

呼吸道感染患儿增多 七成因这种病毒引起

随着秋冬季来临,呼吸道感染患儿明显增多。记者从宁波大学附属妇女儿童医院了解到,自9月底以来,该院接诊的呼吸道感染患儿中,约70%由呼吸道合胞病毒(RSV)引起。专家提醒,有的家庭已出现“大宝二宝先后中招”的情况,婴幼儿如出现呼吸急促、喂养困难等症状应及时就医。

宁波大学附属妇女儿童医院小儿呼吸科主任许会卿介绍,呼吸道合胞病毒在不同年龄段的临床表现差异较大。在成人和大龄儿童中,一般表现为咳嗽、低烧、鼻塞等普通感冒症状。但对于2岁以内,尤其是6个月以下的婴儿,病毒可能在感染2至4天后迅速向下呼吸道蔓延,引发毛细支气管炎或肺炎,表现为高烧、剧烈咳嗽、喘息、呼吸困难,甚至影响进食。

前段时间,他们就收治了一个5个多月大的患儿,该患儿本身是早产儿,患有先天性心脏病、支气管和肺发育不良,感染合胞病毒后发展为呼吸衰竭,经儿童重症医学科全力抢救才转危为安。

“存在肺部基础疾病、早产或免疫功能不全的孩子,是重症合胞病毒感染高风险

人群。”许会卿介绍,健康儿童也可能出现重症,家长不可掉以轻心。

据介绍,9月底以来,该院收治的呼吸道感染患儿就开始明显增加,其中70%以上都是呼吸道合胞病毒感染,小儿呼吸科病房里一半以上的住院患儿都是感染了这种病毒。许会卿介绍,合胞病毒很容易通过呼吸道飞沫(如咳嗽、喷嚏)传播,也能通过直接接触(如亲吻、拥抱,或接触被污染的物体)传播,因此极易在家庭和托幼机构中扩散。

据了解,往年呼吸道合胞病毒的流行期从10月中旬开始,今年流行期有较明显提前,部分城市在夏季也出现了流行高峰。

如何有效地预防这种呼吸道疾病?许会卿建议,在合胞病毒流行季节应注意多

开窗通风,保证孩子休息充足,均衡营养;尽量少带孩子去人多密集的地方。托幼机构的幼儿如遇同学感染,可以暂时在家休息。家里有大宝二宝的,若有孩子出现发热咳嗽等呼吸道感染症状的,应及时做好隔离,并对接触物表面进行消毒。

针对目前呼吸道合胞病毒感染患儿增多的情况,许会卿表示,家长不必过分担心。绝大多数感染患儿会在1到2周内康复,预后良好,不遗留后遗症;只有极少数患儿可能出现呼吸衰竭或神经系统并发症。此外,也有少数患儿在恢复期会出现反复喘息,甚至发展为哮喘;部分患儿可能遗留闭塞性细支气管炎,长期影响肺功能。因此,患儿在感染康复后仍需定期随访。

记者 程鑫 通讯员 马蝶翼

转个身做次家务竟骨折了? 构建全市骨质疏松防治网络,这个中心为市民“撑腰”

10月20日是世界骨质疏松日,今年的主题是“健康体重 强骨健身”。记者从宁波市骨质疏松防治临床指导中心获悉,我国50岁以上人群骨质疏松症患病率近20%,65岁以上人群32%,但多数人对这一“沉默的杀手”认知匮乏。“骨质疏松防治要趁早,早筛查、早干预才能筑牢骨骼健康防线。”宁波市第二医院肾内科主任医师、该中心常务副主任费锦萍强调。



费锦萍(右一)在门诊中。

1 做个家务,她竟然骨折了

66岁的邱女士(化姓)腰背疼痛已有多,可她总觉得“年纪大了难免腰酸背痛”,也就没太在意。一次做家务时,她腰部猛地一用力,一阵剧烈的胀痛突然袭来,疼得直不起身,忍无可忍之下才到宁波市第二医院就诊。腰椎MR检查结果显示:不仅腰1椎体压缩性骨折,还查出腰4椎体有陈旧性骨折。

宁波市第二医院专科医师、宁波市骨质疏松防治临床指导中心秘书徐东芝指出,她早已患上骨质疏松,之前的疼痛其实就是骨骼发出的“预警信号”。做完骨科手术后,她接受了抗骨质疏松药物治疗方案。如今,她腰背部的剧痛明显缓解,已经能独立完成穿衣、做饭等日常活动。

无独有偶。69岁的宋女士(化姓)在一次意外摔倒后左髌骨骨折,当时没有接受手术治疗。1年后复查,骨折虽然愈合了,但是

她却因为髌部疼痛,左下肢乏力,终日与轮椅相伴。DXA检测及血液检查结果显示,她的骨密度最差T值是-4.7(T值≤-2.5即诊断为骨质疏松症),被确诊为典型的严重骨质疏松症。接受治疗和康复后,她已经可以较稳妥地自行行走一段距离,疼痛也明显得到缓解。

“人体骨骼就像一栋房子,正常情况下骨吸收和骨形成处于动态平衡;随着年龄增长,尤其是女性绝经后,这种平衡被打破,‘梁柱’变少变细,骨骼就像年久失修的房子,随时可能坍塌。当骨量低下、骨组织微结构损坏,骨质疏松就会找上门。”面对这些反复“骨折”的病人,费锦萍经常形象地做比喻。她说,因骨质疏松症引起的骨折,并不一定需要摔倒,咳嗽打喷嚏、搬个高压锅、晒件衣服、转个身等都可能骨折。甚至有患者在晚饭后散步途中突然腰痛,一查发现腰椎骨折。

3 宁波构建覆盖全市的骨松防治网络

怎样才能破解骨质疏松防治难题?

2017年,市卫健委成立宁波市骨质疏松防治临床指导中心,挂牌于宁波市第二医院。中心联合全市相关专业专家,组建市级及区县(市)专家委员会,构建起覆盖全大市的骨松防治网络,为分级一体化管理筑牢基础。

据了解,宁波地区已有328人次获得骨密度测量与骨质疏松症诊断ISCD专业证书,其中社区医院占135人次;同时培养了10位持有中国-ISCDC资质证书的本地讲师。截至2024年12月底,宁波已有36家基层医院开设骨质疏松专科门诊。值得

一提的是,2024年10月,该中心与宁波市第二医院骨科团队联合申请的骨折联络服务(FLS)获国际骨质疏松基金会(IOF)银牌认证,成为宁波市唯一获此殊荣的单位。这一认证是国际骨质疏松管理领域的最高荣誉之一。

“我院骨科中心下设脊柱、关节等8个亚专科,在全市综合性三甲医院当中门类最为齐全。各专科与市骨质疏松防治临床指导中心紧密协作,构建了从防到治的骨松全周期管理模式,全力为老年人群的骨健康保驾护航。”市骨质疏松防治临床指导中心办公室主任、宁波二院骨科中心关节外科主任章海均说。

2 这两个习惯成“伤骨元凶”

为摸清市民骨骼健康状况,宁波市骨质疏松防治临床指导中心自2018年起启动高危人群筛查与管理项目,如今部分社区已将其纳入居民健康体检常规内容。项目累计筛查79628人次,其中61993人次被判定为骨质疏松高危。

更严峻的是45家社区的

2069例标准筛查数据:参与筛查者平均年龄66.16±8.58岁,高危阳性率高达97.9%!进一步调查发现,不健康生活方式是主要“杀手”:65.64%的人无奶制品摄入习惯,40.94%缺乏运动。令人担忧的是,尽管高危人群占比极高,但仅6.22%的筛查对象自愿接受进一步诊疗。

4 预防骨质疏松,重点要做好这几件事

在日常生活中,我们该如何预防骨质疏松?结合筛查数据与临床经验,费锦萍总结了实用的防治方法,帮市民科学护骨。

首先,在日常生活中要加强营养,均衡膳食。建议摄入富含钙、低盐和适量蛋白质的食物;其次,确保充足的日照时间。在保证安全的前提下,尽可能多地暴露皮肤于阳光下晒15分钟-30分钟;规律运动也很重要,做一些对骨骼有帮助的负重运动或抵抗性运动,比如慢跑、快走等;戒烟、限酒、

避免过量饮用咖啡及碳酸饮料。尽量避免或少用影响骨骼的药物;适量补充钙剂,尽可能通过膳食摄入充足的钙,推荐首位就是奶制品;保证充足的维生素D。有条件时建议监测血清25羟基维生素D的水平。

“骨质疏松早期无症状,等出现疼痛、骨折时,往往已错过最佳干预时机。”费锦萍提醒,40岁以上人群建议每年做骨松风险评估,早发现、早诊断、早治疗,切勿因忽视而错失护骨良机。

记者 庞锦燕