



专家提醒：

# 中暑后这样急救

□ 记者 崔宏远 通讯员 许文军

近日，伴随高温天气到来，我市各大医院收治的中暑患者也多了起来。据河科大一附院急诊科主任张国秀介绍，医院近半个月收治的中暑病人已经达到了40多人，其中以老人、小孩和产妇居多。张国秀提醒市民，高温环境下要注意休息和补充水分，建筑工人、交警等还要随身携带人丹等急救药品，老人和孩子中午温度较高时尽量不要外出。发现身边有人出现中暑症状，像昏厥等，在进行简单的中暑急救后应尽快将

其送至医院救治。中暑一般分为三类。张国秀介绍说，一类是先兆中暑，即高温环境下出现耳鸣、心悸、四肢发麻等，体温一般不超过38℃。一类是轻度中暑，症状和先兆中暑类似，但会呈现加重反应，体温也会在38℃以上。最严重的一类是重度中暑，会发生热射病、热痉挛和热衰竭，严重威胁生命。建筑工人、交警、清洁工等需要在高温环境中长时间工作，身体产热过多而散热不足，很容易导致体温急剧

升高引发中暑。出现中暑该如何急救？张国秀表示，发现或怀疑中暑患者时，最重要的就是帮患者降温。先要将患者移至阴凉处，同时利用电扇或是空调给患者降温。有条件的话可以用酒精擦拭患者全身，尤其是头、颈等有动脉血管的部位，或是把患者倾斜着浸入凉水中，都可以迅速散热降温。在患者有一定意识的情况下可帮助其服用人丹等药物急救，并且饮用淡盐水等补充体液解暑。在进行简单的救治后，

要及时把高热不退的重症患者送到医院急救。张国秀提醒市民，有中暑的症状或是确诊中暑后不要一次性大量饮水，要采用少量、多次的饮水方法。长时间外出的话要尽量选择打伞或是站在阴凉处，不要在烈日下打赤膊，这样只会更容易被日光晒伤皮肤，也容易引起中暑。另外，平时注意不要大量进食冷饮，也不要不要在空调房间里呆得太久，这样有助于皮肤汗腺的自我调节。多吃各种水果和凉性蔬菜也有利于防暑降温。

# 红斑狼疮不是绝症

□ 记者 崔宏远 通讯员 许文军

近日，一部由洛阳人执导、以一个洛阳家庭的悲欢离合为故事主线，入围第十三届上海电影节“中国新片展暨传媒大奖”单元的影片《明天是否来临》在我市上映。电影中，主人公被医生屡次下病危通知单却和红斑狼疮抗争19年的故事催人泪下，红斑狼疮到底是一种什么病，这么可怕？发病率有多高？能不能治愈？记者采访我市免疫学专家为你解答。

河科大一附院风湿免疫科主任付建斌表示，红斑狼疮是一种常见的风湿病，但目前很多患者包括非专科医生都对该病知之甚少，这也使其误诊、漏诊和乱治的现象比较普遍。红斑狼疮多发于18~40岁女性患者，发病率在千分之一左右，所以中青年女性要特别注意。由于红斑狼疮是一个关系身体多系统多器官、临床表现复杂、病程反复的自身免疫性疾病，其临床症状又多，像发热、红斑皮疹、血液细胞减少、脑损伤等，目前医学界还未确定其具体病因。

付建斌指出，临床上通常将红斑狼疮分为三种类型：病变仅限于皮肤者称为“盘状红斑狼疮”；有多器官、多系统病变的称



为“系统性红斑狼疮”；介于两者之间的称为“深部红斑狼疮”，其性质不稳定，可单独存在，也可转化为前两种。大多数患者需要终身服药控制。红斑狼疮有多种致病因素，像遗传因素、雌激素水平、环境因素等。目前还没有相应

的办法加以预防，只能通过留意早期症状诊断及早治疗。红斑狼疮的早期症状包括常年关节疼痛不见好转，长期高烧不退，头发枯黄，神志不清，皮肤出现界限清楚的呈蝴蝶状红色斑块等，如果出现这些症状就要及早去做检查。

随着医学发展，目前通过规范个体化的治疗可以使红斑狼疮病情完全缓解并长期稳定，甚至可以停用激素等药物。所以，早发现和及时正确诊断也就成了红斑狼疮患者控制病情的关键。

红斑狼疮传染吗？回答是否定的。付建斌表示，红斑狼疮不会由一个人传染给另一个人。它不像细菌、病毒、真菌等由各种病原体引起的疾病那样，可以在人与人之间传播。红斑狼疮患者在疾病缓解稳定期，可以和正常人一样从事一般的工作、学习，参与正常人的社会活动。病情稳定的情况下，患者还可以结婚生子。

红斑狼疮和日照有密切关系。付建斌提醒患者，目前盛夏来临，过强的紫外线照射容易引起皮肤的各种病变，很容易使红斑狼疮发作，所以外出要格外注意防紫外线，免得刺激疾病再次发作。另外，患病的人还要注意休息，避免过度劳累诱发疾病复发。付建斌特别提醒市民，单用中药对红斑狼疮的治疗意义不大，只能作为辅助治疗，一定程度上可减少激素带来的副作用，不能夸大其作用。

医学前沿

## 茉莉花香 镇静效果堪比安定

德国研究人员发现，茉莉花香对失眠、焦虑、烦躁等症状的缓解效果堪比镇静剂。这一发现证明“芳香疗法”具有科学依据。

德国波鸿鲁尔大学和杜塞尔多夫大学研究人员用数百种香味在人体和老鼠身上做实验，测试这些香味对动物体内氨基酸受体的影响。

氨基丁酸是一种抑制性神经递质，能结合抗焦虑的脑受体并使之激活，然后与另一些物质协同作用，阻止与焦虑相关的信息抵达脑指示中枢。氨基丁酸效应越强，对神经的舒缓作用就越大。实验结果显示，茉莉香味产生的影响最大，能使动物体内氨基丁酸效应增强5倍多。

波鸿鲁尔大学汉斯·哈特教授说：“我们找到了一种新的氨基丁酸受体调节器，可以借助呼吸而非消化系统起作用。”他认为，这项研究结果证明了“芳香疗法存在科学依据”。

“芳香疗法”支持者认为，各类芳香精油能对心跳、精神压力、血压、呼吸和免疫功能等很多生理因素产生影响。

目前的镇静剂、安眠药等药物的主要成分为酒精、鸦片和苯二氮等，进入体内后通过神经突触上的氨基丁酸受体起作用，增强氨基丁酸效应，从而达到镇静神经的目的。虽然效果明显，却容易使服用者上瘾，且会引起抑郁、眩晕、低血压、协调能力受损等副作用。

这项研究表明，茉莉香气也能缓解焦虑、促进睡眠，效果并不比传统药物差，但上瘾、过量使用致死等的几率更低。研究人员眼下希望借助改变茉莉香气分子结构，使其达到更强的治疗效果。(新华网)



## 有安全感的人反应慢 危机感有助生存

不少人喜欢与快乐、有安全感的人交朋友。以色列心理学家说，有危机感的伙伴也很重要，因为他们对潜在危险更敏感，能在危急时刻发挥作用。这项研究结果由美国《心理学展望》杂志发表。

相关研究指出，当人类可以按照“依附风格”分成两类：情感上有安全感和无安全感。

依附风格为“有安全感”的人倾向于认为世界是安全的，他们的乐观心态有助于注意力集中、不受负面想法干扰。他们合群并表现良好。人们在恋爱关系中更青睐这一类型的伴侣。

没有安全感的人也可大致分为两种类型：“焦虑型”喜欢“粘”住对他们意义重要的人或物，“逃避型”喜欢独自解决问题，而不愿意和伴侣、搭档共同面对。

研究人员把实验参与者分成多组，让各小组分别进入单独房间。房间里藏有制烟机，开启后可造成起火假象。

研究结果显示，有“高度不安全感”成员的小组更快注意到烟雾并作出反应。具体来说，有“高度焦虑型”成员的小组最快注意到烟雾，有“高度逃避型”成员的小组最快对危险作出反应，比如逃离房间等。(新华网)

健康说吧

## 从“189项检查”到“一毛钱处方”

出生不到一周的婴儿，79小时内做了189项检查，其中包括艾滋病、梅毒、类风湿、糖尿病等项目，花费近6000元。11日，初为人父的广州人雷某(化名)觉得被医院骗了。当记者向院方咨询时，院方道出无奈：这些检查大多包含在一个“套餐”里，即便没必要，医生也无权将其从“套餐”里剔除，名目繁杂的检测费用无法避免。

189项检查、6000元费用已经令人咋舌，出生不到一周的婴儿竟然也要检查艾滋病、梅毒，则是耸人听闻。不管院方有何种“无奈”，如此检查、如此收费，无疑都是不合适的。

遗憾的是，此类“小病大治”并非个案。今年5月，上海龙先生的幼女因误吞一根3厘米长的铁制弯针，被送至医院治疗。出院结账时，龙先生发现收费清单上竟有217个检查项目，医疗费高达3000多元。可以看出，“小病大治”不仅存在，而且往往出现在儿童医院。相较于成年患者，我们并不否认，婴幼儿的检查更应“由专业医生说了算”，但连艾滋病、梅毒也要检查，是明显违背常识的。

今年7月1日，备受关注的《侵权责任法》开始实施。新法第63条规定，医疗机构及其

医务人员不得违反诊疗规范实施不必要的检查。对婴幼儿而言，艾滋病、梅毒无疑是不必要的检查，现在却似乎很难按照《侵权责任法》予以处理——事实上，即便对医院、医生与律师而言，“什么才是不必要的检查”都没有答案，更何况患者及其家属。

医院的无奈在于医疗“套餐”。医院的“套餐”检查是根据“临床路径”制定出来的。诚如广东省卫生厅副厅长廖新波所言，治疗诊断疾病，医生除了执行“临床路径”相关规范，也要运用临床经验判断某些检查项目是否有必要，并明白告

知病人或其家属，“这既涉及医生医术，更是医德问题”。可以看到，如果医生缺乏医术和医德，制度再先进恐怕也难落到实处。

不久前，江苏常州一名市民在市内一家医院给孩子看病时，仅花了一毛钱，孩子的病就痊愈了。这个“一毛钱处方”被病人家属誉为“最便宜的处方”——这边是“189项检查”，那边是“一毛钱处方”，两相比较，反差让人震撼。

如何消灭“189项检查”，出现更多“一毛钱处方”，重塑医德医风，还需要我们深深思考。

(人民网)