床活动。”王武章说，“可以在家属陪伴下，开始先坐到床边，双腿下垂。下床后先站立片刻，开始可能会有些头晕等不适，但多锻炼几次就会逐渐适应，或坐在椅子上休息片刻。第二天下床活动须遵循由少到多、由近到远、循序渐进、量力而行的原则，切不可操之过急，切不可做剧烈活动，如爬楼梯提重物等。”

王武章还提醒家属，不要过度照顾患者，应鼓励患者做些力所能及的生活自理活动，如刷牙、进食、梳头等，防止因关节粘连而造成功能障碍。手术后，患者应保持比较均衡的饮食。少量多餐，避免食用一些容易胀气的食物，如豆类、奶类等，容易造成腹胀。



更多肿瘤资讯  
请扫码关注  
微信公众号  
“癌Ai不孤单”

肺癌术后注意啥 听听『肺』腑之言