

亲吻婴儿会传7种病毒

健康时报记者 王振雅

5月20日，有报道，浙江嘉兴曹女士带着3个半月大的婴儿回娘家，亲戚轮番搂抱、亲吻婴儿，这名婴儿因病毒感染高烧至39.7℃。

复旦大学附属儿童医院感染传染科主任医师沈军解释，这可能是“亲吻病”，不排除由人疱疹病毒（常见的有7种；包括EB病毒、人单纯疱疹病毒1型和2型、水痘带状疱疹病毒、人巨细胞病毒、人疱疹病毒6型和7型）所致。“95%的成人可能是无症状携带，通过亲吻很容易传染给未感染过的儿童。”

沈军接诊过很多类似的病例，主要是家庭内部亲人亲吻孩子、共享食物

或餐具、甚至个别家长口对口给儿童喂饭，以及儿童手触碰到他人唾液并咬手指等行为，都有可能让儿童感染。

一般情况下，感染EB病毒后可无症状，部分病人会在30~50天的潜伏期后发病，但一般症状较轻，可在1~2周内自愈，其中部分病人有过一性肝功能异常。

极少的病人较严重，会导致各个脏器损伤，甚至危及生命。

“人单纯疱疹感染常引起口腔溃疡，俗称上火，可终身反复出现；还有HHV-6和HHV-7会引起幼儿急疹，在临床上都很常见。”沈军介绍，幼儿急疹（又称婴儿玫瑰

疹），临床表现为发热1~3天，热退后出疹，其实也主要是由家庭内成人传染给孩子。绝大多数成人唾液中可终身、间歇性排出少量人疱疹病毒，而自身无临床症状。

接触他人唾液，除了可感染人疱疹病毒、人肠道病毒等病毒外，儿童也可能感染他人唾液中的细菌、支原体等，而携带这些病原体的成人可无任何症状，因此预防唾液传播疾病非常重要。

建议，避免直接亲吻孩子皮肤，家庭提倡“公筷公勺”，不要共用餐具水杯，不让孩子吃大人咀嚼过的食物，家长不嘴对嘴喂食，孩子触碰到他人唾液后及时洗手。

五类食物给血管添堵

西安交通大学第一附属医院神经外科副主任医师 杜昌旺

第一类含酒精的食物。酒精可以影响心脏的收缩和扩张，易引起心律不齐，给心脏造成负担，长期大量饮酒还会导致高血压、冠心病等心脏病。建议减少饮酒或者戒酒。

第二类富含胆固醇的食物。胆固醇是人体内必需的物质，但过多的胆固醇会沉积在血管壁上，形

成斑块，导致血管狭窄和堵塞，因此建议多吃一些低胆固醇的食物，如鱼肉、蔬菜、水果等，可以清除血管中的胆固醇，减少心血管疾病的发生。

第三类油炸食物。油炸食物不仅含有大量脂肪和胆固醇，还会产生致癌物质。此外，油炸食物吃多了易让人感到口干舌

燥，引起胃肠道不适，影响心脏健康。建议尽量少吃或不吃油炸食物。

第四类甜食。过多的糖分会导致体内能量过剩，增加体重，引起肥胖，进而引发高血压等心脑血管疾病。

第五类高盐食物。高盐食物易致血压升高，对心脏造成威胁。

健康提示

养心安神：麦冬莲子粥

北京中医药大学深圳医院陈刚：滋补气血、养心安神，日常可做麦冬莲子养心粥。准备麦冬12克、莲子15克、桂圆肉9克、大米100克。将大米洗净浸泡待用；水烧开后，加入麦冬、莲子、桂圆，煮30分钟；放入米再煮30分钟，中间搅拌几次至莲子熟烂。

麦冬可以养阴生津、润肺益胃、清养心神、除烦安神，还能滋润肠躁等；莲子具有补脾止泻、养心安神之功效。这款麦冬养心粥可以滋补气血、养心安神、滋阴润肺，益胃生津。

温中补虚：砂仁炖猪肚

福建省第二人民医院尹莲花：想要益气补虚可做碗砂仁炖猪肚。准备莲子30克、砂仁10克、党参10克、猪肚1个。将猪肚洗净，开水氽去异味备用；把砂仁和莲子塞到猪肚里；砂锅内水烧开后加入猪肚；加党参；中间不时翻动才煮得透；2小时后加入适量盐；装碗即可享用益气健脾猪肚汤；猪肚切片凉拌（即铺上蒜蓉后加生抽，再浇上熟油即可）。

砂仁有化湿开胃、温脾止泻、理气安胎的功效；猪肚有健脾胃、补虚损的作用；党参有补中益气，和胃生津的功效。



日前，北京儿童医院功能神经外科主任梁树立团队在国内外率先完成抽动症儿童患者核磁兼容脑深部电刺激器置入术，这是磁共振兼容刺激器与电极在儿童抽动症患者的首次应用。

梁树立介绍，核磁共振兼容的脑深部电刺激器可在开机条件下完成高场强核磁共振扫描，为患者后期接受其它治疗提供了便利，也为电刺激对相关患儿脑功能和脑网络的影响等科学研究提供了可能。图为梁树立教授在做手术。

齐钰文 牛宏超摄

声音

加强基层疾控机构能力建设，筑牢公共卫生安全防护网。

——近期，天津、新疆、广西等地疾病预防控制中心陆续挂牌成立。人民日报健康客户端发文说。

“虚拟养老院”，让居家养老更踏实。

——北京广安门内街道开展的居家养老服务模式试点启动半年来，签约长期居家照护服务的老人超100单，有效解决了失能老人居家照护问题。北京晚报评论说。

普惠养老服务缺口怎么补？

——最近，一份覆盖12.5万名老年人的调查报告显示，市场化照护服务项目费用远远超过老年人的心理价位。北京日报评论说。

86元暴涨到1000元，“保命药”一药难求问题出在哪？

——近日，治疗肾上腺皮质功能减退症及先天性肾上腺皮质增生症的药物——醋酸氢化可的松片，一年内从86元涨到1000元。红星新闻评论说。

助残不能被“硬规定”卡住。

——贵州一位残障女士发视频称，自己只有一只眼睛残疾，去办残疾证却被拒绝，理由是她的另一只眼睛还在，视力正常。正观新闻评论说。

花21万元打的抗癌针竟是可乐！防骗反诈一刻都不能松懈。

——近日，浙江杭州一养生会所员工给五旬顾客推销了“抗癌针”，以21万元成交。然而，公安机关发现“抗癌针”其实是散去气泡的可乐。极目新闻评论说。

亟需给抑制骨龄增高打一针“清醒剂”。

——近日，部分家长为了让孩子长高，给孩子吃药、打针抑制骨龄，企图骨骺线闭合更慢。东方网评论说。

以法律“筑墙” 让性侵未成年人付出沉重代价。

——经最高人民法院核准，湖北省孝感市中级人民法院等对强奸未成年人的罪犯倪笃群、王小山、孙保昌依法执行死刑。东方网评论说。