

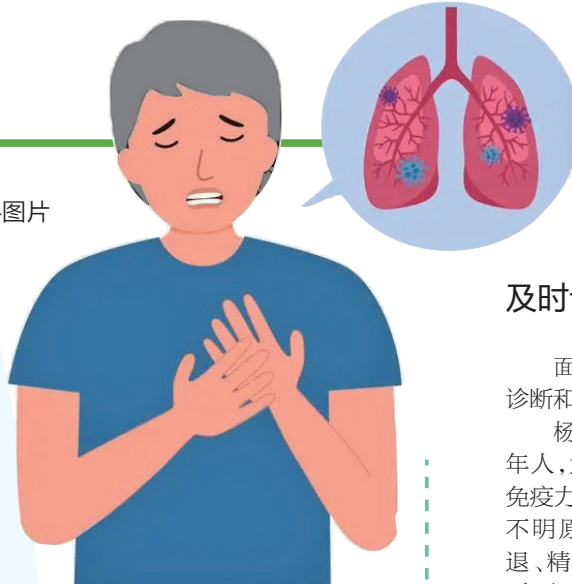
沉默≠无害 这种肺炎竟在老人体内“静音作案”

记者 王琳

在日常生活中,有一种肺炎常常悄无声息来袭,它不像普通肺炎那样伴有剧烈的咳嗽、高烧等症状,却可能在不知不觉中对我们的健康造成严重威胁,这就是老人健康的隐形杀手——沉默性肺炎。

宁夏医科大学总医院呼吸与危重症医学科主任医师杨霞指出,沉默性肺炎因其症状隐匿、不典型,极易被患者和家属忽视,导致病情延误,严重时可危及生命。

资料图片



及时诊断,科学治疗

面对沉默性肺炎,及时诊断和科学治疗至关重要。

杨霞医生指出,对于老年人,尤其是有基础疾病、免疫力低下的老年人,出现不明原因的乏力、食欲减退、精神状态变差等症状时,应高度警惕沉默性肺炎的可能。建议及时就医,进行胸部影像学检查和血氧饱和度监测,以便及早发现病症。

一旦确诊为沉默性肺炎,应尽早开始治疗。治疗措施包括以下几个方面。氧疗:对于血氧饱和度较

低的患者,应及时给予氧疗,必要时进行机械通气;抗感染治疗:根据病原体类型选择合适的抗生素或抗病毒药物;免疫调节治疗:对于部分患者,可以使用糖皮质激素等药物调节免疫反应;支持治疗:包括保持患者呼吸道通畅,纠正水电解质紊乱、营养支持等。

杨霞医生也强调:“沉默性肺炎的治疗需要根据患者的具体情况制定治疗方案。同时,患者和家属要积极配合医生治疗,才能取得良好的治疗效果。”

早期症状通常不典型

从以上两个病例可以看出,沉默性肺炎的早期症状往往不明显,容易被忽视。

杨霞医生进一步解释,沉默性肺炎患者,早期可能仅表现为轻微的咳嗽、乏力、食欲减退、精神状态变差等。有些患者甚至完全没有呼吸道症状,而是以消化系统症状为主,如恶心、呕吐、腹泻等。这种不典型的症状表现,使得患者和家属很难将其与肺炎联系起来,就容易延误诊断和治疗。

“沉默性肺炎发展到一定程度时,患者会出现明显的呼吸困难、呼吸频率增加、血氧饱和度下降等表现。”杨霞医生补充道,“严重时,患者可能出现意识障碍、昏迷,甚至多器官功能衰竭,危及生命。”

该病可对老人身体造成诸多伤害

除了上述症状外,沉默性肺炎还会对老年人的身体造成多方面的伤害:长期缺氧会导致心脏负担加重,引发或加重心力衰竭;还会影响大脑功能,导致认知障碍、记忆力下降;此外,还会削弱患者的免疫力,增加感染其他疾病的风险。

75岁的李阿姨,在确诊沉默性肺炎后,由于治疗不及时病情迅速恶化,出现了意识模糊、呼吸衰竭等症状,最终需要气管插管和机械通气治疗。杨霞医生指出:“沉默性肺炎如果得不到及时有效的治疗,会对患者的健康造成严重影响,甚至危及生命。”

病例回放

老人活动后气促、精神萎靡 一查竟是肺炎

78岁的张奶奶平时身体硬朗,前段时间有些咳嗽,家人以为老人是普通的上呼吸道感染,并未太在意。然而,随着时间的推移,张奶奶逐渐出现活动后气促、精神萎靡的症状,食欲也明显下降。直到有一天,张奶奶在家中突然晕倒,家人紧急将她送往医院。经过详细检查,医生发现张奶奶的血氧饱和度极低,胸部CT显示双肺弥漫性病变,最终被确诊为沉默性肺炎。

“张奶奶的案例很典型,老年人对缺氧的敏感性下降,咳嗽、发热等典型肺炎症状不明显,容易延误诊断。加上老人有基础疾病,使得病情迅速恶化。”杨霞医生分析说。

另一位患者是82岁的王爷爷,他平时患有慢性阻塞性肺疾病。近期,他出现了比平时更明显的呼吸困难,嗜睡情况增多,日常活动也变得有些吃力,但家人并未重视。直到家人发现老人嘴唇发紫,才意识到问题的严重性,立即将他送医。检查发现,王爷爷的血氧饱和度仅为80%(正常范围为95%~100%),确诊为重症沉默性肺炎。

杨霞医生强调:“像王爷爷这样的慢阻肺患者,本身就是沉默性肺炎的高危人群。呼吸困难加重、嗜睡、嘴唇发紫都是缺氧的表现,需要及时就医。”

积极预防很重要,接种疫苗保健康

对于沉默性肺炎来说,预防尤为重要。那么,老年人及其家属应该如何预防沉默性肺炎呢?

杨霞医生建议,老年人应定期进行体检,特别是进行胸部CT和血氧饱和度监测,这样可以及时发现肺部病变。同时,老年人要积极治疗基础疾病,如慢性阻塞性肺疾病、糖尿病、心血管疾病等,这些

疾病都会增加沉默性肺炎的风险。

接种肺炎球菌疫苗和流感疫苗也是预防沉默性肺炎的重要措施。

此外,老年人应保持良好的生活习惯,如均衡饮食、适当运动、充足睡眠等,这些都有助于增强抵抗力。日常生活中,家属应密切关注老年人的身体变化,发现异常及时就医。

小贴士

家庭护理助力肺炎康复

当老年人患有沉默性肺炎时,除了积极配合医生治疗外,家庭护理也至关重要。以下是一些家庭护理建议。

保持室内空气流通:定期开窗通风,保持室内空气新鲜。

鼓励患者多喝水:多喝水可以稀释痰液,促进排痰。

协助患者排痰:可以通过拍背、振动等方式协助患者排痰。

监测血氧饱和度:定期监测患者的血氧饱和度,发现异常及时就医。

注意营养支持:给予患者高蛋白、易消化的饮食,增强营养摄入。

保持良好的心态:鼓励患者保持积极乐观的心态,有利于病情的恢复。