

一咳三四年，病因竟在洗澡这一瞬间

今日女报/凤网记者 罗雅洁 通讯员 杨嘉敏 陈思雨

断崖式降温又来了！这几天，不少湖南人直呼这骤降的气温让人猝不及防：明明昨天还在穿短袖，今天就裹上了棉衣。一降温，洗澡对于部分人来说就成了难题。为了保暖，不少人会在冬天洗澡时提前打开淋浴喷头，让热气充满整个浴室。但你知道吗，这样一个小习惯可能会对身体有害。



一个习惯让她反复咳嗽三四年

近日，39岁的李女士（化姓）的经历引发不少网友热议。据媒体报道，李女士为保持身材一直控制饮食，在保持身材纤细的同时免疫力也变得特别差，被反复发作的咳嗽折磨了三四年。虽然她咳嗽不算剧烈，但每次都会咳一点黄白痰，偶尔痰中还带血。辗转多家医院就诊后，她被确诊非结核分枝杆菌肺炎（NTM 肺病），罪魁祸首是鸟分枝杆菌感染。她之所以会反复感染，是因为她怕冷怕受凉，每次洗澡前喜欢开着热水，等待热水雾充满浴室以后再进入浴室淋浴，而且她家的淋浴喷头已经十余年未更换过，喷出的水雾带有鸟分枝杆菌。

“再也不敢这样洗澡了”“回去就把家里的淋浴喷头换掉”“没想到一个小习惯的威力能这么大”……对此，不少网友纷纷表示感到后怕。

“鸟分枝杆菌也称鸟胞内复合体分枝杆菌，这样的洗澡习惯确实可能导致鸟分枝杆菌感染。”11月18日，湖南省胸科医院内二科

副主任、副主任医师李倩表示，他们也曾接收过因洗澡不当而感染鸟分枝杆菌的患者。

她回忆，患者王女士（化姓）来自浏阳，因为反复咳嗽、咳血等症状，三年多来辗转多家医院就诊，但都收效甚微。检查结果显示，她的肺部被疾病折磨得千疮百孔，给她的身体和生活带来了极大的痛苦与影响。

这究竟是什么原因导致的呢？经进一步检查后，李倩发现王女士有严重的支气管扩张，且合并双肺感染性病变。

“我记得刚生病那段时间，家里的自来水不是很干净。有时洗澡我都要把淋浴喷头开一会，把水放一段时间再洗。”王女士如是回忆。结合王女士的临床表现、影像学检查结果，李倩高度怀疑王女士为非结核分枝杆菌感染。为了进一步明确诊断，医务人员通过对采集的纤支镜灌洗液标本进行检测，最终确定，折磨王女士三年多的致病元凶，就是鸟胞内复合分枝杆菌。

针对王女士的病情，医护人员为其制定了个性化的治疗方案。通

过一段时间的治疗，王女士咳嗽咳痰的症状已经明显减轻，自觉身体、饮食、睡眠情况好转，自服药以来也未出现特殊不适，可出院回家继续规律服用抗非结核分枝杆菌药物治疗。

鸟分枝杆菌感染与肺结核相似

“鸟胞内复合分枝杆菌与结核病分枝杆菌都属于分枝杆菌家族。”李倩介绍，分枝杆菌家族中，除结核分枝杆菌、麻风杆菌外，其余均统称为非结核分枝杆菌。非结核分枝杆菌在自然界中广泛分布，可以在土壤、灰尘、植被、沼泽、牛奶、人类皮肤以及人类和动物粪便中找到。目前非结核分枝杆菌已发现有200多个不同亚种，可侵犯人体的肺部、淋巴结、皮肤或骨关节等部位，从而导致相应的器官病变。

而鸟胞内复合分枝杆菌一般在鸟类环境中存在，主要通过呼吸道传播，也可通过皮肤伤口、消化道、破损

的皮肤黏膜等部位引起急性或慢性感染，引发感染。

当鸟胞内复合分枝杆菌侵入人体细胞后，会在细胞内生长繁殖，导致细胞损伤，引起相关的临床症状。患者可能会出现咳嗽、咳痰、胸闷、胸痛、发热、乏力、淋巴结肿大、关节疼痛等症状。

与肺结核类似，鸟胞内复合分枝杆菌常见的发病部位也多为肺部，常有着与肺结核类似的临床表现，如反复咳嗽、咳痰、咯血等。“但非结核分枝杆菌病发病更为隐匿，缺乏特异性的影像学表现，病理改变几乎跟结核一样，极易被漏诊或误诊，治疗难度也更大。”

对此，李倩提醒，反复出现咳嗽、咳痰、咯血等症状，且有支气管扩张、慢性支气管炎等肺部基础病史的患者，应警惕是否合并非结核分枝杆菌感染。一旦被确诊为非结核分枝杆菌病，一定要前往正规的医疗机构就诊，接受规律合理的药物治疗，切不可擅自调整治疗药物导致病情迁延。

■ TIPS

如何预防非结核分枝杆菌感染

因为非结核分枝杆菌广泛存在于环境中，所以控制水源和空气的污染是预防感染的重要措施。

- 保持良好的个人卫生习惯，如勤洗手，可以减少感染的机会。
- 保持健康的生活方式，避免吸烟和过量饮酒，有助于维持免疫系统的健康。
- 定期进行体检，尤其是有慢性肺部疾病或免疫系统疾病的人群，可以及时发现并治疗非结核分枝杆菌感染。
- 如果从事可能接触非结核分枝杆菌的行业（如农业、建筑业等），应采取适当的防护措施。

科普 >>

小儿麻痹症能治好吗

文/李融洲（湖南省儿童医院康复中心）

1. 病情较轻时期。在感染初期如果能及时诊断并正确治疗，可能不会出现明显的后遗症。通过营养支持、对症治疗等可以帮助患者顺利度过急性期，有可能达到临床治愈的效果，即症状消失、身体功能基本恢复正常。2. 病情较重时期。如果出现了肢体瘫痪等严重症状，完全治愈的可能性较小。通过积极的康复治疗，如物理治疗、康复训练、矫形手术等，可在一定程度上改善肢体功能，但很难恢复到完全正常的状态。3. 后遗症期。在小儿麻痹症后遗症期，患者已经出现了明显的肢体畸形、肌肉萎缩等症状，此时完全治愈几乎不可能，但可以通过手术矫正畸形、安装假肢等方法，进一步改善患者的生活质量。预防小儿麻痹症最有效的方法是按时接种脊髓灰质炎疫苗，同时注意个人卫生，勤洗手，避免接触感染源。

小儿先天性巨结肠的常见症状

文/黄笑（湖南省儿童医院普外一科）

先天性巨结肠是由于肠壁神经节细胞缺失导致的一种先天性消化道结构畸形，可能与外伤、精神、药物等有关。一般情况下，小儿先天性巨结肠可能出现如下症状：1. 腹部膨胀。大量积聚的气体和粪便在结肠中引起胀气，可能导致腹部膨胀。2. 便秘。由于结肠的扩张和功能障碍，可能出现排便困难、排便次数减少等症状。3. 呕吐。先天性巨结肠可能导致食物无法顺利通过肠道，从而引起持续呕吐。4. 喂养困难。小儿在吃奶或固体食物时可能会出现困难，这是因为巨结肠会限制肠道的正常运动，导致小儿无法有效地消化和吸收食物。5. 肠梗阻。肠梗阻可能导致肠道的狭窄或阻塞，使肠道内容物无法正常通过，进而造成肠梗阻。如果出现以上症状，家长应及时带小孩前往医院就诊。

（上接09版）

而在衡阳市石鼓区人民路小学，这里的3000多个学生争相化身“衡阳文旅小小推荐官”，为衡阳代言。

“大家好，我是周诗朦，我今天给大家推荐的是国家4A级景区石鼓书院……”“大家好，我是龙雨薇，我今天向大家推荐的衡阳美食是鱼粉……”打开石鼓区人民路小学的微信公众号，这些稚嫩又真诚的推荐，让人忍不住把视频从头看到尾。

该校副校长胡文君告诉记者，学校将在衡阳市妇联等相关部门的指导下，把学校社会实践活动与儿童友好城市建设相结合，让孩子们在“衡阳文旅小小推荐官”活动中，为家乡自豪，更爱家乡！

近年来，衡阳还打造了“红领巾讲解员”“衡阳广电小记者团”等活动，让儿童在城市发展中拥有更多的发言权与参与感。

在“一米高度”看到——多方守护“衡”安心

自2021年1月“创建儿童友好城市”被正式纳入衡阳市“十四五”发展规划以来，衡阳市委、市政府就坚持把创建儿童友好城市工作与全市中心工作同谋划、同部署，一体化推进。

据不完全统计，近年来，衡阳市委、市政府及社会各界提供儿童友好公共服务项目、活动等30余项，涉及儿童友好方面的大小调研统计、摸排、访谈及官方资料统计等行动40余次，制定了《衡阳市儿童友好城市建设方案》和《衡阳市儿童友好城市建设行动计划（2024-2028年）》，组建了衡阳市国家儿童友好城市创建工作专班，成立了衡阳市妇女儿童工作智库，开展了衡阳市儿童友好城市LOGO、宣传口号征集大赛等诸多具体工作。

在公共服务方面，儿童文体活动日益丰富多彩，农村有乡村学校合唱团、学校有“校园思享会”大中小学思政辩论赛、衡阳市图书

馆有少儿剧本游等活动。

在权利保障方面，衡阳实施了爱心妈妈结对关爱留守儿童和困境儿童三年行动“百万‘艺术童伴’——留守儿童关爱工程”，2024年新生儿疾病免费筛查与诊断服务3万余人……同时，“衡阳文旅小小推荐官”“红领巾讲解员”“衡阳广电小记者团”等畅通了儿童参与社会创新实践的渠道。

在成长空间方面，商场里的母婴室、儿童专用洗手间等正慢慢普及，而“红领巾专线”公交线路则为儿童提供了更加便捷、安全的出行体验。

在发展环境方面，未成年人“五防”教育宣传深入各个领域，“利剑护蕾”专项行动多措并举，家庭教育“向日葵”行动惠及约30万人次，“送法进万家”遍及城乡……

衡阳正积极构筑起一道儿童安全、健康成长的坚固屏障，为儿童的全面发展保驾护航。

声音 >>

关爱儿童就是守护城市的未来 谏惠渝

（衡阳市妇联党组书记、主席）

关爱儿童就是守护城市的未来、守护祖国的未来。我们将严格按照国家儿童友好城市建设的要求，进一步提高儿童友好服务质量、改善儿童友好活动空间、加大儿童友好宣传力度，促进城乡儿童全面发展，为建设中国式现代化新衡阳贡献力量。