炎炎夏日，又到了吃小龙虾的季节，下班后，约上几个朋友，来上几斤“麻小”，配上几杯啤酒，吹着夜风，侃着大山，这滋味别提多爽了。

可是好吃的小龙虾也可能引起大麻烦。近日，来长沙旅游的外地游客罗军（化名）因连着5天都食用了小龙虾，最后一天更是吃下了6斤，第二天就因为身体不舒服被送到南华大学附属长沙市中心医院。经医生诊断，罗军患上了横纹肌溶解综合征。这到底是怎么一回事？

扫一扫
转发分享

图：觅元素

日啖6斤小龙虾，当心“肌溶解”

今日女报／凤网记者 欧阳婷 通讯员 李亮

吃完6斤小龙虾，男子“胸闷气促”倒了

7月9日，一大清早，罗军就感到了“胸闷气促”，在朋友的陪同下，他来到南华大学附属长沙市中心医院急诊科就诊。

入院后不久，罗军就接连感到双腿疼痛不适，随后又出现了腰背部酸胀难忍，伴随全身乏力、发热的情况。急诊科值班医生李亮得知后，立刻给罗军安排了各种检查。

“他的心脏彩超、肌钙蛋白、BNP未见明显异常，但心肌酶升高，尤其以肌酸激酶、肌红蛋白升高明显，结合症状怀疑发生了横纹肌溶解征。”李亮说，随后他询问罗军最近是否进行了健身等剧烈运动。罗军回答均没有，

他表示自己是从外地来长沙游玩的，除了到处走走看看，全程没有进行任何剧烈运动。

“那你有吃小龙虾或者特殊药物吗？”听到医生的询问，罗军这才告诉医生，到长沙后，自己爱上了长沙夜市大排档的小龙虾，连着五晚都给自己安排上了小龙虾，“你们长沙的小龙虾味道实在是太赞了，所以连续五天来我每天都会吃上3到4斤，而昨天更是一人吃了6斤。”听完罗军的叙述，李亮高度怀疑罗军全身疼痛就是横纹肌溶解征的表现。于是，医护人员立即给罗军进行补液、水化、碱化尿液等对症处理。经过几天的治疗，罗军全身疼痛较之前明显好转，一开始所出现的胸闷和呼吸不畅的症状也随之消失不见。

经过大量补液，充分水化，同时碱化尿液及对症治疗后，罗军的疗效很明显，即将痊愈出院。

不止吃小龙虾，剧烈运动更易“肌溶解”

据介绍，横纹肌溶解综合征常见于剧烈运动后，是人体的横纹肌受到损伤，肌细胞被破坏，导致肌细胞内容物及毒物溶解释放进入血液循环，而引出一系列症状。近些年参与运动的人逐年增加，与运动相关的横纹肌溶解征的发生率也随之增长。患者通常表现出严重的肌肉疼痛，尤其是参与剧烈运动的肌肉。更严重后果包括肾功能衰竭、弥散性血管内凝血和酸中毒。引发它的原因很多，临床以及文献均证实，体操、马拉松、CrossFit等强度较大的运动项目，更易发生运动性横纹肌溶解征。

为什么自己会发生横纹肌溶解征，而和自己一起食用小龙虾的朋友却没有任何症状？

面对罗军的疑问，李亮解释，虽然临床上因为食用小龙虾导致横纹肌溶解征的案例较为少见，但不能排除罗军的情况与进食小龙虾有关。可以推测致病的原因有以下几点：

制图／雨梦

新闻延伸 >>

小龙虾＋啤酒易引发横纹肌溶解综合征

据红星新闻报道，今年6月19日，四川省成都一名22岁的女大学生小李就因为聚餐时，吃了几只小龙虾，并喝了一瓶冰啤酒。事后就出现醉酒表现，继而出现双侧大腿髋部、胸背部剧痛，伴有呼吸困难、全身乏力等症状。经过医生诊断，确认为小龙虾相关横纹肌溶解综合征（国外也称为“哈夫病”）。

而江西省九江市中医医院也在6月接诊了一名横纹肌溶解征患者，这位患者在发病前曾和朋友食用了小龙虾、生蚝等海鲜及啤酒，回家之后发觉上腹痛疼，并伴有恶心呕吐、全身乏力等不适。经过医院采用中西医结合治疗，3天后，患者痊愈出院。

哈夫病在1924年发现于德国波罗的海沿岸，与进食水产品有关，包括鱼、虾等，也包括淡水鱼类，进食24小时内发病，国内于2000年最早报道，但并没有引起足够重视。

目前，哈夫病的发病机制尚不清楚，有研究表示，原因可能和水产品中某种毒素有关。从我国实际报道病例来看，大多数病例发生和饮酒也有关，尤其小龙虾＋饮酒发病的概率非常高，发病季节多为小龙虾成熟的6–8月。

■科普

警惕新生儿脑膜炎

文／潘稽

（湖南省儿童医院新生儿三科）

新生儿脑膜炎发病率约为0.2‰~1‰，早产儿可高达3‰。分娩前，孕妇接触到的细菌可通过胎盘影响胎儿；产时，若孕妈出现胎膜早破、产程延长、难产状况，宝宝也可能引起脑膜炎；另外，产后细菌可通过呼吸道、脐部、受损的皮肤及粘膜、消化道等浸入血循环再到达脑膜。由于新生儿脑膜炎临床表现不明显，当出现精神萎靡、食欲不振、哭声减弱、体温不稳定等症状后，很短时间即可进入不吃、不哭、不动、嗜睡等危险阶段。因此，要提前做好感染预防工作，如新生儿环境气温保持在22—24℃左右，减少人员探视，婴儿用具及时消毒，注意脐部消毒等预，尽量让婴儿少接触细菌。

分清黄疸类型很关键

文／刘玲

（湖南省儿童医院新生儿三科）

新生儿黄疸是指新生儿时期，由于胆红素代谢异常，引起血中胆红素水平升高，而出现于皮肤、黏膜及巩膜黄疸为特征的病症。严重的高胆红素血症（胆红素超过正常值时即为“高胆红素血症”）会引起“胆红素脑病”，它会损害孩子的神经系统，给大脑留下后遗症，甚至致命，所以及早查清病情是关键。若黄疸出现过早，加重过快，持续不退或退而复现需考虑病理性黄疸。早期新生儿四肢、躯干、巩膜黄染，家长难以鉴别是生理性还是病理性黄疸，建议在专科门诊随访黄疸，在医生指导下采取针对性的干预措施，避免引起胆红素脑病。同时，部分新生儿可能需住院光疗退黄。

宝宝长牙期该这样护理

文／吴玉

（湖南省儿童医院新生儿三科）

婴儿长牙有很多不适，主要有以下几种情况：

1. 口水多。第一颗牙的萌出，会刺激牙龈神经，从而引起唾液腺分泌增加。有些宝宝口周的皮肤不断受到口水的浸泡，可能会长出皮疹甚至粗糙皲裂。护理：可以准备一块柔软的棉布，用蘸温水的软毛巾擦去口水，擦的时候避免擦破皮肤引起感染。2. 牙龈不适。牙齿萌出时对牙龈神经造成刺激，宝宝的牙龈会有些不适，比如牙龈痒、牙龈疼痛等，甚至有些宝宝从咬自己的小手，到咬妈妈的乳头。因为用力咬才能释放牙龈内部的压力，让他感到舒服一些。护理：每天用纱布蘸点凉水轻轻擦拭宝宝的牙龈。或者给孩子牙胶、安抚奶嘴等都可以。