



全身乏力发热 警惕布鲁氏菌病

日常生活中，有些人在接触动物，或吃了不太熟的牛肉、羊肉后，会出现身体乏力、发热、关节疼痛等症状，此时要注意是否患上布鲁氏菌病。

布鲁氏菌病又叫波状热，是由布鲁氏菌属的细菌侵入机体引起的人兽共患的传染—变态反应性疾病，是《中华人民共和国传染病防治法》中规定的乙类传染病。

布鲁氏菌病原学特点

布鲁氏菌属是一种兼性细胞内寄生的革兰阴性菌，其菌体微小，呈球状、球杆状、短杆状，无鞭毛，不形成芽孢和荚膜。共有12个种，包括羊种、牛种、猪种、犬种、沙林鼠种、绵羊附睾种、鲸种、鳍种、田鼠种、人源种和赤狐种。其中羊种、牛种、猪种和犬种布鲁氏菌可造成人感染。布鲁氏菌与其他常见的细菌不一样，它能躲到人体自身的细胞内，从而躲避免疫细胞的攻击，导致持续的感染。

生病的羊、牛、猪等疫畜

是较为常见的传染源。在我国，羊是主要传染源。病畜的体液、分泌物、流产物污染是主要传染源。

布鲁氏菌对紫外线、湿热状态和常用消毒剂敏感，55℃湿热1小时或60℃湿热10分钟至20分钟、75%酒精、0.1%新洁尔灭和含氯消毒剂可将其灭活。布鲁氏菌对干燥、低温环境有较强的抵抗力，在自然环境中生命力强，在土壤中可存活2天至5天，水中可存活5天至4个月，在奶乳制品、皮毛、冻肉等物品中能长时间生存。

布鲁氏菌病的主要传播途径

人们对布鲁氏菌普遍易感，无性别差异，一年四季均可发病，主要取决于接触机会多少，与病畜、染菌畜产品接触多者发病率高。农民、牧民、兽医、皮毛或奶制品加工人员以及相关实验人员感染率比一般人高。该病主要传播途径为布鲁氏菌经破损皮肤黏膜直接接触感染，其次是消化

道、呼吸道等途径感染。

1.经皮肤黏膜直接接触感染 人直接接触病畜或其排泄物、分泌物，或在饲养、放牧、屠宰、挤奶以及加工皮、毛、肉等过程中没有注意防护，会通过受损的皮肤黏膜感染；也会因间接接触病畜污染的环境及物品而感染。

2.经消化道感染 进食含布鲁氏菌的生奶、奶制品或半生、全生的病畜肉。

3.经呼吸道感染 布鲁氏菌污染环境后形成气溶胶，人吸入被布鲁氏菌污染的飞沫、尘埃而感染。皮毛加工、圈舍打扫以及布鲁氏菌实验室操作人员容易因这种途径感染。

布鲁氏菌病的临床表现

布鲁氏菌病的潜伏期为1周至3周，平均2周，病程长短不一，但通常为数周至数月。早期症状类似感冒，主要临床表现为出现持续数日乃至数周发热（或低热）、多汗、乏力、肌肉和关节疼痛等。

1.发热

发热是最常见的症状，多发生在午后或夜间，反复发热，典型病例表现为波状热，常伴有寒战等症状，部分患者可表现为低热和不规则热型。患者在高烧时神志清醒，自觉尚好，但体温下降时自觉症状加重，这种高热与病况相矛盾的现象为布鲁氏菌病所特有。

2.多汗

多汗是常见的临床表现，急性期病例出汗尤重，体温下降时可出现大汗，常可湿透衣裤、被褥。

3.肌肉和关节疼痛

肌肉疼痛多见于大腿两侧和臀部，可呈痉挛性疼痛。关节痛见于多发性、游走性大关节疼痛，多见于膝、腰、肩、髋等大关节。一些病例还可有脊柱（腰椎为主）骨关节受累，表现为疼痛、畸形和功能障碍等。

4.乏力

几乎所有患者都有乏力疲乏的表现。

5.布鲁氏菌病的症状和体征

多样化，要与其他疾病鉴别，如肝炎、流感、结核病、风湿热等。

布鲁氏菌病的预防

1.从事牲畜饲养、皮毛加工、兽医等职业人群，在工作中要做好个人防护，佩戴手套和口罩等防护用品，避免接触污染物，同时勤洗手消毒，保持工作环境卫生，并定期进行体检。

2.一般人群应做到接触动物后勤洗手；食用鲜牛奶、羊奶时，应加热煮沸后食用，不要饮用散装、无卫生许可的奶；不吃来源不明、未经检疫的肉类；菜刀菜板要生熟分开；吃烤肉或涮牛肉、羊肉时，要把肉煮（烤）熟透后再吃，不吃半生不熟的牛羊肉制品。

3.如出现长期反复发热、多汗、关节疼痛等可疑症状，要及时到正规医疗机构就诊，并告知医生接触史。

（广西科技大学第一附属医院医学检验科 张连喜）

经常熬夜 小心患上突发性耳聋

24岁的小毅（化名）刚参加工作，连着好几天熬夜赶工，突然一天早上他感觉左耳嗡嗡作响，有耳闷堵感，随后发现左耳听不到声音了。经诊断，这是一种耳鼻喉急症，名为突发性耳聋。

近年来，随着生活节奏的加快，年轻人由于学习工作压力大，生活作息不规律，发生耳聋的病例越来越多。

什么是突发性耳聋

突发性耳聋是指72小时内突然发生的、原因不明的感音神经性听力损失，简称突聋，也称特发性突聋。大部分突发性耳聋患者为突然发生的（通常在几个小时或者一两天时间内）单侧听力损失明显，也可能双侧同时受影响，往往伴随着耳鸣、耳堵塞感、眩晕、恶

心等症状。

突发性耳聋发病有轻有重。听声音比较费力或需要调高音量的，一般是轻中度症状；打电话什么都听不到就是比较重的症状，听力损失一般已大于70分贝。

突发性耳聋的具体原因尚未完全明确，病毒感染、内耳供血障碍、内耳代谢异常、强烈声音刺激、神经元损伤等因素都有可能其诱因。

哪些人群易得突发性耳聋

1.患有高血压、高血脂、糖尿病、血液黏稠度高等疾病的中老年人，因为情绪剧烈波动、过于劳累、气温气压突然变化、生活规律改变等因素都可能导致内耳供血不足，引起突发性耳聋。

2.青年人因熬夜、工作生

活压力大，出现过度劳累、精神紧张、生活不规律等，或有不良的耳机使用习惯、受到突然的噪声刺激等，都可引起耳蜗动脉的痉挛，进而影响内耳血供，诱发突发性耳聋。

3.儿童发病多与病毒感染有关。

突发耳聋怎么办

1.紧急就诊 一旦出现突聋症状，一定要及时到医院耳鼻喉科就诊，72小时内开始治疗效果较好。如果病史超过1个月，则会因内耳毛细胞的损伤，造成永久的听力伤害。

2.做相关检查 突发性耳聋常会对凝血功能、心血管、免疫反应、神经系统、代谢等造成影响，应进行针对性检查。同时展开耳镜、纯音听阈检查（电测听）及声导抗检查、前庭功能检查等。

3.治疗方法 使用扩张血管药物，结合神经营养类药物、糖皮质激素等。针对有基础疾病患者时，同时对患者的血糖、血压等进行监控及治疗。

预防突发性耳聋

1.养成良好的生活习惯 注意劳逸结合，勿过度劳累。长时间熬夜、睡眠不足等都是诱发突发性耳聋的因素，合理的安排工作和休息时间，调整作息规律，尽量避免熬夜。保持情绪稳定，避免情绪起伏过大。同时加强锻炼，增强体质，注意避免感冒，预防病毒感染。

2.均衡饮食 确保摄入足够的营养，特别是富含抗氧化剂的食物，如蓝莓、菠菜等，有助于保护耳内细胞免受氧化应激损伤。此外，控制盐分和糖分的摄入，避免高脂饮食，因为这些不良饮食习惯可能增加心血管疾病的风险，而心血管健康与听力功能密切相关。

3.定期进行耳部检查 当出现耳鸣、听力下降等症状时，应及时就医。早期发现、治疗耳部疾病，可以有效防止病情恶化，避免突聋的发生。

4.合理使用耳机 避免使用耳机听音乐或接电话时音量过大，长时间高音

量刺激会损伤耳毛细胞。建议采用“60 60原则”，即播放设备的音量不超过最大音量的60%，连续听的时间不超过60分钟，给耳朵适当的休息。

5.及时治疗慢性病 有高血压、高血脂、糖尿病等慢性病的患者，要及时治疗，一旦出现听力下降或耳鸣，要及时去医院就诊。

6.保护健侧耳 对于已经患突发性耳聋并且治疗后患耳仍然不具有实用听力水平的患者，建议重点保护健侧耳，日常尽量远离噪声，避免接触耳毒性药物（如庆大霉素、链霉素等），避免耳外伤和耳部感染。

突发性耳聋是不容忽视的病症，它可能给我们的生活带来极大的困扰。如果您发现自己有听力损失、耳鸣、耳堵等相关症状，请及时就医，早治疗、早干预，越早治疗效果越好。同时，我们也要积极预防突聋的发生，从生活的点滴做起，养成良好的作息规律和饮食习惯，保护我们的听力健康。

（广西科技大学第二附属医院 陆珣珣）

推动健康知识普及 提高全民健康素养

健康科普

指导单位：柳州市卫生健康委员会 主办单位：柳州日报社
稿件报送：2971813915@qq.com 电话：13977219936