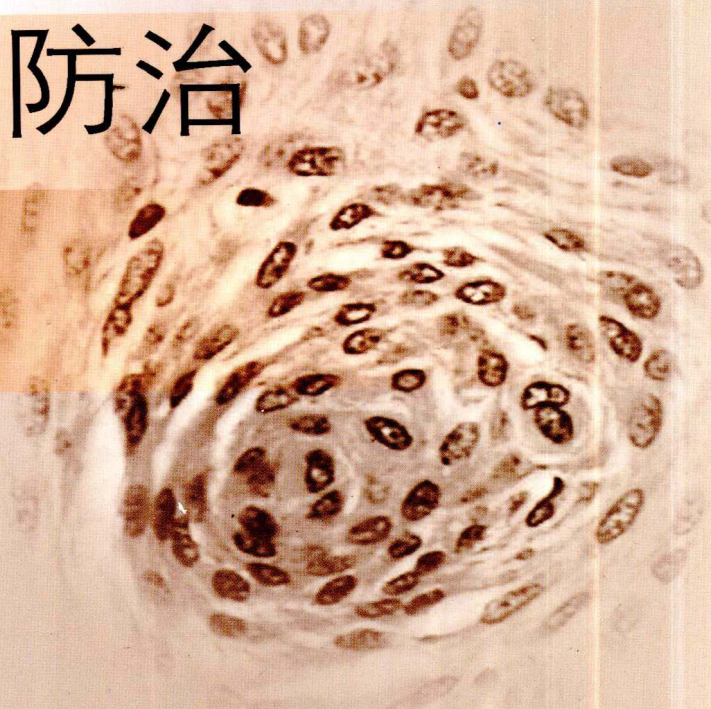


青年人 常见疾病及防治

Qingnianren

Changjian Jibing ji Fangzhi

盛文化 姚海燕 张延平 主编
李西霞 赵颖 姜红



山东大学出版社

青年人常见疾病及防治

主 编 盛文化 姚海燕 张延平 李西霞
赵 颖 姜 红

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

青年人常见疾病及防治/盛文化等主编. — 济南: 山东大学出版社, 2011. 6
ISBN 978-7-5607-4401-8

- I. ①青…
- II. ①盛…
- III. ①常见病—防治—青年读物
- IV. ①R4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 163906 号

山东大学出版社出版发行
(山东省济南市山大南路 20 号 邮政编码: 250100)
山东省新华书店经销
济南景升印业有限公司印刷
787×1092 毫米 1/16 19 印张 435 千字
2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷
定价: 38.00 元

版权所有, 盗印必究
凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社营销部负责调换

目 录

第一章 青年人生理、心理特点	(1)
第一节 青年人生理特点	(1)
第二节 青年人心理特点	(2)
第二章 青年人自我保健	(5)
第一节 青年人自我保健的含义	(5)
第二节 如何培养青年人的自我保健能力	(6)
第三章 内科常见疾病	(8)
第一节 急性上呼吸道感染	(8)
第二节 急性气管-支气管炎	(10)
第三节 肺 炎	(11)
第四节 支气管哮喘	(15)
第五节 气 胸	(21)
第六节 病毒性心肌炎	(25)
第七节 心律失常	(29)
第八节 原发性高血压	(35)
第九节 心脏骤停与心脏性猝死	(43)
第十节 胃 炎	(46)
第十一节 肠易激惹综合征	(50)
第十二节 消化性溃疡	(53)
第十三节 上消化道出血	(61)
第十四节 急性胰腺炎	(67)
第十五节 尿路感染	(71)
第十六节 缺铁性贫血	(76)
第十七节 过敏性紫癜	(78)
第十八节 单纯性甲状腺肿	(80)
第十九节 单纯性肥胖	(82)
第二十节 癲 癇	(85)

第二十一节	病毒性脑膜炎	(94)
第二十二节	偏头痛	(95)
第二十三节	特发性面神经麻痹	(99)
第二十四节	急性中毒	(101)
第二十五节	中 暑	(104)
第二十六节	淹 溺	(106)
第四章	常见心理疾病	(109)
第一节	神经官能症	(109)
第二节	考试综合征	(124)
第三节	网络综合征	(126)
第四节	抑郁症	(128)
第五节	精神分裂症	(130)
第六节	反应性精神病	(135)
第五章	常见传染性疾病	(138)
第一节	病毒性肝炎	(138)
第二节	水 痘	(149)
第三节	风 疹	(151)
第四节	流行性感冒	(152)
附:甲型	H ₁ N ₁ 流感	(154)
第五节	流行性腮腺炎	(156)
第六节	艾滋病	(159)
第七节	肺结核	(163)
第八节	结核性胸膜炎	(168)
第九节	细菌性痢疾	(170)
第十节	细菌性食物中毒	(174)
第六章	外科常见疾病	(178)
第一节	肌肉痉挛	(178)
第二节	急性软组织损伤	(179)
第三节	骨 折	(181)
第四节	关节脱位	(184)
第五节	踝关节扭伤	(186)
第六节	烧 伤	(187)
第七节	疔	(190)
第八节	阑尾炎	(191)
第九节	肛 裂	(195)
第十节	痔 疮	(197)
第十一节	慢性前列腺炎	(199)

第十二节 附睾炎·····	(201)
第十三节 尿石症·····	(204)
第十四节 外科急腹症·····	(209)
第七章 妇科常见疾病·····	(214)
第一节 外阴炎·····	(214)
第二节 阴道炎·····	(215)
第三节 功能失调性子宫出血·····	(219)
第四节 痛 经·····	(225)
第五节 经前期紧张综合征·····	(227)
第六节 计划生育·····	(229)
第八章 眼科常见疾病·····	(237)
第一节 睑腺病·····	(237)
第二节 倒 睫·····	(239)
第三节 急性卡他性结膜炎·····	(239)
第四节 沙 眼·····	(240)
第五节 眼屈光不正·····	(242)
第六节 结膜、角膜异物 ·····	(245)
第九章 耳鼻咽喉科常见疾病·····	(248)
第一节 慢性单纯性鼻炎·····	(248)
第二节 过敏性鼻炎·····	(249)
第三节 鼻出血·····	(251)
第四节 鼻窦炎症性疾病·····	(253)
第五节 慢性咽炎·····	(256)
第六节 慢性扁桃体炎·····	(257)
第七节 外耳道炎、疖 ·····	(258)
第十章 口腔科常见疾病·····	(261)
第一节 龋 病·····	(261)
第二节 牙髓炎·····	(263)
第三节 牙本质敏感症·····	(265)
第四节 慢性龈缘炎·····	(266)
第五节 慢性牙周炎·····	(267)
第六节 复发性口腔溃疡·····	(269)
第七节 智齿冠周炎·····	(271)
第八节 拔牙术·····	(273)

第十一章 皮肤科常见疾病	(276)
第一节 接触性皮炎.....	(276)
第二节 荨麻疹.....	(278)
第三节 药物性皮炎.....	(281)
第四节 扁平疣.....	(284)
第五节 口唇疱疹.....	(285)
第六节 手癣、足癣和甲癣	(286)
第七节 日光性皮炎.....	(288)
第八节 鸡 眼.....	(289)
第九节 寻常性痤疮.....	(290)
主要参考文献	(292)

第一章 青年人生理、心理特点

第一节 青年人生理特点

青年人经过了青春期的第二次生长发育高峰之后,在生理的发展上已达人生高峰值,身体各系统趋于成熟。生理发展为思维、行为和生活方式发展的提供生理基础,而思维、行为及生活方式的发展又反过来影响生理的发展变化。

一、呼吸系统

进入青年时期后,肺脏与呼吸肌迅速发育,胸腔增宽,肺容量增大,每次呼吸量也增大,肺功能也随之增强,表现为肺活量增大,呼吸深度加深而呼吸频率相对减少,使吸进的氧气和呼出的二氧化碳的量相对较多,以满足生长、发育和新陈代谢需要。一般情况下男性肺活量为3500~4000mL,女性为2500~3000mL,女性的呼吸频率略快于男性。男性以腹式呼吸为主,且呼吸较深,而女性以胸式呼吸为主,呼吸较浅。但由于青年人一般有繁重的学习和工作任务,户外呼吸新鲜空气的机会少,患呼吸道疾病的危险性增大。

二、心血管系统

青春发育的末期,心血管机能达到一生的顶点,心脏重量已接近成年人,心室壁肌肉增厚,心肌纤维更富有弹性,心肌的收缩更有力,每搏排出60~70mL的血量。正常心率为60~100次/min,一般女性心率略快于男性,而男性的心脏收缩力强于女性,每搏排出量也多于女性。心血管系统受情绪的影响较大,情绪激动时,心率随之加快。具有良好的心肺功能可使青年人生活虎、朝气蓬勃。

三、消化系统

随着年龄的增长,胃肠的消化酶分泌明显增加,肝功能及胃肠运动能力达高峰。青年处于代谢旺盛期,热量消耗多,对食物营养的要求也更高,这一时期消化功能最强。如果一般人每天需从食物中摄取2500卡的热量,那么一个20岁左右的年青人则需3000卡,甚至更多。饥饱失常或暴饮暴食则容易产生消化系统疾病。

四、运动系统

随着年龄的增长而增强,表现在肌肉、脂肪及骨骼等生长发育。而生长发育受性激素的调节,雄性激素的作用使肌肉发育,肌细胞增长增大、收缩力增强;雌、孕激素的调节作用,使女性脂肪组织发育。男性肌肉重量占体重的40%,女性肌肉重量是男性肌肉重量的60%。女性脂肪重量约占体重的20%。生长发育还受营养、运动、遗传、疾病及环境等因素的影响。处于发育期的青年人应重视营养的摄取,注意体育锻炼。我国20岁左右的年青人平均体重:男性为60kg,女性为53kg。

五、神经系统

脑组织是神经系统的中枢,脑的发育表现在脑容量及重量上,男性在20~25周岁、女性在20周岁时脑重量最重,约1500g,已达到成人水平。脑组织内部结构及机能上迅速发展,不断分化,趋向成熟,大脑皮层的兴奋与抑制已具有很高的平衡,特别是第二信号系统的发育,随着知识学习与社会实践结合,思维活动也随之增加。此阶段,内分泌系统的活跃发育,神经系统生长的不平衡,思维认识尚未定型,使之情緒容易激动,神经系统容易疲劳,思维认识易受到他人的影响。适当地启发、引导,培养多方面的兴趣,会对脑发育有促进作用,使脑组织及神经系统功能发展达到更高阶段。

六、内分泌系统

人体的内分泌系统是内分泌腺及某些脏器中内分泌组织所形成的一个体液调节系统,其主要功能是在神经支配和物质代谢反馈调节基础上释放激素,从而调节体内代谢过程、脏器功能、生长发育、生殖与衰老等许多生理功能,维持人体内环境相对稳定以适应复杂多变的体内外变化。随着内分泌系统迅速成熟,身体各系统的功能更趋于完善。

七、生殖系统

性发育包括性腺、性器官、第二性征的发育和性功能。青年人经过了青春期后,性发育已趋于成熟。女性内外生殖器官发育为成人型,第二性征明显,体态显现出女性典型的曲线美。正常情况下,18岁的女性均应经过了月经初潮。男性内外生殖器官也发育完善,具有第二性征表现,正常发育情况下,18岁以后的男性应已有遗精史。有研究报道,性器官的发育和性机能的完全成熟,通常要到23岁左右。我国提倡男性25岁、女性23岁以后结婚,不但符合国情,也是有生理学依据的。因此,青年人在此期间,要注意生殖健康,避免生殖系统疾病。

第二节 青年人心理特点

青年人是一个朝气蓬勃的非常独特的群体,他们有着很多相似的生活经历,多处于学习知识、社会经历较少阶段。但由于他们来自不同的家庭,不同的地方,有着不同的人格特征,因此,每个青年人都有其不同之处,其心理发展具有独特的群体特点。

一、心理需求不断增长

青年心理的发展是以其生理为基础的。随着生理机能的逐渐完善,在心理需求上也不断提高。主要表现为:

(1)对丰富多彩的文化生活的渴望。除了本专业知识外,他们大多还涉猎非专业领域的知识,希望通过多种形式开拓自己的知识视野。

(2)心理发展不断完善。主要是青年人人格的完善和高尚情操的培养。社会通过各种办法和手段以满足青年人求知的欲望,为青年人提供发展其才能、扩展其知识结构的多种机会。

(3)心理发展适应社会。以人的社会成熟为标志,即个体对自己在社会舞台所处的角色及所担负的社会责任有正确的认识。社会化程度的提高,取决于个体的社会实践活动。青年人由于对真正的社会生活没有深刻的了解,他们的社会实践活动比较肤浅,因而,青年人的社会成熟需要更多的时间。所以,在此期间,要有意识地参加更多社会实践活动,以促进自己的社会成熟尽早完成。

二、智力发展达高峰

青年时代,由于大脑已充分发育成熟,因而智力也发展到高峰。此阶段是智能发展的黄金时期,其注意力、记忆力、思维力、动作与反应速度、知觉能力均已达到较高水平,青年人一般思维灵敏、观察敏锐、记忆力强、想象丰富,而且通过专业训练、系统学习,抽象逻辑思维能力得到充分的发展,分析问题、解决问题能力增强。但是由于心理成熟度还较低,他们的认识结构和思维方法比较简单;社会经验不够丰富,对所观察和接触的事物难免出现主观片面、固执己见、盲目自信的现象。

三、自我意识进一步增强

自我意识是指人对自身的认识及对周围事物关系的各种体验。自我意识是认识、情感、意志的综合体,是心理过程中一个极为重要的方面。自我意识的发展不仅与年龄有关,而且还与人的知识水平有关。青年人所处的年龄阶段及所具备的文化水准,决定了青年人对自我形象的理解是丰富多彩的,他们注重对自己进行体察和分析,注重内省,注重探求自己微妙的内心世界,力图理解自己的情感、心理变化,自觉地从各方面了解自己,塑造自己的形象,设计自我的模式;人际关系意识增强,力求了解别人对自己的评价;自尊心、自信心和独立感明显增强;顽强、坚毅、做竞争中的强者等优良的心理品质获得较大发展。但是青年人由于生活阅历较浅,与社会有一定的距离,社会实践能力不强,他们在谈论、评价、思考社会问题时,往往带上幻想的色彩,不能十分切合实际。他们对事物的认识,表现出一定的片面和幼稚,不能深入、准确、全面地认识问题。甚至也有不少人表现为自命不凡、脱离集体、追求虚荣、个人主义倾向以及形成逆反心理,这是青年人十分重要的一个心理特点。

四、丰富的情感、不稳定的情绪

人们都有着丰富而又复杂的情感世界,人的情绪、情感又总是和需要相联系的。青年人的需要多而强烈,而且他们的内心体验随着文化层次的提高、社会实践的增多、思维的发展,情感越来越丰富。同时青年人的追求有其独特性,而他们的价值观念尚不平衡、不稳定,时常处于波动、迷惘、抉择之中,其心理成熟又落后于生理成熟,因而青年人的情感是不稳定的,情绪变

化起伏较大,易受周围环境变化的影响,心境变化快。学业、生活、人际关系等都会引起情绪的波动,容易偏激、冲动。青年人既热情奔放,有着丰富、复杂而又强烈的情感世界,又容易偏激和冲动,行为表现具有二重性。这种特点使青年人既可以做出轰轰烈烈的英雄业绩,也可以因一时莽撞而发生某些过激行为。

五、性意识的发展

性意识是个体心理发展极为重要的一个方面。对青年来说,性意识是影响心理健康的重要因素。青年人生理发育已基本完成,所以性意识的明朗化与进一步发展都是正常的。爱情将成为青年人情感体验的一个重要方面,他们追求异性和选择配偶的欲望随年龄的增大而逐渐增强,多数人表现出积极接近异性,希望同异性交往,在异性面前表现自己的才能并引起对方对自己的注意,盼望选择一个理想的对象作为终身伴侣。青年人对异性关系的认识,大都是健康的。少数青年人,过早谈恋爱,往往不能很好地处理爱情与学业的关系,加之对异性带有较强的理想主义色彩,出现热恋影响学业,失恋不能自拔,陷入消极悲观的境地,对学业以至前程产生较大的影响,也是心理发展上的一个突出特点。

六、社会需求迫切

由于接受系统严格的专业训练,青年人与社会的接触较少。也正因如此,他们渴望加入社会的愿望更为迫切。他们关注着社会,评判着各种社会现象,并希望自己能加入进去,按照自己的想法去改变各种令人不满的现象。青年人迫切希望自己学有所用,希望在社会生活中体现自己的价值与力量。正是在此推动下,青年人渴望投入到社会实践中去实现自身的价值。这种迫切的社会需求与青年人生正在形成的价值相互作用,是他们将来走向社会的重要心理依据。这一心理特点支配、指导着青年人的学习态度,从而对青年时代的生活质量产生重要的影响。

第二章 青年人自我保健

第一节 青年人自我保健的含义

一、自我保健

自我保健强调的是人们在卫生保健中的主观能动性,强调每一个人保持自身健康的能力和强化自身的抗病能力,这是医学服务的发展趋势。对青年人来说,自我保健是提高青年人健康素质的重要法宝,只有身心健康,才能保证学业、工作顺利完成,使自己成为对社会有用的人。

二、青年人自我保健

所谓青年人自我保健是指青年人开展的群众性的依赖自身努力的保健活动,是青年人自觉地进行各种从健康角度出发的自助和互助活动。在层次上,青年人自我保健包括个体水平和群体水平两个方面:个体水平是指青年人在医疗机构和医务人员的指导下,对自己和他人进行的医学照顾。群体水平是指学校、单位、社区等所采取的一系列有关促进自我保健的决定和措施。在内容上,青年人自我保健包括维护健康、预防疾病、自我诊断、自我治疗以及在医疗机构诊治后的各种卫生保健的个人继续。在方法上,青年人自我保健是建立在健康教育的基础上,开展体育锻炼,注意营养平衡,重视起居卫生,重视心理训练和心理调节,进行行为矫正等一系列自我管理、自我观察、自我评价、自我调节的卫生保健措施。因此,从性质上说,青年人自我保健的根本目的是保持和促进健康水平,纠正不良行为和生活方式。

目前,许多青年人缺乏自我保健意识,他们平时对自己的健康并不很重视,有些人生活无规律,晚睡晚起,饥饱失常,暴饮暴食,久坐于电脑前,不参加户外活动,不合群,不与同学、同事及朋友交往,导致身心发展不健康。但是一旦患病后,依赖大医院的思想又比较严重,一般小病小伤在社区医院诊治不感满足,非要到大医院才放心。在就诊过程中,迷信名医生,轻视年轻医生,迷信各种高精尖仪器的检查和迷信吃进口药、贵重药。这种现象反映了这些青年人对自己能够掌握健康主动权的重要性缺乏足够的认识,对自己应在健康问题上所负的社会责任缺乏足够的负责精神。因此,自我保健不仅对预防疾病有重要作用,而且即使已患了病,自我保健仍然是十分重要的措施,它能帮助病人发挥主观能动性,能更好地懂得和掌握在医生指导下如何主动配合医生,完成各项治疗计划。

三、开展的自我保健的意义

开展正确的自我保健活动,可使青年人了解和掌握更多的自我保健知识,树立自己是健康的真正主人的信念,从过去单纯地把自己的健康交给医院和医生的做法,转变为交给自己,转变为在不患病时就应积极地参与规划自己的健康行为。

青年人自我保健有利于提高心理素质和社会适应能力。因为自我保健重视锻炼、营养、睡眠、休息、娱乐等各种生理调节,更重视心理状态和社会适应对健康的重要作用,学会对自己情绪的自我控制和调节,学会淡化受到的各种精神压抑,消除紧张,预防和减少心理刺激,改变不良的心理环境,矫正不良的行为和生活方式,重视人的精神和社会化,努力提高社会适应能力。

自我保健是实现“人人健康”的重要措施。世界卫生组织提出的所谓“人人健康”并不是指人人都不患病,而是指达到最高可能的健康水平。要实现这一战略目标,必须通过自我保健。我们相信,随着青年人自我保健的进一步加强,必将有利于培养青年人良好的心理素质和社会适应能力,有利于培养更多更好的社会合格人才。因此,学校、社会和政府要积极关注和支持青年人自我保健工作的开展。

第二节 如何培养青年人的自我保健能力

一、接受健康教育

健康教育是最廉价的保健对策,符合预防为主战略方针,是卫生保健的第一要素。可通过开设健康教育讲座,在青年人中普及常见疾病及传染病、运动生理、营养与卫生、心理健康与心理疾病等科学知识,强化人们的健康意识。青年人要主动接受健康教育,并不断付诸实施。据估计我国具有保健知识的人不足 10%,普及健康教育,实现“人人享有保健”后,至少可使就诊病人减少 1/3。美国麻省理工大学的大学生,接受健康教育后,二年内节约治疗感冒的费用 4620 美元。还有报道,上呼吸道感染病人采用自我保健措施后,求医人数减少了 44%。

二、建立良好的生活习惯

不吸烟,不酗酒,均衡饮食,适当地锻炼身体,爱好清洁,注意安全,注意维持心理、生理健康,劳逸要适度,生活要有规律,心胸豁达,情绪乐观,与人为善,自尊自爱。青年人通过日常生活的调节,改变不良习惯,学会放松自己的心情,锻炼社会适应能力,使个性更臻完善。

1. 饮食保健

青年人正处于长知识、长身体的关键阶段,一定要保证足够的营养素,充足的热能,丰富的蛋白质,均衡营养、科学膳食非常重要。由于蛋白质、维生素不能在体内大量储存,所以一日三餐营养分布一定要合理,要根据青年人的学习、生活特点来安排饮食。纠正偏食,暴饮暴食,节假日聚餐等不良饮食习惯,讲究饮食卫生。

2. 体质锻炼

每个人在体力活动中表现出来的力量、速度、耐力、灵敏性、柔韧性统称身体素质,是学习和工作的基础。只有“持之以恒”,坚持锻炼,才能增强体质。突击锻炼对增进体质没有任何益处。“循序渐进”是体育锻炼的最佳方案,开始时运动量不宜大,精神要放松,逐渐增加强度,青

青年人只有具备健康的体魄,才能提高智力活动的效率,增强抵抗疾病的能力。

3. 合理睡眠

青年人要把学习和休息安排得当,休息可以坐着、躺下、散步、有节制地进行各种活动,不能几天连续工作不休息,也不能整天“闷头睡大觉”。合理的睡眠,以保证精神饱满,能更好地进行一天的学习和工作为标准,一般一天睡8小时左右即可,但个人的睡眠时间可以有所不同,不要强求一致,但只要把学习和休息安排好,紧张与松弛交替,劳逸结合即可。

4. 心理自我保健

即保持心态稳定,维持心理健康。要自知、自爱、自信、自尊和自强,必须克服失落感、消极颓丧、自暴自弃的思想,树立良好的自我意识,能正视现实,认识自己;有良好的适应能力,善于在实践中总结经验;有良好的人际关系,树立正确的价值观。要时刻认识到,现实社会永远不会是十全十美的,我们要正视现实,把现实融于生活中,抱负要切合实际,要正视现实对个人愿望的差距,对自己评价过高或过低,便会对自己形成压力;如果对自己认识不深刻,难以面对现实,其最终结果是导致自我否定,对其身心健康产生严重威胁。

5. 戒烟、戒酒

吸烟是一种“慢性自杀”行为,已知与吸烟有关的疾病有肺癌、膀胱癌、支气管炎、肺气肿、冠心病等,我国香烟消耗量占世界第一。据估计全国约有2亿人在吸烟,吸烟不仅危害本人健康,而且还可以通过“被动吸烟”危及他人,青年人吸烟者不乏其人。在节假日、朋友生日聚会等场合喝烈性酒者也不少,酒后斗殴,酒精中毒,也时有发生,这都对健康极为不利。因此,青年人戒烟、戒酒,养成良好生活习惯是非常重要的。

第三章 内科常见疾病

第一节 急性上呼吸道感染

急性上呼吸道感染(acute upper respiratory infection)是指自鼻腔至喉部之间的急性炎症的总称,是最常见的感染性疾病。该病预后良好,有自限性。

【流行病学】

全年皆可发病,冬春季节高发,任何年龄、性别、职业和地区均可发病,学校、人群密集处发病率更高。主要通过含有病毒的飞沫或被污染的用具传播,多数为散发性,但可在气候突变时流行。由于病毒的类型较多,人体对各种病毒感染后产生的免疫力较弱且短暂,且无交叉免疫,同时在健康人群中存在病毒携带者,故一个人一年内可多次发病。

【病因及发病机制】

1. 感染因素

急性上呼吸道感染 70%~90%是由病毒引起,主要有流感病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒、腺病毒、鼻病毒、埃可病毒、柯萨奇病毒等。细菌感染可直接或继病毒感染之后发生,以溶血性链球菌为多见,其次为流感嗜血杆菌、肺炎链球菌和葡萄球菌等。

2. 气候因素及生活环境

寒冷的气候、气温骤变、淋雨等是急性上呼吸道感染的主要诱因,冬春季节由于气温低,开窗通风少,因此本病冬春季节发病率高,且易于流行。

3. 全身或呼吸道局部防御功能降低

此时,原存在于上呼吸道或从外界侵入的病毒或细菌可迅速繁殖,引起本病。体质弱者、有慢性呼吸道疾病如鼻旁窦炎、扁桃体炎者,更易患病。

【临床表现】

根据病因及临床表现不同,可有不同的临床类型。常见类型有:

1. 普通感冒

普通感冒又称急性鼻炎或上呼吸道卡他,多为鼻病毒引起,次为副流感病毒、呼吸道合胞病毒、埃可病毒等。该型起病较急,初期有咽干、咽痒、烧灼感或咽痛,发病同时或数小时后,可有喷嚏、鼻塞、流清水样鼻涕,2~3天后变稠。少数患者也可出现流泪、味觉迟钝、呼吸不畅、声嘶、轻度咳嗽等。一般无发热及全身症状。查体可见鼻腔黏膜充血、水肿、有分泌物,咽部轻度充血。如无并发症,一般经 5~7 天痊愈。

2. 病毒性咽炎和喉炎

(1)急性病毒性咽炎。是由鼻病毒、腺病毒、流感病毒、副流感病毒等引起,临床症状轻,可有咽部发痒和灼热感,但疼痛较轻。如咽部疼痛明显,常提示有链球菌感染,咳嗽少见。查体可见咽部轻度充血。

(2)急性喉炎。多为流感病毒、副流感病毒及腺病毒等引起,临床症状为声嘶、讲话困难、咳嗽时咽喉疼痛,常有发热、咽痛或咳嗽。体检可见喉部水肿、充血、局部淋巴结轻度肿大。

3. 细菌性咽-扁桃体炎

多由溶血性链球菌引起,其次为流感嗜血杆菌、肺炎链球菌、葡萄球菌等引起。起病急,临床症状较重,主要有明显咽痛、畏寒、发热。体检可见体温可达 39°C 以上,咽部明显充血,扁桃体肿大、充血,表面可见黄色点状渗出物,颌下淋巴结肿大、压痛。

【实验室检查】

1. 血象

病毒性感染,白细胞计数多为正常或偏低,淋巴细胞比例升高。细菌感染,白细胞计数与中性粒细胞增多和核左移现象。

2. 病毒和病毒抗原的测定

它是判断病毒的类型、区别病毒和细菌感染的方法,可用免疫荧光法、酶联免疫吸附检测法。血清学诊断和病毒分离鉴定,细胞培养及药物敏感试验可确定细菌类型并选择敏感抗生素。

3. 胸部 X 线检查

一般无异常发现。

【诊断和鉴别诊断】

1. 诊断

根据病史、流行情况、鼻咽部的症状和体征以及发热情况和全身症状,结合周围血象和胸部 X 线检查可作出临床诊断。细菌培养和病毒检测,可作出病因诊断。

2. 鉴别诊断

(1)过敏性鼻炎。临床症状很像普通感冒,但病人常有家族史及过敏性疾病史。接触过敏源后出现鼻腔发痒、频繁喷嚏、流清水样鼻涕、鼻塞等。发作数分钟至 $1\sim 2\text{h}$ 内痊愈。检查:发作期,鼻黏膜苍白、水肿,鼻分泌物涂片可见嗜酸性粒细胞增多;间歇期,半数以上病人的鼻黏膜可恢复正常。

(2)流行性感。常有明显的流行特征。起病急,全身症状较重,高热、全身酸痛,但鼻咽部症状较轻。病毒分离或血清学诊断有助于鉴别。

(3)急性传染病前驱症状。如麻疹、脊髓灰质炎、脑炎等在患病初期常有上呼吸道症状,如在这些病的流行季节或流行区要密切观察,随着病情的进展及必要的实验室检查,可作出鉴别。

【治疗】

1. 一般治疗

休息、忌烟、多饮水、保持室内空气流通、进食易消化清淡饮食。

2. 抗菌、抗病毒治疗

呼吸道病毒感染目前尚无特效抗病毒药物,如有细菌感染,可根据病原菌选用敏感的抗菌药物。临床常选用青霉素、头孢菌素、大环内酯类或氟喹诺酮类。

3. 对症治疗

可选用含有解热镇痛及减少鼻咽充血和分泌物的抗感冒复合剂或中成药,如对乙酰胺基酚(扑热息病)、双酚伪麻片、银翘解毒片等。

【预防】

1. 坚持有规律的体育活动,增强体质,劳逸结合,生活规律。
2. 保持室内清洁,注意室内通风,寒冷季节注意保暖。
3. 注意传染性呼吸道疾病患者的隔离,防止交叉感染。

第二节 急性气管-支气管炎

急性气管-支气管炎(acute tracheobronchitis)是由感染、物理、化学刺激或过敏等引起的气管-支气管黏膜的急性炎症。常见于寒冷季节或气候突变之时,也可由急性上呼吸道感染迁延而来。各年龄组均可发病。

【病因及发病机制】

1. 感染

可由病毒或细菌直接感染。也可因急性上呼吸道炎症的病毒或细菌的蔓延引起本病。常见致病菌为流感嗜血杆菌、肺炎链球菌、肺炎球菌、葡萄球菌等。

2. 物理化学因素

吸入过冷空气、粉尘、刺激性气体或烟雾(如二氧化硫、二氧化氮、氨气、氯气等),对气管、支气管黏膜急性刺激亦可引起。

3. 过敏反应

常见的致敏原(花粉、有机粉尘、真菌孢子等)的吸入;钩虫、蛔虫的幼虫在肺部的移行;或对细菌蛋白质的过敏,均可引起气管、支气管的过敏性炎症反应。

【临床表现】

1. 症状

起病较急,全身症状一般较轻,可有发热、体温 38℃ 左右,多于 3~5 天降至正常。常先有急性上呼吸道感染症状(如鼻塞、喷嚏、咽痛、声嘶等)。当炎症累及气管、支气管黏膜,则出现咳嗽、咳痰,一般先为干咳或少量黏液性痰,后可转为黏液脓性或脓性、痰量增多,咳嗽加剧,偶见痰中带血。咳嗽和咳痰可延续 2~3 周才消失,如迁延不愈,日久可演变成慢性支气管炎。如大气管发生痉挛,可出现程度不等的气促。

2. 体征

呼吸音多正常,双肺可有散在干、湿性啰音。啰音的部位常不恒定,咳痰后可减少或消失。

【实验室和其他辅助检查】

1. 血常规

白细胞计数和分类多无明显改变。细菌感染较重时,白细胞总数和中性粒细胞增高。痰涂片或培养可发现致病菌。

2. X 线检查

大多表现正常或仅有肺纹理增粗。