

支原体肺炎来袭 儿科门诊出现就诊高峰 家长用药需谨慎



近期,支原体肺炎引发关注,全国多地医院出现的肺炎支原体感染患者,多以儿童为主。北京、上海、江苏、陕西等地疾控部门均发布提醒,儿科门诊出现就诊高峰。

医生提醒称,感染肺炎支原体的患儿大多数不需要住院治疗,症状轻微者可居家观察并自行恢复,同时家长也不可擅自给孩子使用抗菌药。

值得关注的是,如果在已经诊断患有肺炎支原体感染的基础上,需要配合常规治疗缓解症状,安全性高的纯中药制剂可发挥确切优势。

感染肺炎支原体多数症状较轻 以常见呼吸道症状为主

支原体肺炎多发于秋冬季,其他季节也有散发病例。初期感染时,症状与普通感冒相似,需根据发病时间、临床症

状、体格检查、影像学检查和病原学检查等综合判定。

支原体肺炎有何特殊性?专家介绍,支原体肺炎和一般的肺炎不同,支原体肺炎患者肺部的病理改变不是病毒或细菌感染的斑片影,而是以间质性肺炎改变为主,有时会并发支气管炎,故称为原发性非典型性肺炎。该病主要经飞沫传播,潜伏期2—3周,发病率以青少年最高。一般而言临床症状较轻,甚至根本无症状,若有也只是头痛、咽痛、发热、咳嗽等呼吸道症状。

支原体肺炎轻症以居家治疗为主 切勿盲目使用抗菌药

专家提醒,轻症支原体肺炎无须住院,在家庭护理中建议做到以下几点:保证充分的休息和能量摄入,保证水和电解质平衡,不主张感染后或出现发热、咽喉疼痛、流鼻涕、咳嗽等症状的孩子带病上学。

居家治疗期间,要让孩子多休息,室内保持在舒适的温度湿度。饮食要少量多餐,吃营养丰富又易消化的食物,多饮水。每天定期开窗通风,保持室内空气新鲜。同时,要注意观察病情变化,体温超过38.5℃,可以口服退热药,如对乙酰氨基酚或者布洛芬。

此外,有呼吸科医生提醒,青霉素、头孢类抗生素对支原体肺炎治疗无效。家长们千万不要盲目跟风,自行使用。

支原体肺炎的一线治疗药物是大环内酯类抗菌药物,包括阿奇霉素、红霉素、克拉霉素等。对于大环内酯类药物治疗无效、8岁以上儿童可以使用四环素类药物,如多西环素、米诺环素。但是,此类抗菌药物一定要在专业医生指导下用药。

关于近段时间全网热传的治疗肺炎支原体感染的网红药方“阿奇霉素+布洛芬+愈酚甲麻那敏”并不是人人都适合,应在医生指导下用药。

专家介绍,首先,药方中的“阿奇霉素”并非人人适用,有些支原体感染症状较轻,不需要用抗生素;有些支原体肺炎病情很重,单用阿奇霉素,抗菌强度不够,而且患者如果所在地区耐药菌较高时,应选择其他类的抗生素。

支原体肺炎中医治疗思路可借鉴破解单一治疗耐药性见效慢等难题

中医认为,肺炎支原体肺炎属于“温热病”之“肺热咳嗽”“风温犯肺”等范畴,主要病因为肺脏娇嫩、风邪袭肺,壅遏于肺,故其治疗应以清肺平喘、辛凉宣肺、解表清里为主。

国家卫生健康委于今年2月发布

《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南(2023年版)》,其中明确指出根据中药辨证施治原则,支原体肺炎可以联合使用清热宣肺等中药治疗。

以清瘟解毒、宣肺泄热的连花清瘟为例。该药物以13味中药组成,组方汇聚了中医两千多年来治疗温病的经典名方,以东汉张仲景《伤寒杂病论》麻杏石甘汤宣肺平喘、清代吴鞠通《温病条辨》银翘散辛凉解表,汲取明代吴又可《温疫论》治疫病用大黄的用药经验,先证用药截断病势,配伍了红景天调节免疫,扶正祛邪,在改善小儿肺炎支原体肺炎患者症状体征、调节免疫、安全性方面,都有较好的临床应用价值。

一篇发表在中华中医药学刊上的《连花清瘟颗粒对小儿肺炎支原体肺炎肺功能指标、血清炎症因子水平影响及疗效分析》研究显示,在常规治疗基础上加用连花清瘟可以缩短住院时间3.5天,缩短退热时间2.5天,缩短咳嗽消失时间3.7天,缩短气促时间1天,可降低患儿血清炎症因子水平,改善患儿肺功能。具体使用剂量可遵医嘱服用。

专家指出,小儿肺炎支原体肺炎联合中药改善症状,可在医生指导下进行联合治疗,加快症状缓解。

据《重庆科技报》

寒冷的冬日,吃上一块热乎乎的烤红薯,暖身暖心又营养。网友直呼“烤红薯简直是冬天的标配”,“烤红薯为什么比蒸红薯更好吃”的微博话题也频频登上热搜。烤红薯比蒸红薯更香甜的奥秘在哪里?

中国营养学会体重管理教练、注册营养师王艳丽说,红薯的甜度与可溶性糖含量直接相关。研究表明,烘烤红薯使可溶性糖含量从9.12%提高到36.65%。其中,麦芽糖就增加了200倍,这可能是烤红薯更甜的原因。

相比于蒸煮红薯,红薯烤着吃更香,是因为烤制过程中产生了大量的呋喃和萜类化合物。要产生呋喃,则离不开美拉德反应。烤肉、烘焙的面包和糕点等美食之所以好吃,也跟美拉德反应有关。

烤红薯好吃的原因还离不开焦糖化反应。王艳丽解释说,焦糖化是一种热引发的化学反应,主要涉及糖类物质在加热时的分解和重组。这一过程通常在相对高的温度(160℃至210℃)下进行,最终生成各种各样的化合物,使烤红薯流出深红色糖汁,也更美味。生活中,焦糖糖果、烘焙食品、烧烤和煎炸食品等也都有焦糖化反应。

至于哪种吃法更健康?王艳丽称,烤红薯和蒸红薯都有各自的优点。从营养学的角度看,有研究证明,蒸红薯在保留类胡萝卜素方面具有优势。从升糖指数(GI)角度来看,蒸红薯具有较低的升糖指数(GI为44),而烤红薯的升糖指数较高(GI为94),意味着它们能快速分解为糖分,可能会导致血糖水平的短时上升。

而在蛋白质和脂肪含量方面,两者差异并不显著。

因此,如果你关心的是营养成分,两种烹饪方式都是可接受的,可以根据自己的口味和需求选择具体吃法。

据中国科普网

为啥红薯烤着吃更香也更甜

綦江二桥配套工程建设指挥部关于綦江二桥配套工程建设房屋征收项目产权调换房屋换房实施细则公告

根据《綦江二桥配套工程建设房屋征收项目住宅房屋产权调换及结算细则的公告》和《綦江二桥配套工程建设房屋征收项目住宅房屋产权调换选房接房实施细则的公告》规定,现将綦江二桥配套工程建设房屋征收项目产权调换房屋换房实施细则公告如下:

一、组织实施单位

綦江二桥配套工程建设指挥部。

二、换房对象

已选定綦江二桥配套工程建设房屋征收项目住宅产权调换房屋并自愿在剩余房源中换房的被征收人(以下简称“换房人”)。

三、换房时间地点安排

(一)集中领号时间:按照先到先领原则,

“选房人”凭“綦江二桥配套工程建设房屋征收项目住宅房屋产权调换房屋确认单”(以下简称“产权调换房屋确认单”),于2023年11月28日上午8点至11点(11点后不再发放换房顺序号)在綦江影视会议中心(中山路40号)排队领取换房顺序号,然后按顺序号进行换房;

(二)换房开始时间:2023年11月28日上午9:00至当日已发放的换房顺序号换完为止;

(三)换房地点:綦江影视会议中心。

四、换房和结算规则

(一)同一份“产权调换房屋确认单”中需调换的房屋一次性完成换房;

(二)“换房人”选定的新房号写上房源展板后,该“换房人”原已选的产权调换房屋将立即纳入剩余房源;

(三)“换房人”可以在剩余房源中任意换房,多套的可以进行拆分和组合换房;但换房后所减少的总面积(套内面积)不得多于24.01㎡及以上;

(四)“换房人”在其对应产权调换选房区域内进行换房的,按照原选房结算规则进行结算;“换房人”超过原产权调换房屋选房区域换房的,换房增大的面积部分折算成建筑面积,按4750元/㎡进行结算;其余结算规则以原发布的公告规定为准;

(五)享受保障性住房安置政策的“换房

人”,不能减少面积换房,换房增大的面积部分折算成建筑面积,按4750元/㎡进行结算。

五、换房步骤

(一)领取换房顺序号:“换房人”凭“产权调换房屋确认单”领取换房顺序号,一个“产权调换房屋确认单”只能领取一个换房顺序号;

(二)资格核实:“换房人”选房时须持《綦江二桥配套工程建设项目房屋征收产权调换协议书》(以下简称“协议书”)原件、“产权调换房屋确认单”、本人身份证或委托选房人身份证参加换房;

(三)换房人数及时间:每户到场参加换房不超过2人,一套房屋的换房时间不超过5

分钟,每增加一套增加3分钟,超过换房时间的,视为放弃换房;

(四)换房确认:换房完成后,由“换房人”签字确认领取綦江二桥配套工程建设房屋征收项目住宅房屋产权调换房屋换房确认单(以下简称“换房确认单”),原“产权调换房屋确认单”收回作废;

(五)换房结算:“换房人”凭“换房确认单”到綦江二桥配套工程建设指挥部办公室办理结算手续。

六、本公告的解释权归綦江二桥配套工程建设指挥部。

綦江二桥配套工程建设指挥部
2023年11月24日

GREEN

绿色生活，低碳出行

出行

绿色

中宣部宣教局

中国文明网