

预防支原体肺炎

▲ 广州医科大学附属妇女儿童医疗中心增城院区 小儿内科综合三病区 李友一

支原体肺炎是儿童常见的呼吸道感染疾病之一，由肺炎支原体引起。这种疾病传播迅速，尤其在儿童群体中更为常见，可能导致严重的健康问题。因此，了解如何预防支原体肺炎并采取有效的健康保护措施对于儿童和家庭尤为重要。本文将从疾病概述、传播途径、预防措施、症状识别、治疗方法以及家庭护理等方面，详细介绍如何保护儿童免受支原体肺炎的侵害。

支原体肺炎的传播途径

肺炎支原体主要通过空气飞沫传播。当感染者咳嗽、打喷嚏或说话时，带有支原体的飞沫会进入空气中，其他人吸入这些飞沫后可能被感染。此外，密切接触也是传播途径之一，如使用被污染的物品或与感染者有亲密接触。

儿童在学校和幼儿园等集体环境中，更容易接触到感染者和被污染的物品，因此感染风险较高。了解传播途径，有助于采取针对性的预防措施，减少感染机会。

预防支原体肺炎的措施

预防支原体肺炎需要从多个方面入手，包括个人卫生、环境卫生、疫苗接种等。以下是一些有效的预防措施：

首先，保持良好的个人卫生习惯。教育孩子勤洗手，尤其是在饭前便后、外出回家后，用肥皂和流动水彻底清洁双手。

同时，避免用手触摸脸部，尤其是口、鼻、眼等部位，以减少病菌进入体内的机会。

其次，保持环境卫生和空气流通。定期清洁和消毒家居环境，尤其是孩子经常接触的玩具、餐具等物品。保持室内空气流通，尽量每天开窗通风，降低空气中病菌的浓度。

再次，避免与感染者密切接触。若家中或学校有肺炎支原体感染者，应尽量避免与其密切接触。必要时，感染者应佩戴口罩，减少飞沫传播的机会。家长应及时带孩子就医检查，避免交叉感染。

最后，增强孩子的免疫力也是预防感染的重要措施。通过均衡饮食、充足睡眠和适当运动，提高孩子的身体抵抗力，有助于减少感染风险。饮食上应注意摄入足够的维生素和矿物质，特别是富含维生素C的食物，如橙子、柠檬等，有助于增强免疫功能。

识别支原体肺炎的症状

早期识别支原体肺炎的症状，有助于及时采取治疗措施，避免病情加重。支原体肺炎的症状通常较为轻微，但也可能导致严重的并发症。常见症状包括：

咳嗽 持续性干咳是支原体肺炎的主要症状，通常在感染初期表现为轻微干咳，逐渐加重并伴有黏痰或脓痰。

发热 感染初期可能出现低热或中度发

热，体温一般在 38℃ 左右，有时可达 39℃ 以上。

喉咙痛 喉咙痛是常见的伴随症状，孩子可能会感到喉咙干燥、刺痛，吞咽困难。

乏力和疲劳 感染期间，孩子可能会感到疲倦乏力，食欲不振，精神状态不佳。

其他症状 一些孩子可能会出现头痛、肌肉酸痛、鼻塞、流鼻涕等类似感冒的症状。

若发现孩子出现以上症状，且症状持续或加重，应及时就医检查，明确诊断并接受治疗。

治疗支原体肺炎的方法

确诊支原体肺炎后，及时有效的治疗是防止并发症和促进康复的关键。治疗通常包括以下几个方面：

首先，抗生素治疗是主要手段。肺炎支原体对 β -内酰胺类抗生素（如青霉素和头孢菌素）不敏感，常用的抗生素包括大环内酯类（如阿奇霉素）、四环素类（如多西环素）和氟喹诺酮类（如左氧氟沙星）。医生会根据孩子的具体情况，选择适当的抗生素和剂量。

其次，对症治疗也是重要的治疗手段。针对发热、咳嗽等症状，医生可能会开具退烧药、止咳药等药物，缓解孩子的不适症状。家长应严格遵循医嘱，按时给孩子服药，并注意观察病情变化。

最后，充足的休息和良好的营养支持

对康复至关重要。孩子在治疗期间应保证充足的睡眠，避免过度疲劳。饮食上应给予富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，帮助身体恢复。

结语

预防支原体肺炎需要多方面的努力，包括保持良好的个人和环境卫生、增强孩子的免疫力以及早期识别和治疗疾病。家庭和社会各界应共同努力，为儿童提供一个健康、安全的成长环境。希望本文能够为广大父母提供实用的指导，共同守护孩子的健康成长。



来源/千库网

心血管疾病患者药物基因检测的意义

▲ 河南省新乡市中心医院 李奎

近年来，随着药物基因组学和基因测序技术的发展，药物基因检测越来越成为临床“精准化”治疗重要辅助工具。通过药物基因检测，对与药物起作用相关靶点、转运蛋白、代谢酶、不良反应相关蛋白的基因多态性进行解读，能够帮助临床医生预测药物的个体反应差异和不良反应发生程度，指导临床用药，提高药物治疗效果，降低不良反应发生率，为临床开展个体化用药提供有力支撑。

药物基因检测对心血管疾病患者的必要性

我国是心血管疾病高发率国家，现有心血管病确诊患者约 3.3 亿，包含约 2.45 亿高血压患者。随着经济的发展和人口老龄化的加剧，该数字还有进一步上升的趋势，呈现发病年轻化、死亡率不断上升的特点。心血管患者普遍是慢性疾病，需终身服药，且年龄偏大，依从性和顺应性差，容易出现药物不良反应。因此，防治心血管疾病已经成为了保障人民群众健康的重要任务。现阶段，临床防治心血管疾病的主要药物是：降压药、降脂药、抗血小板药、扩血管药等。此类药物与基因多态性的相关性研究证据比较充足。由于受体基因多态性的影响，普遍存在个体差异，主要体现在药物疗效和不良反应方面。通过基因组学的深入研究，发现这种个体差异与药物在体内的作用受体和代谢酶等蛋白的基因多态性有关。因此，对心血管患者开展基因检测是非

常有必要的，它的开展能提高临床治疗水平，促进药物合理使用。临床常用的基因检测技术主要有 DNA 测序、荧光 PCR 和基因芯片等技术。其中，以荧光 PCR 和基因芯片这两种技术最为常用。

药物基因检测的意义

提高药物安全性与有效性

影响药物起作用的因素很多，遗传因素也在其中扮演重要作用。参考药物基因检测结果预估患者适合的药物种类与剂量。细胞色素 P4502C19 基因的突变对抗血小板药物氯吡格雷的药动学和药效学都有一定的影响，导致前药氯吡格雷转化成活性产物的数量减少，抗血小板疗效减弱。阿司匹林常规预防心血管事件时并不是对所有患者有效，通过对纤维蛋白原受体、胶原蛋白受体、血栓素 A2 受体、血管性血友病因子受体等受体基因多态性分析，预估患者服用阿司匹林剂量和疗效，避免阿司匹林抵抗风险出现。因此，通过对心血管患者药物基因多态性检测，临床医生能够制定合理的抗血小板药物治疗方案，提高药物安全性与有效性。

降低不良反应发生率

药物基因组学与免疫基因组学揭示了遗传因素与药物不良反应之间的关系。用药前通过相关药物基因（代谢酶、转运体、受体）

多态性的分析，能够预测患者服用药物后出现不良反应的风险，如果患者不良反应发生风险高，则降低药物剂量或者换用其他替代药物。他汀类药物作为临床上使用最广泛的心血管类的药物，其安全性和有效性上存在个体差异。有机阴离子转运多肽 1B1（SLC01B1）基因突变导致转运能力降低，引起肝脏摄取药物能力不足，体内中他汀类药物蓄积，横纹肌溶解症和肌病等不良反应的发生风险升高。

节约医疗成本

随着药物基因组学在新药研究中发挥巨大的作用，越来越多的上市药物提供遗传学研究信息，使用药物前必须结合患者基因多

态性。选择最适合患者个体差异的药物，避免以往凭经验选药、换药、停药、调量及合并用药造成的医疗资源浪费，节约有限的医疗成本。

个体化、精准化用药

近年来，随着药物基因组学和测序技术的快速发展，临床治疗正在从传统经验用药向“个体化、精准化”用药转变。通过对患者相关基因组学的研究，明确不同地区、性别、种族的基因组学差异，“量体裁衣”制定用药方案，最大限度地降低药物毒副作用，提高药物疗效，通过个体化用药推动精准医学的发展。



来源/千库网