

健康关注



打了疫苗出意外，为啥？

李颖

近日，网友被一则关于狂犬病的消息刷屏。西安一女士被流浪狗咬伤脚腕，尽管及时去医院就诊，也按规范接种了狂犬疫苗，但最终仍因狂犬病发作身亡。为什么注射了疫苗后仍然没有逃过一劫？有没有比注射狂犬疫苗更有效、能确保万无一失的方法？对此，很多相关领域的专家试图解释原委，不过在官方权威调查结果出来前，都只能是推测。

打疫苗也不能保证万无一失

北京大学第一医院感染疾病科徐京杭副主任医师在接受采访时强调，和任何一名未参与病例救治工作的医师一样，针对此事的分析仅仅是推测。

新闻称该女士在被野犬咬伤后第一时间注射了狂犬病疫苗，应该说处置得相当及时，然而还是出现了意外。对此，徐京杭解释说，这名患者的遭遇在医学上被称为“暴露后预防处置失败”。一项国际上的研究显示，在发达国家中疫苗免疫失败率为每8万人中1例，而发展中国家为每1.2万到3万人中1例。

徐京杭表示，被可疑动物（我国主要是犬）咬伤后，为避免感染狂犬病，可以采取3方面预防措施（即暴露后预防）：伤口处理、主动免疫（注射狂犬疫苗）和被动免疫（注射狂犬病人免疫球蛋白或者抗狂犬病血清，仅限于部分患者需要）。

“考虑到病原体的数量和毒力差别以及人的个体差异性，某种有效的医学措施很难保证绝对有效。”徐京杭认为，狂犬病的预防措施也一样，即便3方面措施都做到了，仍然有可能无效。比如狂犬病病毒的数量特别多，同时伤口距离中枢神经系统很近，这时候被动免疫无法及时中和所有的病毒，而且病毒也比较容易传入中枢神经系统，导致发病。“因此，如果暴露后预防措施失败，就要分别考虑这3方面措施中是否存在不当之处，也许其中一个环节或者多个环节均不足。”

并非所有伤者都需接种免疫球蛋白

尽管狂犬疫苗并不能100%保证有效，但截至目前，针对狂犬病注射狂犬疫苗仍是不可或缺的治疗方法。“狂犬病死亡率几乎100%已是不争的事实，因此，被可疑动物咬了就必须注射狂犬疫苗。”在徐京杭看来，即便是所养的狗狗已经打过疫苗，也不保证具有绝对的安全性。

此外，“对于是否接种免疫球蛋白，则需要先明确伤口的情况。”徐京杭表示，中国疾控中心发布的《狂犬病预防控制技术指南（2016版）》明确指出：一级暴露，指的是日常的接触，不用管；二级暴露，指的是轻微的划伤，必须打疫苗；三级暴露，指的是较深程度的咬伤和抓伤（比如单处或多处贯穿皮肤严重的咬伤或抓伤）或特殊情况（比如发生在头部、面部、颈部、手部和外生殖器的咬伤），必须打疫苗，必须接种免疫球蛋白。

致发病，但这种情况较少见。

狂犬病属普遍易感的病毒性传染病。如果被患病的狗咬伤不处理，自然情况下发病率在15%—30%之间。这是相当高的比率了。

传染

70%的传染源是犬，还有20%的传染源是猫。普通家畜以及吸血蝙蝠都可以传播。潜伏期就是从病毒进入体内，到人出现狂犬病症状的阶段，短则几天，长则几年甚至10年、20年。传染期是患病的动物具有传染性的时间段。有些动物表面健康，但携带有病毒，它的唾液可能长期都有传染性，这就是隐性感染。

防治

定期带家里的宠物狗狗注射疫苗，狂犬疫苗每年都要打。

被咬伤要及时做3项处理：

马上用大量肥皂水或清洁剂反复冲洗伤口，至少30分钟，越久越好。再用医用酒精和碘酒反复地消毒，伤口要敞着不要缝合。

传染病防控专家梅林说，一旦被狗、猫抓伤、咬伤，不管出血、没出血，都应第一时间在流水状态下打上肥皂对伤口进行清洗，然后再用酒精对伤口进行消毒。“从一定意义上来说，第一时间的冲洗比打疫苗还管用，60%左右的病毒都可以通过这样的方式来阻断。被咬伤的伤口并不宜包扎、缝口，开放性伤口应尽可能暴露。”

在这个过程中切记：大人不要用嘴吸孩子伤口，因为狂犬病毒是嗜神经性病毒，头部血管丰富，如果正好口腔有溃疡破溃，病毒极易通过伤口

被咬后“自我急救”很重要

虽然在预防狂犬病的宣传中看到最多的是疫苗和免疫球蛋白的介绍，但是专业的医疗机构和医生对伤口的处置绝不会掉以轻心。

“伤口处置应该在暴露后立刻就开始处理了，即使是在就医途中也不应忽略。”徐京杭表示，很多人会认为尽快到医院接种疫苗更重要，事实上，如果能立刻找到肥皂水，哪怕是清水冲洗伤口，都会降低感染的概率。这些处置没有做好，会影响预防效果，而且不是后来的疫苗和免疫球蛋白能够弥补的。“不要以为只要尽快到医院注射疫苗就足以预防狂犬病，而忽略伤口的处置。”

专家建议，被动物咬伤后，要先用流动的清水以最快的速度把伤口上的毒素冲洗掉；在冲洗时最好不停地挤压伤口，排出带有毒素的污血，千万不要急于止血。冲完后马上用碘酒或医用酒精消毒，或用高度白酒涂擦伤口数次。不要自行包扎伤口或涂抹软膏，尽量让伤口暴露在外面。然后尽快到医院就医，尽早接种疫苗，因为越早接种，发病的可能性越高。

从临床角度来看，皮肤上只要有一个小破损，狂犬病毒就有可能进入身体，造成狂犬病的发生，最终导致死亡。“因此不管是被狗轻轻咬了一下，还是使劲咬了一大口，都切记要及时处理伤口，并尽快到医院去打狂犬疫苗。”徐京杭说。

进入血液循环，侵蚀神经系统。万一大人不小心吸了伤口，也要按照狂犬病同等暴露进行疫苗接种。尽快到附近的社区医院或疾控中心注射狂犬疫苗和狂犬病的抗血清。如果伤口较深且污染严重，伤者还要酌情接受抗破伤风处理和抗生素治疗等，以控制其他感染。

提醒

进入夏季，犬类较为易怒，攻击性强。数据显示，每年七八月份，动物致伤的情况最为高发，不少伤者是自家养的宠物咬伤的。

人们夏天穿得少，猫猫狗狗稍微发难，就容易致伤。市民夏天应尽量少与动物接触，更不要主动招惹动物，宠物主人应注意文明饲养，外出遛狗时，务必牵住犬绳，以免发生意外，伤及他人。

名词解释

狂犬病又称为恐水症、疯狗病，狂犬病毒主要影响中枢神经系统，可防不可治，病死率几乎达到100%，一旦发病必然死亡。

狂犬病发病后的最初症状是发热，伤口刺痛、刺痛或灼痛。表现为“狂躁”，这种最常见。患者机能亢进、躁动、怕水、怕光，有时还怕声、怕风等。数日后因心肺衰竭而死。

狂犬病毒就在病人病犬的神经组织和唾液里，口水有危险，需谨慎对待。其实狂犬病毒对外界抵抗力是很弱的，100℃，2分钟，病毒就死掉了。常见消毒剂、有机溶剂，如肥皂水、清洁剂、医用酒精，还有紫外线，都可以把它杀灭。唯独在低温干燥条件下可以长时间存活。

医药指南

中国首部放疗疼痛管理指南发布

喻京英

中国首部《放射治疗疼痛全程管理指南》（简称《放射指南》）7月29日在北京发布。《放射指南》从关爱患者的角度出发，旨在通过强化广大放疗专科医护人员的放疗疼痛全程管理理念和提升放疗医护人员的疼痛管理水平，为患者提供规范、全程的镇痛治疗服务，减少放疗带来的痛苦，最终实现“无痛生活，尊严人生”的夙愿。

放射治疗作为主要的癌症治疗手段已经日渐普及，其在恶性肿瘤的前、中、后期，都具有不可替代的作用。根据临床统计和文献报道，大约2/3的恶性肿瘤患者在治疗的不同阶段需要放射治疗。但放射治疗本身也可产生组织损伤，带来各种急慢性疼痛。《放射指南》的出台，填补了中国放疗疼痛管理指导性文件的空白，为接受放射治疗的患者提供覆盖放疗前中后期的全程镇痛管理指导，减少放疗带来的痛苦，从而使患者真正获得“无痛生活”。

国家癌症中心副主任王绿化表示，传统印象中，放疗精度不高，副作用大。但随着放疗技术的发展，目前放疗的精度已大大提高，副作用也可以通过有效的方法加以控制，既能保证把肿瘤控制住，也能最大限度减少对正常组织的损伤。

据悉，药物治疗是目前癌痛治疗的重要手段之一，本着安全、有效、经济的原则，在使用镇痛药物之前，疼痛的评估极为重要。本次发布的《放射指南》中，推荐了疼痛程度数字评估量表、主诉疼痛程度分级法、简明疼痛评估量表等，作为简便快捷的疼痛评估工具。《放射指南》指出，为实现镇痛药物规范使用，在疼痛评估基础上，应根据世卫组织为癌痛患者制定的“三阶梯”镇痛治疗原则，根据疼痛程度不同，应用不同的镇痛药物进行治疗。

“作为中国首部特别针对肿瘤放疗的疼痛管理指南，《放射指南》的发布，在放疗发展道路上具有标志性意义。”王绿化表示，《放射指南》的发布，使得放疗疼痛管理第一次有了全程的、规范化的指导。在为放疗科医师提供放疗患者疼痛管理依据和参考的同时，有效地提升了患者生存质量，减少放疗带来的痛苦，进而实现放疗效果的最大化。

医说新语

警惕“癌中之王”黑色素瘤

珏晓

黑色素瘤是一种来源于黑色素细胞的恶性肿瘤，是皮肤癌中恶性程度最高的癌种。随着黑色素瘤生长，癌细胞会渗透到皮肤和粘膜中，最终到达血管或淋巴通道，并迅速传播到整个身体和主要器官。在近日举行的癌王——黑色素瘤靶向新药佐博伏®在中国上市会上，北京大学肿瘤医院副院长、中国抗癌协会临床肿瘤学协作专业委员会黑色素瘤专家委员会主任委员郭军教授表示，黑色素瘤一旦发生转移，患者的5年生存率仅为4.6%，其死亡率、转移率高、治疗难度大。与西方不同的是，我国多发黑色素瘤特殊类型恶性程度更高。

郭军说，黑色素瘤被称为“癌中之王”，中国黑色素瘤发病率为10万分之0.6，属于罕见病，但近年呈上升趋势。西方人黑色素瘤多分布在皮肤浅表（称为皮肤型），而我国约50%的黑色素瘤分布于四肢末端皮肤，如手足和甲下等位置（称为肢端型），更容易发生转移；另外还有20%为粘膜型（白种人这种类型不到1%），主要发生在消化道、鼻腔、鼻窦、泌尿系统粘膜，恶性程度较皮肤型黑色素瘤更高，预后较差。

郭军表示，黑色素瘤发生转移后，基本无有效治疗药物，化疗对部分患者有效率不足7%，无进展生存只有一个半月左右。佐博伏®进入中国，将使中国晚期黑色素瘤患者生存获益得到显著提高。

中华医学会肿瘤分会副主任委员林桐榆教授表示，由于知晓率低和技术手段落后，中国大部分患者发现黑色素瘤时已是中晚期，错过了最佳治疗时机。合理应用靶向治疗药物，能够明显提高恶性肿瘤的治疗效果。

林桐榆同时提醒说，当发现色素痣不对称、颜色变化、边缘不整齐、逐渐变大或感觉异常时，应及时就医，千万不能自行处理。一经诊断为黑色素瘤，应及早进行基因检测，采取规范的治疗措施。

健康资讯

自我保健联盟在京成立

本报（刘志宏）由国家卫计委中国人口宣传教育中心发起的“自我保健联盟”近日在京成立。

据介绍，该联盟是国内首个专注于自我保健领域的公益性组织。联盟将推出“十个千万行动”，创立“自我保健”和“合理用药”两个微信公众号；在全国连锁药店设立10个自我保健宣教中心；成立“自我保健联盟”百名专家顾问团；开展千场自我保健科普讲座；在全国培养万名自我保健顾问。

关爱女性健康活动举办

本报（雪蓓）由中健城乡健康管理委员会和生命时报联合主办的中健城乡首届“中健杯”百城广场舞关爱女性健康公益活动将于近日举办。

活动旨在将广场舞以更健康和公益的形式进行推广。从今年6月底开始，主办方已在全国10个省市进行选拔，将在8月底选出15支优秀代表队，来京参加最终的广场舞盛典。

慈善基金救孤敬老扶残

本报（刘北南）近日，中汇生物医药科技（广州）有限公司捐款人民币100万元，设立了“21世纪公益基金会斑美拉慈善基金”。

据悉，该基金旨在致力于助学、救孤、敬老、扶残等公益活动，提升社会弱势人群的生活福祉，为促进社会和谐做出贡献。

链接▶▶▶



被狗狗咬伤后马上冲洗伤口接种疫苗

如今正值盛夏，天气炎热，也是狂犬病发病高峰期。专家提醒，狂犬病病死率为100%，一旦被狗、猫等可能携带狂犬病病毒的动物所伤，一定要规范处理伤口，并尽快接种狂犬病疫苗。

传播

咬伤是最常见的传播途径。病毒就从伤口顺着血液循环到神经系统，引起一系列的病变。

呼吸道传播，如进入携带有狂犬病毒的蝙蝠群居的山洞，吸入了空气里带有病毒的气溶胶也能导

为何将中暑分为阳暑和阴暑？

王红蕊

中暑是指长时间暴露在高温中或在炎热环境中进行体力活动引起机体体温调节功能紊乱所致的一组临床症候群。以高热、皮肤干燥以及中枢神经系统症状为特征。核心体温达41摄氏度可出现严重不良反应，甚至危及生命。根据病情轻重，可将中暑分为先兆中暑、轻度中暑、重症中暑。先兆中暑、轻度中暑者口渴、食欲不振、头痛、头昏、眼花、耳鸣、疲乏、虚弱、恶心及呕吐，心悸、脸色干红或苍白，注意力涣散、动作不协调，体温正常或升高。此时如能及时休息，脱离高温环境，一般在短时间内即可恢复。重症中暑者病情危急，可见高热、无汗、面色潮红、脉搏细弱、心律加快、血压下降等呼吸、循环衰竭症状、甚至发生昏迷。

中医认为中暑是感受暑邪而发生的一种急性病证，夏季常见，可称之为“暑厥”、“暑风”、“闭证”。中医认为本病是由于体内元气亏虚，夏季暑邪乘虚而入，灼烁阳明、触犯心包所致。中医把中暑分为“阳暑”和“阴暑”。阳暑，通常是见于长时间在太阳暴晒下出现的中暑现象，而阴暑则是引致大部分中暑现象的原因，是指“暑热在内、寒湿在外”。中暑者，形同而病别，延医亦各不同。暑之为气，时易入夏。在天为热，在地为火，在人为心。暑之伤，先着于心。其症：头痛眩暈，心烦面垢，身热口渴，其脉虚濡。昏仆不知人，亦与中风相似。名曰中暑。中暑者，中气虚而受于暑也。中寒治以温散；中暑治以清凉。先候天时，次随症治。大小则别形

殊，病症漫同一例，因时视症。阴暑通常是都市人以错误的方式暑邪引起。如过度使用空调，使室内外温差太大或食用大量冷饮，都会造成脾胃不和，营卫失调，进而中暑。

中暑危害众多，那我们要怎么防范中暑的发生呢？俗话说：“心静自然凉”。嵇康《养生论》中对炎炎夏季有其独到见解，他认为夏季炎热，“更宜调息静心，常如冰雪在心，炎热亦于吾心少减，不可以热为热，更生热矣”。故越是天热，我们越要心静，尽量保持淡泊宁静的心境。不要生闷气，遇到不顺心的事，要学会情绪转移，不要上火。还有就是，要保证睡眠。睡眠不足，心情会变得急躁。经常作息颠倒或长期熬夜的人，通常情绪也不稳定，就会肝盛热

杏林寻宝

——中华传统医药漫谈