

感冒发烧 收好这份居家应急指南

流感、新冠、肺炎支原体,各种疫情总会让急诊室人满为患,尤其是小朋友,一年到头轮番感冒发烧更是让父母焦虑万分,总担心肺炎、“白肺”的发生。新冠疫情以来,很多人对呼吸科居家用药很熟悉了,那么,有哪些简单方便的居家应急自测手段呢?

居家自测的手段比较单一,市面上能买到的就是各种试纸条了(基于胶体金免疫层析法)。检测的标本类型以分泌物为主,也可以选择微创末梢采血检测的试纸条。分泌物和血液的检测项目是有很大的不同的,下面我们就来谈一谈它们的区别。

分泌物篇

分泌物检测无痛无创,对儿童友好。由于是直接针对病变部位浓集的病原体本身进行检测,即抗原或核酸检测,因此发病初期即可检测到。例如感染性咽喉炎时,咽喉部唾液及分泌物中病原体含量很高,非常适合

进行病原体检测。大家熟知的新冠抗原或核酸检测也是如此。

需要注意的是,鼻咽部分泌物混杂着痰液、鼻涕和唾液,甚至还有汤汁和食物残渣,各种成分比例不稳定,再加上采样可能不规范,会给检测结果带来不确定性。通常阳性结果可确认该病原体感染,而阴性不可排除感染,可间隔数小时再做一次。请注意,一定要按照说明书正确采样。

分泌物在上呼吸道感染病原体检测中应用广泛,市面上商品化试纸条基本涵盖了感冒发烧常见的病原体,如新冠病毒、甲乙流病毒、腺病毒、呼吸道合胞病毒、肺炎支原体等。

检测步骤大致如下:鼻咽拭子采样后放入提取液/稀释液的小瓶子中,充分搅拌均匀后,滴入试纸条加样孔,等待一段时间(通常15~30分钟)观察结果,出现两条杠即为阳性结果。详细步骤和注意事项见各试剂盒说明书。

血液篇

人体被病原体入侵后,免疫系统激活,免疫细胞产生相应抗体并最终释放到血液中。针对分泌物进行检测的试纸条只能检测抗原,而血液除了可进行部分病原体的抗原检测外,还可以进行抗体或炎症标志物的检测。因此试纸条只要写着检测抗体,一定需要采血!请大家在选择时务必看清楚!

市面上针对微创末梢采血进行病原体检测的试纸条有肺炎支原体IgM抗体、呼吸道合胞病毒IgM抗体、登革病毒NS1抗原和IgM/IgG抗体(登革热病原体)、肠道病毒71型和柯萨奇病毒A16型IgM抗体(手足口病和疱疹性咽峡炎的病原体抗体)等。检测步骤和分泌物大致相同,请严格按照说明书操作。

由于抗体通常需要5~7天才能产生,“窗口期”和感冒发烧的病程差不多久(“窗口期”指感染至抗体能被检测到的这段时间),因此抗体检测对急性上呼

吸道感染意义不是特别大。对于感冒发烧,还是首选分泌物抗原检测!

值得一提的是,感冒发烧是否存在细菌感染,是合理运用抗生素的关键,而病毒感染通常具有自限性,一般也没有特效药,不需要抗病毒处理,对症治疗即可。血液C反应蛋白(CRP)是判断细菌还是病毒感染有用的指标,在感染发生后6~8小时即开始升高,1~2天达到峰值,治疗有效后迅速下降直至正常。通常在肺炎支原体或细菌感染时C反应蛋白升高明显,而病毒感染时可正常或轻度升高。市面上也容易买到末梢采血检测C反应蛋白的试纸条。

以上就是居家应急自测指南。最后要强调,自测应急没问题,但身体不舒服千万不可拖着,更不可胡乱吃药,一时半会儿没有好转要尽快看医生!

(作者:林升 福建医科大学附属第一医院 检验科 中级主管技师)

治疗黄疸 应当崇尚科学

今年22岁的王女士,刚生孩子两天,早上查房测孩子的黄疸,经皮黄疸测量仪值为18.9,告知王女士及家属,孩子黄疸值高需要进行蓝光治疗,同时也要排除是否有ABO溶血,结果孩子的奶奶马上开口“不要照蓝光,晒晒太阳就好了,我前个孙子也是这样”。医生告知黄疸对新生儿的影响及蓝光治疗必要性,结果前功尽弃,无奈之下只好先口服退黄药观察。

黄疸是这么一回事

黄疸是刚出生的孩子血液中的红细胞数量较多,寿命短,破坏后释放出大量的胆红素,胆红素在肝脏代谢,但是孩子的肝脏发育不成熟,清除血液中胆红素的能力低,就会导致血液中胆红素水平增高,胆红素在体内聚积引起皮肤或其他器官黄染。超过80%的孩子早期可能会出现黄疸。

调查资料显示,胎膜早破、母子血型不合、宫内缺氧、蚕豆病、新生儿早产、喂养方式、开奶时间、胎便排出时间、新生儿感染等均是引起新生儿黄疸发病的影响因素。

生理性黄疸

足月新生儿出生2~3天出现皮肤、巩膜(眼球外围的白色部分)发黄,4~5天达到高峰,持续10天左右消退,最迟不超过2周。一般不需要治疗,加强喂养每天8~12次,促进胆红素排出。

出现以下情况要警惕新生儿病理性黄疸,请及时就医

1. 黄疸出现时间早,生后24小时内出现黄疸;
2. 新生儿精神状况不好,反应差;
3. 明显地拒奶、嗜睡,肌张力减低,继而高声尖叫、抽搐、角弓反张、肌张力增高等;
4. 黄疸持续时间长,超过2~4周,或进行性加重;
5. 结合胆红素水平升高,血清总胆红素水平特别高(比如在出生后1~10天期间,血清总胆红素水平超过200~250umol/L;)
6. 大便呈灰白色,尿液呈深色(如深茶色)。

经过日光浴后,第三天早上查房再次测得孩子黄疸值为19.7,告知孩子父母必须照蓝光,晒太阳只起到辅助作用,待病情

发展至核黄疸,后悔莫及,年轻的夫妇考虑后才签字同意。

还有一种叫母乳性黄疸

孩子的黄疸持续时间比较长,多为生后8~12周左右,其间孩子的一般情况良好,体重增长平稳,大小便颜色正常,一般不需任何治疗,随着孩子日龄和月龄的增加,可以自行消退。

黄疸对新生儿的影响

1. 当非结合胆红素水平升高时,可以通过血脑屏障,引起胆红素脑病(核黄疸),造成中枢神经系统功能障碍。出现神经后遗症,影响孩子的健康。

2. 如果不及干预治疗,可能造成永久性损害,表现为手足徐动眼球运动障碍、听觉障碍、牙釉质发育不良,严重者可留有脑性瘫痪、智力低下等后遗症。

病理性黄疸要这样处理

引起病理性黄疸的原因有:胆红素产生过量、肝脏胆红素代谢和分泌减少、胆红素排泄异常、肠肝循环增加等。家长们一定要注重病理性黄疸,避免核黄

疸的发生而遗憾终生。大部分病理性黄疸新生儿通过蓝光治疗都能达到理想的治疗效果,但当胆红素超过换血阈值(临界值)或有胆红素脑病表现时,则需考虑新生儿换血治疗,病理性黄疸早诊断早治疗早干预是完全可以治愈的。

晒太阳治好新生儿黄疸吗

晒太阳只能在一定程度上帮助降低黄疸,而且晒太阳孩子身体裸露,容易着凉,眼睛不能直射避免损伤眼睛,身体要充分暴露于阳光下才能起些作用。但其退黄效果远低于蓝光治疗,因此并不推荐给孩子只晒褪黄,请相信科学,崇尚科学。

(作者:缪海燕 福建中医药大学附属第二人民医院产科副主任护师)

医学科普专栏投稿邮箱:

fujianwsbkp@126.com

联系电话:0591-88369123

联系人:杨老师