

得了支原体肺炎需要输液、“洗肺”吗？

近期，儿童支原体肺炎广受关注。患儿什么时候具有传染性？是否需要输液、“洗肺”？担心医院人多能否自行用药？记者在11月12日世界肺炎日到来之际，采访了相关医学专家。

“感染肺炎支原体后，在开始发烧前有几天的潜伏期，这时患者就具有一定的传染性。”北京大学第三医院儿科副主任医师周薇表

示，戴口罩能在一定程度上预防感染，但让儿童一直严格规范地佩戴口罩并不现实。少去人员密集的密闭公共场所、屋内勤通风换气、学校定期打扫消毒、增加户外活动等，都对预防感染有所帮助。

得了支原体肺炎是否最好输液治疗？周薇表示，有些家长认为静脉输液优于口服治疗，实际上没有这样的结论。应根据患儿的病情选择治疗方式，重症肺炎的患

儿可以选择静脉输液，而大部分患儿属于轻症，可以口服药物治疗。

针对家长担心的“洗肺”操作，周薇介绍，“今年支原体肺炎的患儿进行肺灌洗治疗确实比较多。肺灌洗有严格的操作指征，比如患儿出现了肺不张、局部实变，甚至有坏死和痰栓形成等非常严重的炎症反应，这时可能需要在支气管镜下进行肺灌洗，让气道通畅，同

时在镜下也可以看到肺部病变的程度。”

除了支原体，细菌、病毒也都可以导致肺炎。北京胸科医院呼吸科主任叶寰提示，肺炎患者常有发烧、咳嗽、呼吸困难等典型症状，低龄儿童和老年人尤其要注意防范。建议65岁以上老年人和儿童接种肺炎疫苗，尽管目前没有针对肺炎支原体的疫苗，但肺炎疫苗可对多种肺炎球菌起到

预防作用。

专家提示，针对不同病原体引起的肺炎，用药选择也有所不同，比如对于支原体肺炎，青霉素和头孢类抗生素没有效果，最常用的是大环内酯类的抗生素。怀疑感染肺炎的患者应及时到医院就医，确诊后进行有针对性的治疗，避免“自行服用抗生素”等盲目用药情况。

新华社北京11月12日电

新闻链接

肺炎预防知多少？

支原体肺炎、细菌性肺炎……肺炎种类颇多，不仅是全球儿童死亡主要原因之一，也对其他各年龄段人群构成威胁。

肺炎一般指肺部感染性炎症，临床症状包括咳嗽、发热、呼吸困难等，严重时可致死亡。病毒、细菌、支原体、衣原体、真菌等病原体都能引起肺炎。导致肺炎的常见病毒包括流感病毒、呼吸道合胞病毒等；引发细菌性肺炎的常见病原体包括肺炎链球菌、金黄色葡萄球菌等；近期多发的支原体肺炎则是由名为肺炎支原体的微生物所致。这些可能导致肺炎的病原体常通过呼吸道飞沫、密切接触等方式传播。

虽然所有人都可能感染肺炎，但5岁以下和65岁以上人群以及慢性病患者、吸烟者感染肺炎的风险更高。根据联合国儿童基金会2023年公布的数据，目前全球每年有超过72.5万名5岁以下儿童因肺炎死亡，其中包括约19万名新生儿。也就是说，全球每43秒有一名5岁以下儿童死于肺炎。

采取预防措施可以减少肺炎的发生。一些会导致肺炎的细菌和病毒感染可通过接种疫苗预防，如接种流感疫苗、肺炎球菌疫苗等，但目前并非所有种类肺炎都可以通过疫苗预防。

同时，人们可以通过健康的生活方式降低肺炎感染风

险。日常生活中，要做到勤洗手，多通风，咳嗽或打喷嚏时尽量遮住口鼻，必要时戴口罩；在呼吸道疾病流行季节，应减少前往人群聚集场所，注意消毒；尽量做到均衡饮食、适当运动、充足休息、不吸烟等。此外，母乳喂养有助预防新生儿肺炎。

专家提醒，有些人感染肺炎后症状轻微可以自愈，但如果病情严重一定要及时就医，在医生指导下使用药物，切忌盲目用药。例如，由于肺炎支原体没有细胞壁，对青霉素、头孢类等作用于细胞壁和阻碍细胞壁合成的抗生素有天然的耐药性，因而并不建议使用这些抗生素治疗。

新华社北京11月12日电

我国学者提出治疗阿尔茨海默症的新思路

记者从江南大学获悉，该校胥传来教授团队研制出一种手性颗粒，有望用于治疗阿尔茨海默症。相关研究成果10日发表在《自然·衰老》上。

胥传来告诉记者，此次，团队基于手性原理，研制出一种新型手性颗粒，让患有阿尔茨海默症的实验小鼠服用该型颗粒三个月后，小鼠的行为学表现明显改善，说明其认知能力得到提升。研究人员又对小鼠的脑部切片进行荧光染色，发现服药小鼠的神经炎症因子减少了近九成。

研究人员将服药小鼠的肠道菌群移植到其他患病小鼠的肠道中，发现受体小鼠的认知能力也有所恢复。多学科综合分

析的结果显示，小鼠服用该型颗粒后，血清中的吲哚乙酸含量大幅提升。

据论文通讯作者、江南大学教授匡华介绍，团队研究发现，新型左手性颗粒经口服进入小鼠肠道后，能够调节肠道中的益生菌，促进色氨酸代谢为吲哚乙酸。

“我们利用同位素标记法，又证实了吲哚乙酸能够穿越血脑屏障，进入脑组织，改善脑部免疫微环境，抑制神经炎症，从而修复神经元功能。”匡华说。

胥传来表示，目前人类尚未找到能够彻底战胜阿尔茨海默症的药物。此次团队基于手性原理尝试干预肠道菌群，有望为治疗相关神经退行性疾病提供新思路。

据新华社南京11月10日电

天气转冷 谨防骨病“找上门”

立冬已至，气温骤冷。记者了解到，近日到医院就诊的颈肩疼、腰腿病、关节炎患者明显增多。天津医院运动损伤与关节镜二病区主任医师黄竞敏提醒市民，注意保暖，适当运动，谨防骨病“找上门”。

肩颈疼痛、关节炎等是冬季的高发骨病之一，老年人、长期缺乏锻炼的职场人更易中招。“天气转冷后，前来就诊的骨病患者明显增多，比平时增加了20%至30%左右。”黄竞敏介绍，天气转冷，血管收缩，血液循环变差，导致骨骼或局部组织供血不足、淋巴回流系统受阻，从而出现局部组织水肿、关节僵硬疼痛等症状，甚至造成运动功能受限。

黄竞敏说，老年人需要特别注意寒冷天气对骨关节的影响，不少老年人都有骨质疏松和肌肉减少的问题。肌肉是维护关节稳定的有力保障，但从35岁开始，肌肉质量每年以1%至3%的速度减少，70岁以上的老年人肌肉量减少加剧。骨骼肌质量降低，加之血管遇冷收缩，加重了关节的活动能力减弱，甚至容易摔倒造成骨折。

对于长期伏案的职场人，黄竞敏提醒，因肌肉疲劳、血液循

环调节能力降低，加之关节之前的一些损伤如半月板、韧带、软骨、肩袖损伤等没被重视，关节出现不缓解的疼痛和功能受限，应及时得到专业医生的诊查。

入冬之后，黄竞敏建议提早做一些针对性预防措施可以有效避免常见骨病的发生。

一要注意保暖。特别是颈肩背部、双膝关节等部位，保护局部血液循环，减轻因血运障碍导致的骨关节疼痛。

二要适当运动。谨慎选择运动方式和强度，长期伏案者可用升降桌，或做米字等颈部操。居家者提拉弹力带或伸举矿泉水瓶，锻炼肩关节周围肌肉；床上交替抬腿，完成股四头肌的收缩锻炼。肌力强者还可靠墙蹲马步，进行肌肉的收缩练习。

三要科学饮食。戒烟限酒，多食蛋白质和含钙量高的食物，如肉类、牛奶、豆类，以及新鲜的蔬菜水果等抗氧化食物。同时充足睡眠，多晒太阳，补充钙及维生素D，防止骨质疏松。

四要专业诊治。不要轻信网传的各类妙招，切勿盲目跟风购买按摩器材，三个月内症状无缓解，一定要到正规医院找专业医生诊治。

新华社天津11月10日电

白头发为什么越拔越多？研究成果拿下这项“搞笑”科学奖

提起科学奖项，你能想到的是什么？晦涩难懂的专业名词，还是让人一头雾水的定理公式？11月11日晚，一个不一样的科学奖项——菠萝科学奖颁奖典礼在浙江温州举行。看看往年获奖项目的关注领域，你就能知道这个科学奖项为什么如此与众不同。恐龙会不会得颈椎病，打哈欠为什么会传染，果蝇有什么择偶偏好，男人长胡子的作用是什么，婚礼份子钱计算公式怎么写……和传统奖项关注重大前沿科研成果相比，菠萝科学奖显得格外活泼亲民，甚至有些“搞笑”。

这是一个“向好奇心致敬”的奖项。菠萝科学奖表彰的是获奖者丰富的好奇心和想象力，这是推动科学进步的重要原动力。

今年的获奖项目同样充满了风趣幽默。在医学奖中，获奖者纽约大学格罗斯曼医学院博士后孙祺就对“白头发越拔越多”这个古老传闻产生了兴趣。为了解开其中的奥秘，她和团队花了两年时间，反复拔实验老鼠背上的毛，有的被她拔秃，有的黑老鼠生生被拔成了黑白花老鼠。

最终经过显微镜观察和基因研究发现，毛发反复被拔，毛囊内负责提供黑色素的干细胞难免“忙中出错”，日积月累就真的罢工了。这项研究不仅证实了一个口口相传的流言，也揭示了毛发变白的机制之一。凭借着对古老传闻的求真精神和拔秃老鼠的实验魄力，孙祺和她的同伴最终获颁医学奖。

菠萝科学奖的获奖项目看

似“搞笑”，但其背后的研究过程毫不含糊。每个成果都凝聚着科研工作者严谨求实的科学精神，其中更不乏含金量高、应用前景广阔的重要成果。例如，本届发明奖的获奖成果“不会挂壁的马桶”是华中科技大学教授苏彬团队从猪笼草中找到的灵感，研发出新型材料制作而成。其缩小版产品通过了脏水、酸奶、蜂蜜、面糊和合成粪便全方位无死角的考验。并且在被砂纸摩擦1000多次后，依然“片叶不沾身”，耐磨度远超此前材料。在生产生活中具有广泛应用前景。

菠萝科学奖不仅面向科研成果，也同样嘉奖科普工作者、关注重大科学事件。2019年，《科学》杂志曾刊登过一篇行为经济学调查，将夹带电子邮箱信息的钱包故意“丢”在公共场所，通过“电子邮件回复率”来度量公民的诚信度，结果中国在所谓“诚信排行榜”上位列倒数第一。对于这样的结论，中

国研究者普遍认为该实验设计有明显缺陷，决定用科学手段回应《科学》。15所大学100多位师生自发组织起来复制实验，结果发现更多中国人会通过电子邮件以外的手段联系失主、归还钱包，实际归还数量接近八成。这场行动既反驳了对我国民众缺乏诚信的“指控”，也向学术界展示了中国科学家的行动力和严谨性，因此获得了科学事件奖。

菠萝科学奖秉持“向好奇心致敬”的精神，用充满科学性、知识性、趣味性的科普内容和形式为全球科学家、科学爱好者构建交流合作平台，激发受众尤其是青少年的想象力和好奇心，拉近民众与科学之间的距离，吸引更多人关注科学、关注科普。未来，菠萝科学奖将继续以民众喜闻乐见的科普形式深耕厚植科普土壤，做好科学教育加法，让高质量科普激发更多科学热情。

据《科技日报》