

# 感冒数日不缓解 警惕暴发性心肌炎

## 老年朋友更要引起重视



本报讯(记者 徐小翔)记者了解到,近期,多地医院都有接诊暴发性心肌炎的病例。浙江医院心血管内科副主任汤益民提醒,天气越来越冷,感冒的

人也逐渐增多。如果连续感冒数日没有缓解,发烧乏力、全身酸痛,稍微活动就胸闷气急,要当心心肌炎的可能。

汤益民表示,流感后出现心肌炎的患者并不少见,大约4%的流感患者在出现症状1-2周后会出现心肌受损,相较于老年人,儿童和青壮年往往在流感后出现心肌炎的风险更大。一方面,老年人一生接触过的流感病毒更多,体内抗体也就相应更多。另一方面,老年人在感冒后,往往更加在意,

会更充分地注意休息并及时前往医院就诊。

汤益民表示,如果在流感期间或者流感后1-2周内,出现胸闷、憋气、心慌、胸痛等症状,务必引起重视,必要时前往医院检查。暴发性心肌炎极为凶险,起病急,进展快,主要表现为气短、呼吸困难、胸闷或胸痛、极度乏力或倦怠、心慌和心悸、头晕和头昏、食欲明显下降等,有时甚至会突发晕厥。老年人往往合并有多脏器功能下降,出现暴发性心肌炎更易导致肝肾功能衰竭、凝血功能障碍、呼吸衰竭等,风险更大,所以尽早就诊、明确诊断非常重要。

## 应对皮肤瘙痒 注重辨证施治 强调内外兼顾

本报讯(记者 林乐雨)老年朋友面对皮肤瘙痒问题,除了日常生活多注意,还有没有什么缓解的方法?近日,在“老年报健面”直播中,杭州市第三人民医院皮肤科副主任中医师王颖表示,需要辨证后具体应对。

血虚使得肌肤失去足够血液滋养,风邪入体,使皮肤更加干燥引发瘙痒属于“血虚风燥证”。这类情况在老年人中最为常见,病程相对较长。患者会出现皮肤干燥瘙痒,伴头晕眼花、两目干涩、失眠多梦等症状。此时,可使用当归饮子、养血润肤饮等方剂,或乌蛇止痒丸、润燥止痒胶囊等中成药。

因风热之邪入侵肌肤和血热导致的“风热血热证”;因湿热邪气在体内淤积,难以排出引发的“湿热内蕴证”也是引起老年人瘙痒的重要原因。

“风热血热证”表现为皮肤瘙痒,遇热或饮酒后加重,搔破后血痕累累,伴心烦、口渴、小便黄、大便干等症状。

“湿热内蕴证”的患者表现为瘙痒不止,抓破后渗液结痂,或外阴肛周皮肤潮湿瘙痒,伴口干口苦。

麻黄连翘赤小豆汤或桂枝麻黄各半汤可有效应对“风热血热证”。应对“湿热内蕴证”建议服用当归贝母苦参丸、苦参汤等方剂。

除了药物内服,也可使用中药药浴、药物湿敷等外用法。需注意的是,无论采取何种方法,都应在医生指导下使用。如瘙痒情况较为严重,建议及时就医,以免延误治疗。



老年报健面视频号专注于健康知识科普,邀医学专家追溯健康根源、探寻养生之道,将健康养生知识融入生活日常,提高健康素养,乐享幸福人生。

## 嗅觉减退 与百余种疾病有关

美国和英国科学家共同开展的一项研究表明,在139种疾病中,嗅觉减退与炎症之间存在紧密关联。

研究人员发现,在阿尔茨海默病和帕金森病等疾病发作之前,患者往往会出现嗅觉减退的症状。因此,嗅觉减退可作为这些疾病发作的早期指标之一,帮助医生尽快采取积极有效的治疗措施。

研究人员正在研制一种能提供嗅觉治疗的设备,有助促成一种改善健康的新型非侵入性方法。

据《科技日报》

## 心脏病发作后 增加睡眠有助恢复

新一期英国《自然》杂志上发表的一项研究显示,在心脏病发作后,心脏通过免疫系统与大脑“沟通”,促使机体更多睡眠,以此来减少炎症、促进心脏恢复。

研究团队分析80多名患者在心脏病发作后4周内的睡眠情况。结果显示,心脏病发作后的几周内睡眠不好的患者预后更差。此外,睡眠良好的患者心脏功能有显著改善,睡眠差的患者没有改善或改善很小。研究结果强调了心脏病发作后增加睡眠的重要性,并建议充足睡眠应成为心脏病发作后临床管理和护理的重点之一,尤其在睡眠经常被中断的重症监护病房。

据新华网