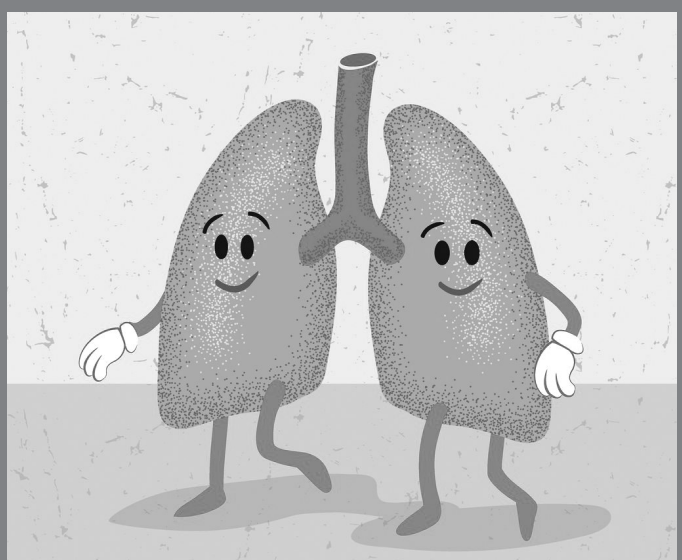
2021年，82岁的吴先生因出现发热、严重咳痰、咳嗽等症状前往乐山市中医医院肺病科就诊。经过诊断分析，吴先生本身患有慢性阻塞性肺炎，由于年纪较大，身体健康状况较差，免疫力低下，在日常生活中不慎感染了曲霉菌，患上感染性肺炎。在医院进行抗真菌治疗后，吴先生痊愈出院。

日常生活中，我们如何鉴别、预防肺炎？市中医医院副主任医师朱健伟为大家讲解科普肺炎知识。

识别感染源 保护好你的肺



保护好你的肺 资料图片 请作者与本报联系，以奉薄酬

肺炎分类

朱健伟介绍，广义上来说，发生于肺部的炎症反应可以统称为肺炎。一般来说，肺炎指肺泡、远端气道和肺间质的感染性炎症。

根据病因分类，肺炎可以分为感染性肺炎、化学性肺炎、放射性肺炎等大类，其中感染性肺炎包括病毒性肺炎、细菌性肺炎、真菌性肺炎等，大多数肺炎以感染性肺炎为主。爆发于2019年的新型冠状病毒肺炎就是一种急性感染性肺炎，与一般的肺炎相比，新冠肺炎传染性更强，病毒传播范围更广，少数新冠肺炎患者可能进展为重症肺炎。

化学性肺炎指吸入对下呼吸道有毒、有害物质，如胃酸、胆汁和造影剂造成的肺部损伤；放射性肺炎指正常肺组织受到放射线照射而产生的无菌性炎症，常发生于患者进行放疗后。

肺炎也可根据患病环境分为社区获得性肺炎与医院获得性肺炎。社区获得性肺炎指在医院外罹患的肺实质炎症，包括在入院后48小时内发病的肺炎，常见病原菌为肺炎链球菌、支原体、衣原体、流感病毒等。医院获得性肺炎是指患者入院时不存在，也不处于潜伏期，入院48小时后在医院内发生的肺炎。常见病原菌为铜绿假单胞菌、鲍曼不动杆菌、肠杆菌科细菌、耐甲氧西林金黄色葡萄球菌等。

肺炎症状

肺炎有哪些主要症状呢？朱健伟表示，咳嗽、咳痰、气紧一般是肺炎最早出现的症状，之后逐渐出现发热、全身酸痛、乏力、食欲不振等全身症状，症状严重时会有呼吸急促、呼吸困难甚至呼吸衰竭等症状。

“肺炎好发于儿童及老人，有呼吸系统慢性疾病的患者也是肺炎的好发人群。”朱健伟表示，儿童及老年人免疫力较年轻人低下，是肺炎的易感人群，有基础肺病的患者肺部感染容易反复发作。

“曲霉菌、念珠菌、毛霉菌、隐球菌等容易引起肺部感染的病菌在我们的日常生活中很常见，它们会存在于隔夜、霉变食物里，被污染的空气里，甚至在使用长期没有清理的空调后，房间的冷空气里也会有霉菌菌团。”朱健伟提醒，肺炎的易感人群要避免接触有霉菌存在的环境，隔夜、霉变的食物不能食用，在人群密集的环境中要做好防护措施。

积极预防

那么是否健康的人一旦接触了致病霉菌就会感染肺炎？朱健伟介绍，“一般需要接触霉菌和免疫力低下两个条件同时存在，才会导致感染肺炎，无基础疾病，免疫力较高的人群感染肺炎的概率较低。”

因此，朱健伟提醒大家，要想预防肺炎，日常生活中加强锻炼、增强体质、加强自身免疫力很重要，日常要多摄入高蛋白、高纤维食物，饮食要新鲜清淡，有心肺基础疾病的人群在秋冬季节要特别注意保暖御寒，流感高发季节避免长期处于人群密集区域。

此外，朱健伟还介绍，注射肺炎疫苗、流感疫苗也是预防肺炎的有效措施。

记者 王倩

乐山市召开2022年下半年征兵体检业务培训会

培训会现场

本报讯（记者 戴余乐 摄影报道）为进一步做好今年下半年征兵体检工作，根据省、市征兵体检工作要求，近日，乐山市2022年下半年征兵体检业务培训会召开。

会上，市征兵体检组主检、市人民医院风湿免疫科主任王焰，分别就征兵体检标准、各科目不易把握的体检问题、案例分析等进行培训，并对各地提出的在征兵体检过程中遇到的相关问题进行答疑。

会议指出，各地各单位要提高政治站位，高度重视征兵体检工作。各县（市、区）卫生健康局要根据疫情防控要求，督促指导征兵体检医疗机构切实做好征兵体检疫情防控，务必保证流程优化，减少人员聚集。各地必须选派政治素质高、业务能力强、廉洁操守好、经验丰富的医务人员参加体检，确保体检队伍纯洁可靠。各地要通过培训、考核，让参检的每位医务人员熟悉掌握体检标准和程序，熟练操作征兵体检信息化管理系统，确保人人过关。各县（市、区）卫生健康局、征兵体检医疗机构，要增强责任意识，压实主体责任，层层细化任务，扎实保障征兵体检质量。市卫生健康委要组织督查组在全市开展征兵体检工作督查，加大督查力度，强化考核检查，确保征兵体检质量。

夏季游泳消暑 应警惕腺病毒

炎炎夏日，扎堆泳池戏水是常见消暑方式。然而，近期，四川、福建等多地陆续出现了儿童游泳后高烧，感染腺病毒的事件。

对此，乐山疾控提醒，警惕潜伏在泳池中的腺病毒。一旦儿童出现持续高热、剧烈咳嗽、气促等严重症状，应及时去医院就诊，积极配合治疗。

儿童尤需注意腺病毒感染

据悉，腺病毒是哺乳动物腺病毒属的一大类无包膜双链DNA病毒，1953年首次被发现。该病毒一共有A–G 7个亚属，至少113个基因型，引起多种疾病。

腺病毒常年流行，夏季高发，它是急性呼吸道传染病的常见病原之一，会造成呼吸系统、肠胃道以及眼结膜等多种组织感染。临床上，腺病毒可感染各年龄段人群，通常症状较轻。但儿童、免疫系统较弱或慢性呼吸系统疾病、心脏病等患者感染后引发严重疾病的风险较高。腺病毒的潜伏期一般在2到21天，由于发病病症和普通感冒较类似，容易被忽视。

乐山疾控提醒，目前还没有腺病毒相关的疫苗，也没有针对它的特效药。所以家长要格外注意，避免让孩子们接触到腺病毒。

建议2岁以下儿童尽量不去公共泳池

泳池导致腺病毒传播的主要原因是游泳池潮湿，其湿度和温度很适合细菌繁殖和病毒传播。尤其是缺乏阳光直射的室内游泳馆，如果没有经过严格的紫外线或含氯消毒剂消毒（腺病毒需要紫外线照射30分钟以上，或者使用含氯的消毒剂才能灭活），当腺病毒携带者进入泳池后，游泳池内的儿童直接或间接接触被污染的水、物品等，就可能造成腺病毒感染。

因此，建议家长尽量不要带2岁以下儿童去公共泳池游泳，对于确实有游泳需求的孩子，家长应做好以下防范措施，尽可能避免感染风险。

选择水质合格的正规游泳场所，游泳前冲洗身体。

游泳前观察池水是否清澈，水中有无漂浮物，池底是否有沉淀物等。

游泳时佩戴泳帽、佩戴泳镜，尽量避免用手搓揉眼睛，不吞咽泳池水，不与他人共用毛巾、浴巾等公用物品。

游泳后及时用流动的清洁水冲淋清洗身体和漱口。

家长让孩子学习游泳，是为了强健体魄。但除此之外，家长平时也要有意识地引导孩子补充蛋白质，适当户外活动晒太阳，全面增强孩子的抵抗力。

记者 戴余乐