

“热得要命”真不是开玩笑

热射病死亡率极高,记住这些急救措施!

滚滚热浪下,被“热倒”的患者明显多了起来。几天前,宁波市医疗中心李惠利医院接诊了一名患热射病的户外工作者。送到医院时,他的体温高到耳温枪都测不出来。医生提醒:“热得要命”真不是开玩笑!



周夷霞医生在ICU。

他热昏在工地,体温超43℃

60岁的吴先生(化名)是一名户外工作者,当天上午他从6点就开始工作,干到9点多的时候,感觉有点头晕,他想着快点干完活,就没顾得上多喝水,也没有休息。到10点左右,他自觉头晕加重,伴有胸闷,浑身没有力气,很快就昏倒在地,立即被工友送到了李惠利医院急诊科。

“病人送来的时候,体温已经高到耳温枪都测不出来了。”据急诊科周夷霞副主任医师描述,这意味着吴

先生的体温已经超过43℃,被诊断为热射病,送入EICU抢救。

医护团队立即予以对症治疗,用冰毯降温、大量补液。2小时后,患者体温降到了38℃。不过由于过高的体温对他的呼吸、神经、心脏、肾脏等多系统造成严重损伤,医护团队为其实施气管插管、呼吸机辅助通气、目标体温管理、血液净化以及营养支持治疗。3天后,吴先生情况逐渐好转,成功拔管后转到普通病房继续诊治。

警惕“高热、无汗和意识障碍”

“热射病从轻微中暑发展到致命性热射病,可能只需要短短几小时,这是最可怕的。”周夷霞介绍,热射病属于重症中暑,其典型症状主要表现为高热、无汗和意识障碍三联征。高热时,患者体温显著升高,皮肤摸起来烫手;无汗是由于汗腺功能衰竭;意识障碍则包括不同程度的嗜睡、昏迷等,严重者还会出现谵妄、抽搐等症状。

患者的体温一般持续大于40℃,还会出现休克、心肌损害、呼吸困难等。“热射病如得不到及时有效的救治,预后极差,病死率高达50%以上,对于50周岁以上的患者来说死亡率

甚至达到70%左右。因此,一旦发现相关症状,必须迅速采取措施,及时送医治疗。”周夷霞说。

周夷霞提到,热射病分为劳力型和非劳力型。劳力型常见于在高温环境下从事重体力劳动或剧烈运动的人群;而非劳力型多发生于年老体弱、患有慢性疾病或体温调节功能失衡等的人群。

此外,有些产妇坐月子时恪守传统习俗,坚持不见光、不通风、不吹空调。然而,在“桑拿天”里,室内环境本就闷热难当,这些不当的护理方式更是加剧了风险,因此每年产妇在产褥期出现热射病的情况并不少见。

发现疑似热射病患者如何急救?

一旦发现有人出现疑似热射病,应立即采取急救措施,迅速将患者转移到通风、阴凉处;解开衣物,用湿毛巾冷敷头部、颈部、腋窝和腹股沟等大血管部位,或用凉水擦拭全身,快速帮助患者降温;同时,拨打120急救电话,在等待过程中持续监测患者体温和生命体征。

周夷霞建议,除减少高温暴露、做好防晒与降温以及科学补充水分和电解质外,老人、儿童、孕妇、肥胖者以及患有心脑血管疾病、糖尿病等

基础病的人群是热射病高危人群,需格外注意防暑,家人应做好照护,避免其单独在高温环境中活动,同时识别预警信号。

若出现头晕、头痛、口渴、多汗、全身乏力、注意力不集中、动作不协调等中暑先兆症状或体温升高($\geq 38^{\circ}\text{C}$)、面色潮红、皮肤灼热等情况,需立即停止活动,转移至阴凉通风处降温、补水,如症状无缓解应及时就医。

记者 陆麒雯
通讯员 张林霞 文/摄

吃了30多年“猪肉刺身”竟“招惹”了这种罕见病菌

61岁的吴师傅(化名)有个特殊的爱好——吃“七八分熟”的猪肉,原因是这样的猪肉吃起来口感最鲜嫩。但他怎么也不会想到,这个持续了30多年的饮食习惯,竟让他“招惹”了罕见的猪链球菌感染,还引起了脑膜炎。住院期间,他高烧不退、神志不清,因救治及时才逃过一劫。



卢晓雄在查房。

他为啥会感染猪链球菌?

吴师傅向来身体健康,最近却因为左肩颈疼痛,住进了宁波市第二医院骨科病房。当天夜里,他突然发起高烧,体温直逼40℃,脖子硬得动不了,家人和他沟通没有回应。该院神经内科医生王露露赶来会诊,凭经验判断吴师傅可能是脑膜炎,他随即被转至神经内科病区接受治疗。

为明确病因,与家属充分沟通病情后,吴师傅接受了腰椎穿刺。抽出来的脑脊液很浑浊,脑脊液压力爆表。最终,培养结果显示为猪链球菌感染。

好好的怎么会感染猪链球菌呢?该院神经内科卢晓雄副主任医师向家属追问病史后得知,吴师傅有个保持了30多年的饮食习惯——吃夹生的猪肉,隔三四天就要吃上一回。

在烹饪猪肉这件事上,他花了很多心思,每次都亲自上手。此外,他还会偶尔去家附近的河里“野泳”。

“这两个行为都有可能导致猪链球菌感染,尤其是食用未煮熟的猪肉,感染风险更高。”卢晓雄介绍,猪链球菌是一种常见于猪体内的细菌,可通过破损的皮肤、黏膜和消化道等途径感染人体。感染猪链球菌的途径有食用未经煮熟的猪肉,或是屠宰、加工处理猪肉的人伤口接触带有病菌的猪肉。因此,养猪户、屠宰场工人、兽医、喜食生或半熟猪肉的人群是感染的高危人群。

因治疗及时,吴师傅已脱离危险,病情平稳,他连连表示:“再也不冒险吃生猪肉、‘野泳’了。”

医生建议尽量避免生食

卢晓雄特别提醒,猪链球菌感染虽不常见,但起病急、危害大,一旦出现疑似症状,务必立刻就医。猪链球菌感染潜伏期通常为数小时至7天,临床表现多样,严重程度因人而异。普通型表现为发热(体温常超过38℃)、头痛、肌肉酸痛、乏力、恶心、呕吐、腹泻;脑膜炎型非常危险,表现为剧烈头痛、颈部僵硬、意识模糊、抽搐、昏迷;休克型表现为突发高热、寒战、血压骤降、皮肤瘀斑、多器官衰竭,致死率最高。

除了生猪肉,一些人还有吃生牛羊肉、鱼生等的爱好,对此,医生建议最好不要吃。生食除了有细菌感染风险,还有可能被寄生虫“赖”上。该院感染内科就曾接诊过不少食源性寄生虫病患者,例如有患者

就诊时高烧不断,嗜酸粒细胞比例飙升,追根溯源发现他曾在广东狂炫5餐鱼生,最终确诊肝吸虫病(学名为华支睾吸虫病);还有患者吃了黄酒泡溪蟹后,导致肺吸虫病。

医生建议,遵循吃熟食的饮食习惯,尽量避免生食,高温加热是杀死细菌和寄生虫的有效手段。其次,在处理食材时,生食、熟食的砧板、刀具等应严格分开,避免交叉污染;如果手部有伤口,处理生肉时应佩戴手套。此外,不要食用来源不明的海鲜、肉类。假如有生食史或暴露风险,出现疑似症状,务必第一时间就医并告知暴露史,确定感染源,对症用药,以免延误病情。

记者 庞锦燕
通讯员 俞俊妍 文/摄