

20岁小伙与女友亲吻后发烧一周 浪漫的亲吻病 你知道吗

亲吻,对不少人来说是一种表达爱意的方式。但也有可能,一次平常的亲吻,吻进重症科……杭州20岁的朋朋(化名)在恋爱不久后进了医院,后来被确诊患上了“亲吻病”。这种名字“浪漫”、实则凶险的疾病是怎么来的?“亲吻病”易感人群是哪些?我们又该如何预防?



与女友接吻后小伙得了“亲吻病”

朋朋告诉记者,和女友小曼恋爱没多久,就开始出现发烧、嗓子痛等症状,以为是流感就没放心上,直到连续发烧一周,脖子也跟着肿起来,他才意识到要去医院了。朋朋来到医院检查,医生发现他B超显示颈部淋巴结肿大,而且肝功能也有异常。进一步检查后,明确了病因。结果显示EB病毒相关指标阳性,他随即被确诊为“急性EB病毒(人类疱疹病毒4型)感染”,也就是大家常说的“亲吻病”。

记者梳理过往报道,发现“亲吻病”曾多次上过热搜。值得注意的是,除了成人,小孩也很可能患上“亲吻病”。就在今年初,湖北一位奶奶担心两岁的孙子吃花生米会呛入气管,于是将花生米嚼碎再喂给孩子吃。后来,孩子出现反复发热,转到当地医院时,其颈部淋巴结与眼睛严重肿胀,经过检查、问诊等流程,最终确诊为“亲吻病”。

“亲吻病”由EB病毒感染引起

杭州市第一人民医院感染科主任金洁表示,亲吻病又称热吻病。其实,它还有一个“正经”的专业名称——传染性单核细胞增多症,主要由EB病毒感染引起。EB病毒是一种人类疱疹病毒,主要由唾液、呼吸道传播。EB病毒“欺软怕硬”,喜欢感染免疫力低下的人,主要为儿童,少数为免疫力低下的成年人。据了解,我国3~5岁儿童的EB病毒感染率高达90%以上,以4~6岁为高峰期。

金洁介绍,传染性单核细胞增多症不及时治疗,病毒会侵袭身体多个器官,引发脑膜炎、肺炎、心肌炎、脊髓炎等多种并发症,严重时还可危及患者的生命,所以一旦出现相关症状,及时治疗很关键。

90%以上的成年人携带EB病毒

其实,EB病毒感染全球普遍存在,多呈散发、局部小范围流行,大多数表现为无症状的隐性感染。金洁表示,90%以上的成年人体内都携带有EB病毒,绝大多数成年人都曾经隐性感染过亲吻病。但是由于自身抵抗力强,而且体内的免疫反应机制也很完备,成人感染

亲吻病后可能没有任何异常症状。虽然可能没有症状,但是成人携带的EB病毒却极易容易传染给孩子等机体抵抗力较弱的人群。也就是说,若一个人携带有EB病毒,即使并没有出现什么症状,检查也显示良好,但病毒仍具有传染性。

与感冒症状相似,该如何分辨

好在朋朋及时发现并接受了治疗,目前已经恢复健康。假如他没有及时发现,EB病毒进一步发展下去,很可能会侵犯更多组织器官。

金洁表示,早期识别和对症治疗对亲吻病非常关键,EB病毒感染的早期症状与流感的症状相似,会出现发烧、鼻塞流涕、咽痛等,因此很容易被混淆。亲吻病最典型的症状在于反复发热,一般不少于5~7天,持续不退,而普通感冒或流感导致的发热一般在3~5天内有所好转。所以,只要发现发热持续不退,尤其是小孩和免疫力低下人群,不要硬扛,应及时到医院就诊,以免耽误病情进一步发展。

日常生活中如何预防“亲吻病”

- 1.尽量少亲吻孩子,建议成人避免嘴对嘴喂食孩子,不给孩子吃大人咀嚼过的食物。孩子使用单独的餐具和水杯,并在餐桌上准备公共筷子。
- 2.保持手部清洁是阻止病毒传播的有效方法,尤其是在接触公共设施后,务必用流动水和肥皂彻底清洁双手。在人群密集或病毒流行期间,佩戴口罩可以减少病毒通过呼吸道传播的风险。
- 3.营养丰富、均衡的饮食有助于增强免疫系统,多摄入富含维生素和矿物质的食物,如新鲜果蔬和全谷物。
- 4.进行适度的体育活动能增强身体抵抗力,避免与EB病毒感染者有过密的身体接触,特别是在病毒高发季节。
- 5.安全的性行为也是重要的预防措施之一,因为EB病毒可能通过唾液等体液传播。
- 6.通过血液检测可以早期发现EB病毒感染,及时采取干预措施,特别是对于免疫系统较弱的群体,如老年人,及时咨询专业医生。

据杭州日报

“上班好好的,可是一放假就生病” “周末病”真的存在吗?

“一放假人就碎了,一到家就开始发热,要到上班前啥都好了,感冒好了,咳嗽也好了,难道这就是天选打工人?”王女士和记者调侃道。近日,“上班好好的但放假就生病”的话题引发共鸣,所谓“周末病”真的存在吗?记者采访得知,这可能与皮质醇激素水平回落、生物钟错乱等多种因素有关。

“我忙5天,周六感冒,周日康复”“我真的完全摆脱不了这个规律,现在就在头痛中”“我很生气,气自己打工魂”……很多人在周末有“放假就生病”的困扰,有人称之为“周末病”。

“一放假就生病”,是一种病吗?东南大学附属中大医院全科医学科副主任医师邱山虎介绍,从严格意义上说,目前并没有以“周末病”编码的疾病。但学术网站上确实也提到了“周末病”这样的名词,比如最早出现的“周末综合征”“假期综合征”,与精神压力等有一定的关联性。

“平常我们处于紧张的工作状态中,医学上也称之为应激状态。这会导致体内一些内分泌激素释放增多,比如人体内皮质醇激素水平会增加。此时人的交感神经也会更加兴奋,从而进一步刺激皮质醇的释放。一般这种情况下,人会表现得更有干劲、精神力更加集中,机体对外界的硬性承受能力也会增强,短期内反而不容易生病。但随着周末或节假日的到来,紧绷的弦一下子松了,皮质醇水平逐渐回落,机体难以快速适应外界变化,相对就容易生病。打个比方,就像人体使用激素后,细胞处于饱腹状态,抵御疾病能力会增强,但激素撤离后,适应这种状态的细胞就会处于相对的饿肚子状态,人就可能难以抵抗疾病。”邱山虎告诉记者。

需要提醒的是,错乱的生物钟也可能让人抵抗力变差,从而更易生病。邱山虎指出,人的生物钟也就是生活的节律,在休息日时特别容易改变。“很多人为了‘犒劳’自己会加倍熬夜,白天又起得很晚,错乱的节奏使得机体的免疫力快速下降,此时也会更易生病。”

另外,因为周末或节假日,人的流动性变大,接触到病毒或细菌的风险也会增加,这与平时上班在相对密闭的环境中有所不同,“尤其冬天呼吸道疾病本就高发,在客流量大的场所,感冒等也可能更易被传染。”

专家强调,最容易被大家忽略的一点是心理健康。周末或节假日等放假期间偶尔出现生病的情况,一般问题不大。但如果一遇假期,就反复或经常出现疲劳、无精打采、乏力等症状,还需要警惕心理疾病的可能,这时大家就需要积极寻求心理医师的指导与帮助。

对此,邱山虎提醒,“如果放假期间总是有发热、头晕、头痛等‘感冒’症状或不适,也可能说明机体真的出现了问题,这时就需要及时到医院查明病因并积极治疗。另外,休息日也建议大家保持规律的作息,养成良好的运动习惯。”

(扬子晚报)