

有基础疾病的人群容易发生上呼吸道感染,专家提醒:

老人更要警惕肺炎支原体感染

“最近支原体感染疾病患者逐渐增加,多地医院迎来就诊高峰。面对支原体感染疾病的流行爆发期,老年人如何做好防治?记者采访了国药东风总医院中医科主任医师李继端。”

■记者 张贞林

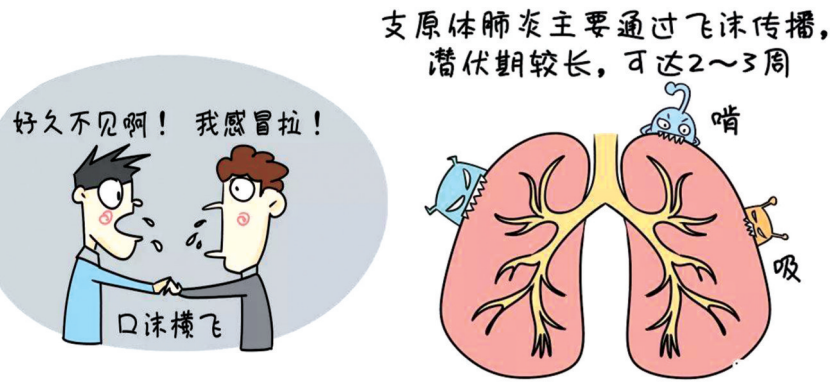
老人更容易感染肺炎支原体

“肺炎支原体为支原体感染引起,主要症状是渐进性干咳、头痛、发热、咽痛,发热程度高低不一,少数人会出现39℃—40℃的高烧,传染性强。而普通感冒可能为其他多种病原体感染引起,主要症状是流鼻涕、打喷嚏,人体不发热或低热,传染性弱。”李继端介绍,两者在症状方面有不同之处,但也可能存在混合感染,如流感混合支原体感染或者继发支原体感染,导致病情恶化或并发症增加。专家认为,以上疾病高发的原因,除了季节性流行外,可能与人们普遍感染过新冠(COVID-19)病毒后造成免疫系统紊乱,容易诱发呼吸道疾病有关。

李继端表示,许多人认为孩子免疫力较低,容易感染肺炎支原体,但最近到门诊就诊的患者中,感染肺炎支原体的老人也较多。原来,很多老人在帮子女照顾生病的孙辈时,本身免疫力较低,从而成为病毒攻击的目标。

“肺炎支原体感染轻度患者可不发病,存在和普通感冒相似症状,或仅表现为上呼吸道感染;重者存在细菌感染,辅助检查白细胞、C反应蛋白时,这些炎症指标比较高。一般来说,咳浓痰、黄痰是细菌感染,若是咳白痰、稀薄痰,那么病毒感染的几率会高一些,可致肺炎、肺实变、胸腔积液、坏死性肺炎等。如果老人出现发热、剧烈咳嗽,甚至有肺部不适,要及时到医院做相关检查。”

李继端提醒,家属也要考虑老人感染肺炎后症状可能不典型的情况。“成年人感染后会发热,老人可能不发热甚至体温还会降低,但如果老



人出现精神萎靡,不想吃饭或说话的情况,可能已经得了肺炎。所以,家属要有这方面的意识,老年肺炎早期诊断、早期治疗很重要。”

李继端介绍,需要注意的是,包括肺炎支原体在内的呼吸道疾病都有发生肺部炎症的风险及心肌炎的可能性,有基础疾病的老年人感染后要注意休息及保暖,加强营养,多喝水,补充优质蛋白,出现呼吸困难、心慌胸闷等症状,要尽快就医。

中医药综合防治有妙方

针对支原体感染患者病情较重,病程较长,反复发作,缠绵难愈等特点,李继端提出了中医药治疗支原体肺炎的妙方。他认为,支原体肺炎中医辨证属于中医学的燥邪袭肺,原因是今年天气变化太快,人在气交之中,收气不及,故导致体质阴虚火燥盛行。症状初期,病机为外寒内燥热;到了后期,病机为阴虚燥火。针对病情的症状及转变,李继端提出了两种不同的中医治疗方法。

支原体感染初期,患者有发热、咽痛、咳嗽、乏力等症状,舌红苔燥,脉细数。中医认为是外寒内热,客寒包火。李继端指出,这时可用麻杏石甘汤加减治疗,“麻黄解表,杏仁宣肺,石膏泻火,甘草调中。该方既解表又清里,往往一剂就有效。”

“病情经历几天后,大多数患者用过消炎药后会退烧,但仍有干咳、乏力、咽干咽痛等症状,说明此时表邪已解,但火燥未除,阴液已伤。”李继端称,在中医上应用养阴清火治疗,桑皮百合汤加减治疗就很有效,“桑白皮、芦根、金银花等清泻肺火,杏仁、白前、浙贝、枇杷叶宣肺下气,百合、石斛、甘草等养阴润燥,综合治

疗阴虚燥咳,效果良好。”

李继端曾接诊一名肺炎支原体感染老年患者,用消炎药、感冒药治疗半个月效果不明显。“患者虽然没有发热,但干咳不止,乏力气短,上半身出汗,咽痛口干,纳差厌食。用桑皮百合汤大剂治疗,仅一周时间,患者不再咳嗽,症状缓解,身体也基本恢复到和以前一样了。”

有基础疾病者应加强预防

“现在大家都知道不能随便给孩子用阿奇霉素,但还是有一些老人凭‘经验’随便配药。这种行为风险太高,一定要到正规医院接受检查,作出准确的判断后对症下药。”李继端特别提醒。

“正常人到秋冬季也容易感冒。老年人如果本身有一些基础性疾病,包括慢阻肺、哮喘、支扩或有心血管疾病的话,更容易发生上呼吸道感染。最近接诊的老年患者就有很多属于上呼吸道感染,包括甲流、呼吸道合胞病毒、支原体感染等。”李继端称,发生上呼吸道感染后,老人还容易出现其他合并症,如果患者本身就患有慢阻肺、哮喘,可能会延长病程,甚至出现严重的合并症。

与此同时,老年人要注意适当锻炼身体,提高免疫力。“特别是有基础疾病的老人,要尽量少去高密度人群场所,降低感染风险。乘坐公共交通工具或者到商场等人员较多的地方时,可以戴上口罩,以防感染。”

李继端还建议,为了避免交叉感染,最好少在呼吸道感染高发季节到医院就诊,可以充分利用互联网医院进行诊疗,“比如长期慢性疾病的人群,在以往正规治疗的基础上,可以通过互联网诊疗复诊开药。”

安神健胃的中药——灵芝

【基本介绍】灵芝,别名菌灵芝、灵芝菇、木灵芝、灵芝草。腐生在栎树或其他阔叶树的根部或枯干上。十堰市分布于武当山、房县、竹山、竹溪等地。湖北省神农架、恩施州、宜昌、襄阳等地也有分布。湖北省内自20世纪70年代便有人工培养,全年可采收。除去杂质,剪除附有朽木、泥沙或培养基质的下端菌柄,阴干或在40—50℃的条件下烘干。

【药用经验】味淡,温。安神健胃,益气滋阴。用于神经衰弱,失眠,食欲不振及久病体虚等症。用量6—12克。水煎服或研末冲服,或配成制剂服用。

【武当验方】

附方一:治疗久病体虚、慢性支气管炎、虚寒胃痛:灵芝3—6克,水煎服。

附方二:治疗神经官能症、支气管哮喘、急性肝炎:灵芝糖浆(灵芝5kg,水煎,浓缩,加砂糖2.5kg,溶化成糖浆,浓度为20%)。口服,每日3次,每次10毫升。

(附方一、附方二出自《湖北药材志》第一卷)

附方三:治疗慢性胃炎引起的疼痛,灵芝200克,切碎,泡白酒500毫升,1周后开始服用。每次适量。(附方三出自武当山道协贾永祥道长提供的《祖传特效秘方》)

栏目顾问:陈吉炎,主任药师,教授。原武当中医药研究所副所长,太和医院药学部副主任,湖北医药学院“生药学重点学科”学科带头人。现为省级非物质文化遗产项目“武当道教医药”代表性传承人,世界中医药学会森林康养研究专业委员会常务理事,武当养生研究会副会长,十堰市健康管理专家委员会常务理事、专家。

说明:验方取自民间或地方性文献资料,读者若需选用验方,必须在当地医师的指导下进行,切勿自行选用,谨防误用中毒。

记者 张贞林 整理



广告

十堰市太和·和众养老中心

全年接收

- 自理
- 失能
- 半失能
- 认知症障碍

地址:十堰市武当路通达巷9号
电话:0719-8882228 / 8887776

十堰市西苑老年养护院

医养结合 公办养老

- 自理
- 半自理
- 全护
- 安宁疗护

地址:十堰市西城路271号(原东风公司黄龙疗养院)
电话:0719-8581199 / 8581238