

一文了解脑炎的症状和治疗

▲ 联勤保障部队第九八八医院 吕蒙蒙

脑炎是一种严重的神经系统疾病，它会影响脑的功能并引起一系列症状。近年来，脑炎的发病率不断上升，给人们的健康带来了很大的威胁。了解脑炎的早期症状可以帮助人们尽早发现并治疗这种疾病，从而减少其对身体和精神的损害。

定义和症状

脑炎是指脑实质受到病毒感染或自身免疫反应引起的炎症反应。这种疾病可以引起一系列症状，包括头痛、发烧、恶心、呕吐、颈部强直等。严重的脑炎会导致意识障碍、抽搐、瘫痪、语言障碍等。

传播途径

脑炎主要通过以下途径传播：

- 飞沫传播** 病原体通过感染者的咳嗽、打喷嚏等方式，经过空气传播给他人。
- 接触传播** 病原体通过感染者的唾液、鼻涕等分泌物，经过直接接触或间接接触传播给他人。
- 血液传播** 病原体通过输血、注射等途径，进入人体血液系统，导致感染。

母婴传播 病原体通过孕妇的胎盘、产道等途径，传播给胎儿或新生儿。

早期症状

脑炎的早期症状通常不会很严重，很多人会忽略或误认为是普通感冒的症状。因此，了解这些早期症状对于尽早发现和治疗脑炎非常重要。

头痛 这是脑炎最常见的早期症状之一。头痛通常在发病后几天内出现，并且会逐渐加重。头痛的位置通常在头部两侧或后部，程度较为剧烈，有时会伴随恶心或呕吐。

发烧 发烧是另一个常见的脑炎早期症状。患者的体温通常在 38℃ 以上，持续时间较长，有时可能会持续数天。

颈部强直 这是由于脑实质肿胀和炎症引起的症状。患者会感到颈部僵硬或疼痛，难以转动头部或低头。

恶心和呕吐 恶心和呕吐是脑炎的常见症状之一。患者可能会感到胃部不适，出现呕吐，尤其是头痛时更为明显。

意识障碍 患者可能会出现不同程度的精神状态改变，如情绪不稳定、易怒、注意

力不集中等，有时还会出现明显的意识模糊或昏迷。

抽搐 抽搐是脑炎的另一个早期症状。患者可能会突然出现全身抽搐或局部抽搐，有时会持续数分钟或更长时间。

瘫痪 脑炎可能会引起不同程度的瘫痪，包括面部、肢体和呼吸肌的瘫痪。患者可能会出现一侧肢体无力、手脚麻木或瘫痪等症状。

语言障碍 患者可能会出现语言障碍，包括语言表达和理解能力的下降，甚至出现失语症。

脑部影像学检查

在怀疑患有脑炎时，医生通常会进行一系列影像学检查，以帮助确定诊断和了解疾病的严重程度，常见的影像学检查如下。

头颅 CT 扫描 这种检查可以显示脑部是否存在异常的密度、形态或结构。

核磁共振成像（MRI） MRI 可以更清晰地显示脑部的结构和功能，对于诊断脑炎具有很高的敏感性。

脑血管造影 这种检查可以帮助了解脑血管的情况，如是否存在血管闭塞或扩张等。

认识脑卒中 预防脑内“雷”

▲ 河南省信阳市第四人民医院 蒋德平

你有没有想过，我们的大脑就像一颗电闪雷鸣的天空？这颗“雷”在我们头脑中随时可发，给我们的身体带来巨大的破坏。这个“雷”就是脑卒中，一种严重而常见的疾病。脑卒中可能让我们突然失去对身体的控制，甚至丧失生命。但别担心，我们可以通过认识脑卒中以及采取相应的预防措施，保护自己的大脑，预防脑内的“雷”爆发。

脑卒中的定义

脑卒中，又被称为中风，是一种急性的脑血管疾病。它发生时，大脑的血液供应突然中断或受到损害，导致大脑细胞缺氧并遭受损害甚至死亡。

脑卒中的识别

- FAST** 是一种简单但有效的方法，用于识别脑卒中症状。它的四个字母含义如下。
 - Face（面部）** 请患者微笑，观察是否有一侧面部下垂或失去表情对称性。
 - Arms（手臂）** 请患者伸出双手，检查是否有一只手臂下垂或无力。
 - Speech（言语）** 请患者重复简单的句子，观察是否有言语困难或语言不清。
 - Time（时间）** 如果出现以上症状之一，立即拨打急救电话，并尽快就医。
- 如果你怀疑有人正在遭受脑卒中，请立即采取的紧急措施如下。
 - 呼叫急救** 拨打紧急电话号码，向紧急服务部门告知状况，并提供你所在的位置。
 - 保持平静** 尽量保持冷静，安抚患者，并让他们保持安静、舒适的姿势。
 - 不要给患者吃喝** 因为脑卒中可能导致吞咽困难，所以不要给患者喂食或饮水。
 - 注意观察** 监测患者的症状，注意呼吸状态和意识变化，以便在急救人员到达前及时报告。

治疗方案

脑炎的治疗方案通常包括以下方面。

药物治疗 医生会根据不同的病因和严重程度，开具相应的药物进行治疗。

免疫调节治疗 对于自身免疫性脑炎，免疫调节治疗可以帮助调节免疫系统，减轻炎症反应。

对症治疗 针对不同的症状和表现，医生会给予对症治疗，如镇静剂、抗抽搐药物、呼吸机等。

支持治疗 对于病情较重的患者，医生会给予支持治疗，如营养支持、水电解质平衡维持等。

结束语

脑炎是一种严重的神经系统疾病，其早期症状通常不会很严重，但如果不及时治疗，会导致严重的身體和精神损害。因此，了解脑炎的早期症状对于尽早发现和治疗这种疾病非常重要。在出现相关症状时，应及时就医并进行相关检查，以便尽早确诊和治疗。

易患人群

高血压 长期不受控制的高血压会损害血管壁，增加血栓形成的风险，从而引发缺血性脑卒中。

糖尿病 高血糖水平会损害血管，增加血栓形成和动脉硬化的风险。

高血脂 高胆固醇和高甘油三酯水平会导致血管狭窄和堵塞，增加脑卒中的风险。

吸烟 吸烟会导致血管狭窄和损伤，增加脑卒中的概率。

饮食不健康 高盐饮食和高饱和脂肪饮食会增加脑卒中的风险。不吃足够的水果和蔬菜也可能导致缺乏维生素和纤维素，增加脑卒中的风险。

缺乏锻炼 长时间缺乏体育锻炼会增加脑卒中的风险。适度规律的体育锻炼可以帮助控制血压、血糖和体重，保持心血管健康。

高龄 年龄是脑卒中的一个不可控制的风险因素。年龄增长会导致血管壁弹性降低，血管病变的机会增加。

预防方法

健康饮食 采用均衡、多样化的饮食，以低盐、低脂和高纤维为基础。增加新鲜水果、蔬菜、全谷物、健康蛋白质（如鱼类、豆类、坚果）的摄入，限制高胆固醇和高饱和脂肪的食物。

控制血压 定期检测血压，保持正常范围内。

管理糖尿病 如患有糖尿病，保持血糖水平的稳定，按医生指导进行治疗和控制。

控制血脂水平 保持良好的血脂水平，避免高胆固醇和高甘油三酯的食物。

戒烟和限制饮酒 吸烟和过量饮酒都是脑卒中的危险因素，应该尽量戒烟，并限制酒精的摄入。

积极锻炼 每周至少进行 150 min 的中等强度有氧运动。

帕金森病的中医治疗方法

▲ 河南省郑州市惠济区人民医院 朱广威

帕金森病是一种常见的神经系统疾病。随着病情的发展，帕金森病会给患者的生活带来极大的困扰。中医在帕金森病的治疗中具有一定的优势，本文将介绍帕金森病的症状特点以及中医治疗的优势和方法。

帕金森病的症状特点

帕金森病的主要症状包括震颤、僵直和运动障碍。震颤表现为手、脚和头部等部位不自主的抖动；僵直表现为肌肉紧张，肢体僵硬，活动困难；运动障碍表现为动作缓慢，步行困难，写字、讲话等精细动作难以完成。此外，帕金森病还会出现一些非运动症状，如抑郁、焦虑、认知障碍、睡眠障碍等。

中医治疗优势

中医认为帕金森病属于“颤证”范畴，病机为肝肾不足、气血亏虚、筋脉失养、虚风内动。治疗帕金森病需要调理脏腑功能，滋补肝肾，濡养筋脉，以改善症状。

整体观念 中医强调整体观念，认为人体内部各个脏腑器官相互关联，相互影响。通过调理整体功能，达到治疗帕金森病的目的。

辨证论治 中医治疗帕金森病强调辨证论治，根据患者的症状、体质和病情发展阶段制定个性化的治疗方案，以提高疗效。

综合治疗 中医治疗帕金森病采用综合治疗方法，包括中药、针灸、推拿、气功等。这些方法相互配合，能够更好地改善患者症状，提高生活质量。

不良反应小 中医治疗帕金森病的不良反应相对较小，对患者身体影响较小。

中医治疗理论

养肝熄风 采用当归、白芍、丹参、钩藤等中药，滋养肝脏，平熄内风，从而改善震颤症状。

活血化痰 采用红花、桃仁、川芎等中药，活血化瘀，舒筋通络，从而缓解僵直和运动

障碍症状。
益气养血 采用黄芪、当归、熟地黄等中药，益气养血，濡养筋脉，从而改善全身症状。

针灸治疗

头针 在头部特定的穴位进行针灸，能够刺激大脑皮层，调节神经递质，从而改善震颤、僵直和运动障碍等症状。

体针 在身体特定的穴位进行针灸，能够舒筋活络，调和气血，从而缓解帕金森病的症状。

穴位注射 将药物直接注射到特定的穴位中，能够提高针灸效果，改善症状。

中医治疗的安全性和效果

多项研究结果显示，中医治疗帕金森病的安全性和效果得到了肯定。通过中药和针灸等治疗方法的综合应用，能够有效地改善帕金森病的症状，提高患者的生活质量。

在安全性方面，中医治疗帕金森病的方法不良反应相对较小，对患者身体影响较小。与西医药物治疗相比，中医治疗对肝肾功能的损害较小，更适合长期治疗。同时，中医治疗还注重调理患者的身体状况，提高患者的免疫力，从而更好地抵抗疾病。

在效果方面，中医治疗帕金森病的效果较为显著。多项研究结果显示，采用中药和针灸等治疗方法综合治疗帕金森病，能够有效地改善患者的震颤、僵直和运动障碍等症状。同时，中医治疗还能够改善患者的非运动症状，如抑郁、焦虑等。通过综合治疗方法的运用，能够提高患者的生活质量，延缓病情的发展。

总之，中医在帕金森病的治疗中具有一定的优势。通过中药和针灸等综合治疗方法的应用，能够有效地改善帕金森病的症状，提高患者的生活质量。中医治疗不仅注重改善症状，还注重调理患者的身体状况和心理状态，使患者能够更好地抵抗疾病。