

远离结核 把好预防关

生活中,似乎一提到结核病,人们就闻之色变。也许每个人脑子里都有这样一个概念:是结核病就有传染性,看见结核病人就赶快躲得八丈远。其实,结核病并没有我们想象中那么可怕。

肺结核是由结核菌引起的疾病,所以肺结核的发病与结核菌的传播有关。想要预防肺结核就要防止结核菌的传播。

做好预防措施,养成良好的卫生习惯、提高抵抗力才是避免患各种结核病,尤其是肺结核的好方法。所以,患者不要在发现病情的时候才谈“结核”色变,其实把好日常生活的细节关就能最有效



地预防结核。

减少结核菌播散。①加强健康教育,使大家懂得结核病的危害和传染方式,养成人人不随地吐痰的卫生习惯。②结核病患者的痰应进行焚烧或药物消毒处理。③病人在咳嗽、打喷嚏

时,要用手帕捂住嘴或戴口罩,不要近距离面对他人大声说话。

④病人所用痰盂、床单、枕巾、被罩、口罩、手绢、衣服、餐具和洗漱用品应经常消毒和清洗。

减少环境中结核菌的浓度。结核菌容易在通风不良

良的较密闭环境(如冬季居室内、拥挤的集体宿舍或工棚)中传播。因此要养成定时开窗通风的习惯,尽量让日光进入室内。

注意隔离,减少接触传染源。对排菌肺结核病人应进行隔离,病人不要到人与人接触频繁的公共场所或工作。家庭成员发现肺结核病人,除积极治疗和经常通风换气外,病人最好单独住一间房,无条件者要分床睡。

另外,加强锻炼也是阻击结核病的好办法,建议经常爬爬山,到户外或专业的体育场馆进行锻炼,不要总闷在屋子里。而且,平常不要给自己太大压力,尽可能保持心

情愉快。

上述这些就是控制肺结核传播的相关介绍,希望大家在平日生活中注意做好预防工作,那么您就会减少患上这种疾病

的几率。

(王强)

结核病患者在治疗期间必须注意的几个基本问题

1. 坚持规范的抗结核药物联合方案治疗。这是治愈结核病并及时控制传染性的关键措施。

2. 要知道结核病绝大多数是可以治好的,既要重视并认真服药,又不要有太大的思想包袱。保持良好的心态也是保证疗效的重要因素。

3. 要保持良好的生活规律,按时起居、用餐、活动和工作,避免过

度劳累。尽量避免和减少夜生活。

4. 提倡适度的工作、适度的体力活动和锻炼,记住,生命在于运动。

5. 注意不要抽烟,抽烟不仅与心血管疾病和恶性肿瘤发病有关,且直接损害呼吸道和肺。服药期间绝对禁止饮酒,以免促发抗结核药物的肝损害。注意合理健康的饮食。

6. 节制性生活。

7. 经常到室外活动,居室要注意通风,保持环境清洁卫生。

8. 也要注意自觉地保护家人和他人。

9. 要有痰液消毒的基本知识并认真做好痰液消毒工作,减少对社会的传染可能性。

10. 有部分患者使用抗结核药物时可能出现肝损害、药物过敏反应等副反应,其中肝损害的发生概率相对高一些,而且副反应出现的时间很难预测,所以每月要检查肝肾功能、血常规等,如果出现消化系统症状或皮疹、发热等过敏反应的表现都应及时到医院检查。

(王强)

专家谈肝病之九

是药三分毒:注意药物性肝炎

提到肝炎,人们很自然会想到乙肝,其实,乙肝仅仅是肝炎中最常见的一种。在肝炎大家族里,还有酒精性肝炎、自身免疫性肝炎、药物性肝炎等。其中,药物性肝炎危害甚广,却往往不为人们所重视。

所谓药物性肝炎,简单说就是由药物而引起的肝脏损伤,可表现为肝细胞坏死、胆汁淤积、慢性肝炎或肝硬化等。其发病率逐年增高,占所有因黄疸住院患者的 20%,慢性肝炎中的 1/4 到 2/3 属药物性肝炎,其中以老年人多见。

一、吃药会得药物性肝炎

肝脏是人体的代谢与解毒器官,任何药物吃下去,都必须经过肝脏代谢与转化,尤其是口服药物由胃肠道吸收后即进入肝脏,在肝内的浓度比在血液及其他器官里要高。氧化、还原、水解以及结合等转化过程,需要肝细胞内的多种酶参与。由于药物及代谢产物的毒性作用或机体对药物产生过敏反应,对肝脏造成损害,引起肝组织发炎,就是药物性肝炎。

用药后是否发生肝损害,除了药物本身的作用外,与个体差异也有很大关系,即

与个人体内肝药酶的情况有关。另外,对于有肝病的人,其肝细胞本已受损,再去代谢与转化药物,工作量自然增加,引起损伤的机会就更大。因此,肝炎患者用药需加倍慎重,不但要避免可能损害肝功能的药物,而且必须强调合理用药。根据病情以及肝功能受损的程度,患者应在专业医师指导下实施治疗,并注意尽量减少用药种类,减轻肝脏负担。

二、药物性肝炎表现

药物性肝炎一般有 2~8 周的潜伏期,发病过程可分为急性、亚急性、慢性,具体表现和其他肝炎大致相同。

以肝细胞损害为主者表现为疲乏、恶心、呕吐、尿黄、肝区不适等,查体肝脏肿大伴有压痛,转氨酶、碱性磷酸酶升高,血常规中嗜酸细胞升高;以胆汁淤积为主者表现为肝内小胆管胆汁淤积,皮肤巩膜、小便黄染、皮肤瘙痒、大便色变浅等。严重的药物性肝损害会引起大片肝细胞坏死,形成重型肝炎,出现高黄疸、凝血机制障碍、上消化道出血等,病情十分严重,诊治不及时有可能危及生命。另外,药物性肝炎还可能

出现溶血性贫血、骨髓损伤、肾损伤、胃肠道溃疡、胰腺炎等肝外表现。

三、引起药物性肝炎的常见药物

据初步统计,大约有 600 多种常用药物不同程度地具有肝脏毒副作用。大致分为以下几类:1. 金属类药物,如铋、汞、砷等。2. 麻醉镇静药,如乙醚吗啡、冬眠灵、巴比妥类安眠药以及抗癫痫药等。3. 解热镇痛药,如保太松、复方阿司匹林等。4. 抗菌药,如磺胺类、氯霉素、先锋霉素、新生霉素等。5. 抗结核药,如异烟肼、利福平等。6. 抗精神病药,如氯丙嗪等。7. 激素类药物,如类固醇类,同化类固醇。8. 抗甲状腺药,如甲亢平、他巴唑等。9. 降脂药,如安妥明、血脂宁等。10. 降血糖药,如优降糖等。11. 抗肿瘤药,如氮甲喋呤等。

四、中草药也会伤肝

随着中草药的广泛应用,中草药引起的药物性肝炎日益增多。常见的可能会引起肝损害的单味中药有雷公藤、黄药子、苍耳子、何首乌、蜈蚣粉、朱砂、雄黄、天花粉等;中成药有首乌片、壮骨关节丸、牛黄银毒片以及白癍风胶囊白癍风 1 号、克银丸等抗白癍风药物。

五、容易发生药物性肝炎的人

成年人容易患上药物性肝炎,其发生肝炎的几率是随着年龄的增长而增加的。性别也是一个影响因素,通常女性比男性更容易患上药物性肝炎。此外,原有肝病的,如乙型肝炎、丙型肝炎、肝硬化患者,在使用抗结核药、抗霉菌药、止痛药、麻醉药等时更应格外注意。同时服用数种有交互作用的药物,也比较容易罹患药物性肝炎。

六、药物性肝炎的预防

预防药物性肝炎的主要措施,除了对药物的选用、剂量、给药途径倍加慎重外,还应尽量避免用药剂量偏大、疗程过长、同类药物重复使用。尽量少用或不用肝毒性药物。用药时要严格按照药物的配伍原则用药,不符合治疗药物的适应症时,千万不能勉强用药,应严格遵守药物剂量的要求。对原有药物过敏史及肝、肾疾病的患者,用药更应谨慎,尽量少用药。使用新药物时,一定要定期检查肝功,监测各项不良反应发生情况。联合用药时需考虑到药物的相互作用,避免肝损害的叠加作用。

(王云超)

专家简介

王云超,1986 年河南医科大学毕业,主任医师,周口市感染暨肝病专业委员会名誉主委,周口市传染病医院院长。9 月份起,每周二、四上午专家门诊。



“传染病救治”协办单位:周口市传染病医院

全市唯一经省卫生厅批准的传染病专科医院

全市肝病、结核病、艾滋病治疗定点医院

电话:8505911(肝病) 8505925(结核病) 8505987(艾滋病)

地址:周口市市中州大道北段(市区乘 4 路车直达)