

“新兴病毒”频现 大城市成易感区

据新华社 从埃博拉、艾滋病毒到SARS、禽流感,近30年来,20余种“新兴病毒”频频出现。多位专家认为,生态失衡、环境恶化,使生物链发生怪异变化,旧的病毒不断变异,新的病毒悄然出现。

“健康幽灵”频袭

暂停活禽交易、扑杀高风险禽类、禁止活禽进城……我国多地正全力阻击H7N9禽流感疫情。

专家认为,环境破坏、生态恶化等多种原因,加速了SARS、禽流感等新发传染病的出现,过去30多年,有几十种致命的新病原体产生,医学上称之为“新兴病毒”,埃博拉病毒、拉沙病毒、汉坦病毒、人类免疫缺陷病毒、尼帕病毒,以及近年出现的SARS病毒

和H5N1禽流感病毒都属于此类。

上海生态学会顾问徐宏发教授指出,自然源疾病频频“关照”人类,根源在于我们破坏了人与自然之间的“规则”,才会受到自然的报复和病毒的反噬。

联合国环境规划署在年鉴中曾指出,全球气候变暖使许多病毒和病毒宿主更为活跃;城市化进程导致的森林与河流生态系统被破坏造成蚊蝇大量滋生和繁衍;部分传染病的再度抬头等等,都是对环境恶化发出的警告。

大城市成“易感区”

SARS最早出现在广东,这一轮禽流感发端于长三角地区,近年来一些人口密集、经济发达的大城市,成为“新兴病毒”的“易感区”。

专家认为,这与快速工业化和城镇化过程中,过度向自然扩张带来的一系列生态破坏、环境恶化问题密不可分。大城市人口密集,容易受到病毒侵袭,且传播更具威慑力。

上海社会科学院城市化发展研究中心主任郁鸿胜说,人迅速涌进大城市,密集度过高给环境造成更重的负担。先污染后治理、重经济轻环保的发展路径,让生态文明建设被严重“边缘化”。

“红色的热岛效应、灰色的雾霾效应、杂色的垃圾效应,使我国生态环境恶化陷入刺眼的‘多色’。”中国科学院生态环境研究中心研究员王如松院士指出。

追求口感和美味,喜欢活禽现宰现制,人畜接触频繁,也成为疫病传播

的途径。据南京鸭业协会统计,南京一年加工销售的鸭子就有1亿只,大大小小生产加工鸭子的企业有100多家。

江苏南通海安县农委主任周发亚说,虽然肉鸡的加工屠宰有了一定的标准化流程,但很多消费者依然喜欢到活禽交易市场购买,容易产生大量污水、粪便,污染环境。

多一点对自然的敬畏

过度向自然索取、随意践踏自然,最终会受到自然的惩罚,这不是危言耸听,而是真切忠告。

党的十八大报告明确提出,要树立尊重自然、顺应自然、保护自然的生态文明建设理念,把生态文明建设放在突出地位。

“人们以为能随意改造自然,其实

不然。”北京大学城市与环境学院教授吴必虎说,在自然面前,永远要心存敬畏,“人”字写得越小越好。

王如松说,治理污染和保护生态应是发展的应有之义。经济的发展,关键是适应自然生态资源的承载力,产业要转型,不能再纯粹依赖高能耗。

吴必虎说,工业化、城市化并非越快越好,片面追求速度、忽视质量和品质的发展后患无穷,请放慢一点向自然扩张的脚步。

人们的生活理念和行为也需要相应调整。生活垃圾分类减量、再生资源循环利用等,“一个现代化的城市,应该有鲜明的生态标识,发展才能有质量。”王如松说。

■刘元旭 周琳 周婷玉 潘晔



流感是一种急性呼吸道感染性疾病。勤洗手、室内勤通风换气、注意营养、保持良好体质有利于预防流感等呼吸道传染病。出现打喷嚏、咳嗽等呼吸道感染症状时,要用纸巾、手帕掩盖口鼻,预防感染他人。此外,还要特别注意尽量避免直接接触禽、畜。

如何识别禽流感禽类

据新华社 近日上海等地出现人感染H7N9禽流感病例,许多人开始关注如何识别禽流感禽类。

长期从事禽病学等研究的北京农学院副教授阮文科日前告诉记者,禽流感病毒的宿主很广,鸡、火鸡、鸭、鹅、鹌鹑等家禽以及野鸭、天鹅等野禽均可感染,但以鸡、火鸡、鸭、鹅最容易感染,发病率和死亡率都很高。野鸟类携带病毒最为常见。阮文科介绍,禽流感分为低致病性禽流感和高致病性禽流感两类,以H9亚

型为主的低致病性禽流感,患病禽类表现为轻微的呼吸道症状,如咳嗽、喷嚏等,死亡率很低,甚至为零。以H5或H7亚型为主的高致病性禽流感,患病禽类的症状主要表现为:饲料和饮水消耗量及产蛋量急剧下降,病禽极度沉郁,头部和脸部水肿,冠和肉髯浮肿,严重者整个腹部皮肤变成紫黑色,脚鳞片出血,产蛋鸡严重减蛋,死亡率可达100%。鸭、鹅等水禽有明显神经和腹泻症状,可出现角膜炎症甚至失明。

阮文科说,由于禽流感病毒的毒性、数量、感染途径、感染的禽类品种、并发感染疾病的种类等不同,潜伏期可能会出现较大的差异,潜伏期从几小时到数天不等,最长可达21天。怀疑有禽类患H5或H7亚型的高致病性禽流感时,应尽快确诊,采取严格的隔离封锁和全群扑杀等综合措施。良好的饲养管理是预防禽流感的关键,应在饲养场和饲料饮水存放地拉防鸟网,并避免鸡和鸭、鹅等水禽混养。

■李江涛

普通感冒也应科学治疗

据新华社 季节交替时是感冒高发期。感冒症状不仅影响日常生活,也有可能引起其他严重并发症。感冒了究竟该不该吃药?感冒药应如何选择?……记者日前请两位专家作出解答。

感冒了吃药还是硬扛?

“我主张及时治疗,缓解感冒症状。”北京大学第三医院呼吸科主任贺蓓说,“感冒硬扛是以自己和他人的健康为代价的。”

她说,普通小感冒可以带来大危害,尤其是由感冒引起的心肌炎、肺炎等,如不及时救治可能危及生命。通过治疗缓解鼻塞、流鼻涕、打喷嚏等症状,不仅自己感觉舒服些,而且能减少感冒病毒传播到周围空间的机会,降低将感冒传染给他人的风险。

如何选择感冒药?

如何从上百种感冒药中作出正确选择?

北京药学院教授李长龄介绍,感冒药通常包括解热镇痛成分、减充血剂、抗组胺成分、镇咳成分、祛痰成分等,应该根据症状科学选择感冒药。

他说,若发烧或头痛,可用含对乙酰氨基酚、布洛芬的感冒药;如出现鼻塞、流涕等症状,可选择含伪麻黄碱的感冒药;打喷嚏可选扑尔敏、苯海拉明等;咳嗽可选右美沙芬或那可丁等。

含伪麻黄碱的感冒药能吃吗?

近年来,不法分子提取感冒药中的伪麻黄碱制造冰毒的事件频出,令不少人产生疑惑:含伪麻黄碱类感冒药能吃吗?

李长龄对此表示:“作为治疗感冒的主要成分,伪麻黄碱可快速缓解感冒的鼻部症状,安全性良好。”

他说,冰毒的主要成分去氧麻黄碱与感冒药中的伪麻黄碱都来源于麻黄。但是,去氧麻黄碱的中枢神经兴奋作用强,服用后易产生幻觉,易成瘾,对健康危害极大;而伪麻黄碱并非毒品,不会致幻、成瘾,在人体内也不会转换成去氧麻黄碱。

多吃几种药感冒会好得快吗?

为快速消除感冒症状,感冒患者常会同时服用几种感冒药。

“复方抗感冒药只选一种服用即可,联合用药应在医生指导下进行。”李长龄指出,目前感冒药大都是复方制剂,其组方成分相同或相近,药物作用大同小异。如果同时服用,可能导致重复用药、过量用药,出现不良反应的风险可能随之增加。

贺蓓还提醒公众日常生活中应当做到勤洗手,经常开窗通风,避免用脏手揉摸口鼻眼。有小孩的家庭还应经常清洗儿童玩具等,阻断感冒传播渠道,积极预防感冒的发生。

■吕诺

膝关节疼痛由哪些问题引起

膝关节疼痛主要是由半月板损伤、滑膜炎和退变造成的骨性关节炎等问题造成的。

随着年龄增长,关节等部位会出现退变,在静止时或晨起时便感到关节疼痛,伴有关节不灵活,僵硬。不少人甚至会整日遭受膝关节疼痛的折磨,是中老年人常见的一种慢性、进展性关节疾病。其临床表现为膝关节肿胀、疼痛,行走困难,上楼下楼艰难,站着难蹲下,蹲着站不起来,患者十分痛苦。虽然此病进展缓慢,每个病人表现不全相同,但最后结果都一样——膝关节行走功能逐渐丧失。

上海开元骨科医院副主任医师吴鹏铎介绍,门诊时经常有患者问,膝关节退变或骨性关节炎能不能治愈,这其实是一种误区,由于骨性关节炎是老化退变造成的,这种退变性疾病是不可能治愈的,就和人体的老化无法治疗道理是一样的,但可以对其症状进行有效治疗,临床上发现将射频技术结合活性氧技术,可以有效缓解疼痛、消除炎症及赘生物、改善关节活动度和关节腔环境,延长关节寿命,延缓手术,从而提高患者的生

活质量。此类治疗通过射频电流加热病变组织的肌筋膜,有效消除骨骼附着点的软组织炎症,再配合注入活性氧可诱导抗氧化酶的产生,达到治疗目的。治疗无需开刀住院、方便快捷,而且骨性关节炎非手术治疗项目都被纳入了医保。

吴鹏铎说,半月板损伤和滑膜炎等方面的问题可以通过微创关节镜进行治疗,关节镜通过光纤纤维与关节外显示器相连,在显示器上几乎可看到关节内所有的部位,由于图像经过放大,比切开关节看得更准确。从切口放入纤细的手术器械,就可以对关节内的病变进行有效处理。微创关节镜技术能够有效去除关节腔内有害液体、碎屑、关节内的游离体、破坏的半月板和增生的骨刺,能够解决疼痛和交锁问题。微创关节镜手术切口仅约5mm,创伤小、疤痕少、康复快、并发症少,对关节疑难病症的确诊,解决困扰患者的伤痛,往往有很好的效果,且住院时间短,相应地也减少了相关费用,对膝关节半月板损伤和滑膜炎等疾病的患者来说是一个很好的治疗方案。

■宗禾