

爱吃羊肉串 患上布鲁氏菌性脊柱炎？

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 姜婷婷

什么是布鲁氏菌性脊柱炎

布鲁氏菌病是由布鲁氏菌属的细菌侵入机体，引起的人兽共患的传染性变态反应性疾病。而布鲁氏菌性脊柱炎是布鲁氏菌侵犯脊柱（椎间盘、椎体、肌肉）导致的脊柱感染性疾病，发热和脊柱局部疼痛是该病的主要临床症状。

布鲁氏菌如何传播

通过呼吸道感染：布鲁氏菌可以通过呼吸系统进入机体，患病母畜产仔时，羊水、胎儿、胎盘（人患布鲁氏菌病的最危险因素）携带的布鲁氏菌会污染周围的空气、尘埃、土壤、水和植物。

通过食道感染：市民食用了含有布鲁氏菌的肉制品、消毒不完全的奶制品感染布鲁氏菌病。

通过皮肤黏膜感染：皮肤上若有伤口，布鲁氏菌便有机会进入人体。

感染布鲁氏菌有哪些临床表现

发热：典型病例表现为波状热，常伴有寒战、头痛等症状。

多汗：急性期病例出汗尤为严重，可湿透衣裤、被褥。

肌肉和关节痛：为全身肌肉疼痛和多发性、游走性大关节痛。脊柱受累主要表现为疼痛、畸形和功能障碍等。

乏力：几乎全部病例都有此表现。

肝、脾及淋巴结肿大：多见于急性期病例。

其他：男性可伴有睾丸炎，女性可伴有卵巢炎，少数病例可有肾、肾及神经系统受累表现。

布鲁氏菌侵犯脊柱会怎样

病变常侵袭脊柱引起脊柱炎，多数患者以腰痛就诊，受侵犯部位出现持续性腰痛及下背痛，局部压痛、叩击痛，伴肌肉痉挛，脊柱活动受限，常处于固定姿势；有时局部淋巴结破溃后，出现腰大肌脓肿，甚至可因硬膜外肿而致截瘫。

如何预防布鲁氏菌

传染源方面：养殖者要自觉提高防范意识，在新购入牛羊前，要充分了解牛羊的健康状况，确认牛羊没有携带布鲁氏菌病后再购买。

传播途径方面：乳汁、粪便、空气、皮毛、水、土壤等都可携带布鲁氏菌，通过皮肤黏膜、食道、呼吸道而进入人体或宿主动物。因此，对这些可传播的媒介要进行严格的消毒处理，切断传播途径。

易感人群方面：在接触家畜前，一定要做好安全措施，穿隔离服、戴消毒口罩和手套。



颈动脉狭窄 千万别不当回事

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

近日，潍坊市中医院东院区神经介入团队为一名55岁的患者成功实施急症手术，开通闭塞脑血管并解除颈动脉狭窄，快速恢复颅内供血，使患者转危为安，术后患者恢复良好。

潍坊市中医院东院区脑病三科脑病重症急救病区主任邹云海表示，颈动脉是大脑供血的主要动脉，是心脑血管连接的生命线。由于各种原因导致颈动脉狭窄，会进一步引起短暂性脑缺血发作或脑梗死，如同交通要道开始出现堵车现象。造成血管狭窄的原因之一就是血管中的斑块，也就是血液中出现的一种沉积物聚集而成，这个病因在医学上被称为动脉粥样硬化。

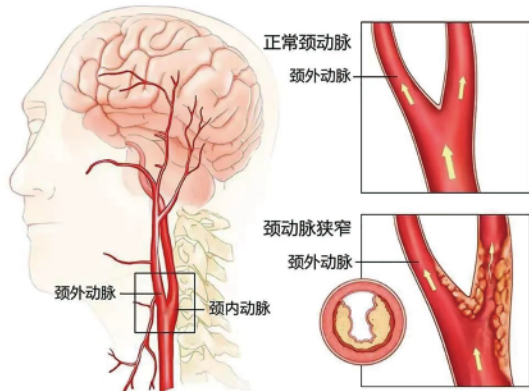
动脉粥样硬化是颈动脉狭窄的主要病因，约占90%以上。其他疾病如动脉炎、纤维肌发育不良、动脉夹层、肿瘤、放疗后纤维化等，也可以导致颈动脉狭窄。目前，中国约有1/3的成人存在颈动脉粥样硬化斑块，而在70岁至89岁人群之中，存在颈动脉斑块的人更是高达63%。狭窄的血管会越来越窄，这些人体的“高速公路”面临着越来越严重的交通拥堵，甚至完全阻碍血流通过，就会形成“闭塞”，此时就容易诱发脑梗死。重度颈动脉狭窄患者，即便采用规范的药物治疗控制，两年内脑梗死事件发生率也会高达26%以上，而60%以上的脑梗死更是由于颈动脉狭窄造成的。脑梗死是死亡率和致残率非常高的疾病之一，严重的脑梗死甚至可导致患者残疾甚至死亡。

邹云海表示，并不是所有的颈动脉狭窄患者均需要手术治疗，具体要根据颈动脉狭窄的实际狭窄

程度及患者情况而定。通常认为50%或更少的狭窄可通过非手术治疗，包括戒烟戒酒，低盐低脂饮食、口服阿司匹林及他汀类药物等。

狭窄程度超过50%的症状性患者和狭窄程度超过70%的无症状性患者需要进一步综合评估是否应该接受手术。手术的治疗方式有颈动脉支架植入术和颈动脉内膜剥脱术。颈动脉支架植入术是一种微创介入的方法，采用球囊导管扩张狭窄部分并放置支架成形，从而改善脑动脉供血。

颈动脉狭窄有时没有典型症状，大多数人容易忽视。一旦病情发展，会造成严重后果，如果突然出现言语不清、单眼短暂性失明及一侧肢体麻木无力等症状，要及时就医，避免造成不可逆的损害。



免费“抗抑郁药”了解一下

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

抑郁症是常见的精神障碍，主要有情绪低落、兴趣丧失及精力缺乏等核心症状。研究证明，有氧运动可以缓解抑郁症患者的临床症状，潍坊市精神卫生中心的曹新征医生给大家推荐几种免费的“抗抑郁药”。

散步：不仅能增强心肺功能，还能促进大脑血液循环，让情绪更加平衡和愉悦。

瑜伽：可以帮助大脑放松，减少压力激素皮质醇的分泌，还可以改善睡眠，间接促进大脑健康。

骑行：能够提升大脑的执行功能，还能够减少大脑的老化速度，提高整体认知水平。

游泳：可以让人产生愉快轻松的想法，大脑产生的内啡肽可以给人带来愉悦感。

健身操：可以使身心得到完全放松和释放，将内心的痛苦和抑郁燃烧掉。

羽毛球、乒乓球：需要快速反应和灵活性，能够提升大脑的协调能力和反应速度。

太极拳：可以提升大脑的专注力和认知功能，帮助抑郁症患者找到内心的平静和力量。

牙列缺损后该怎么办

牙列缺损后，相邻牙失去依靠会往缺牙处倾斜，造成牙间隙增宽、食物嵌塞，导致牙周炎、龋齿、咬合错乱等疾病。目前，临床上主要有三种修复（镶牙）办法来弥补牙列缺损：

活动义齿：利用剩余天然牙或口腔黏膜作为支持，通过金属卡环固定在口内余留的牙齿上修复，可以自行摘戴。具有价格低、磨牙量少等优点，但舒适度、美观性和稳定性不如固定义齿和种植牙。

固定义齿：利用缺牙间隙两侧的余留牙作为支持，用烤瓷或全瓷材料恢复缺失牙。要求缺牙两侧牙齿软硬组织条件好，即不松动、没有龋坏或已经充填治疗和根管治疗、没有牙龈炎和牙周炎等问题，且缺牙数目不能过多。缺点是需要调磨缺牙间隙旁边好的牙齿。

种植义齿：也就是种植牙，局部麻醉下将人工牙根（种植体）植入到缺牙部位的牙槽骨来代替原来的牙根，待其形成骨结合后，再在上面做冠修复。优点是不伤及邻牙的前提下，同时做到固位性好、咀嚼效率高、舒适、美观；缺点是时间相对较长，并且不是所有人都适合种植牙。

对于牙列缺损来说，远期效果来看，种植牙是目前理想的修复方法。 潍坊口腔医院 李雪

