

别不重视！ 这7种病没有症状反而更危险

身体如果有不适症状，大家往往都会很重视，并积极治疗。但有时候，一些疾病并没有很明显的症状，也不会对生活造成影响，往往被人们忽视……殊不知，有些疾病没有明显症状时反而更危险！

无症状的高血压

不少人认为，只要不“头痛”“头晕”，血压高点应该也没什么大碍，不用担心，也不用治疗。

实际上，高血压并不是总会让人有明显的不适感。高血压患者中，只有少数人会发生头痛、头晕。高血压常被称为“隐形杀手”，因为它可能在你毫无察觉的情况下，悄悄对身体产生影响。

高血压长期得不到控制，会对全身多个器官系统产生深远的影响，即使没有明显不适，血管、心脏、肾脏、眼睛、大脑等器官也在慢慢承受着高压带来的损伤，最终可能导致严重的并发症。

因此，积极控制血压，按医嘱服药，保持良好的生活方式非常有必要。

无症状的高血脂

不少人认为，血脂异常没有明显症状，不用太在意。这可是个危险的想法！

血脂异常往往是无声无息的“隐形杀手”，长期不控制可能导致动脉粥样硬化、心脏病、中风等严重疾病。动脉粥样硬化是因为“坏胆固醇”(LDL-C)在动脉壁上沉积，形成斑块，导致血管狭窄和硬化，严重时可能完全堵塞血管，造成心肌梗死或脑卒中。

因此，即使感觉身体一切正常，也要定期检查血脂，早发现早治疗，别让它有可乘之机。尤其是有高血脂家族史、肥胖、糖尿病、高血压等风险因素的人群，更应定期体检。

无症状的高尿酸

在临床中新发现的高尿酸患者中，有一大部分人都从未出现过相关症状，这在医学上被称为无症状的高尿酸血症。但无症状并不代表不需控制和处理，相反由于人们的忽视，这种情况可能更加危险。

这是因为，被诊断为高尿酸血症，就说明血液中尿酸浓度可能超过了其饱和度，开始结晶析出了。而这种尿酸盐结晶，才是发展为痛风的罪魁祸首。更可怕的是，尿酸盐结晶还会悄悄沉积在肾脏，引起痛风性肾病、肾结石，甚至导致肾功能衰竭。

可见，不管有无症状，当血尿酸超标到一定程度，它对人体的伤害就开始了。降尿酸，刻不容缓，一定要及时就医，且时刻保持良好的饮食习惯及生活方式。

无症状的心脏病

心脏病是一种常见的慢性疾病，它通常在长期不知不觉中发展，而没有任何明显的症状。这种情况被称为无症状心脏病，也称为隐性心脏病。

由于缺乏明显的症状，患者往往不会及时就医，导致病情的延误和治疗不及时。一旦发展为有症状的心脏病，患者可能会出现心绞痛、心肌梗死等严重后果。此外，无症状心脏病还可

能增加患者发生脑梗死、肾衰竭等并发症的风险。

需要强调的是，无症状心脏病并非完全没有症状，而是症状不明显或被忽略。最多见的是上腹部不适(甚至表现为胃疼)，可伴有恶心、呕吐、腹胀，有欲排大便的感觉；也可以表现为颈部和肩臂痛、下颈痛、牙痛、咽痛，或咽部有梗阻感等，可谓是千奇百怪，如果在日常生活中出现上述不适，应引起重视并及时就医。

无症状的脂肪肝

临床上许多脂肪肝患者，在早期或中期并不会出现什么症状，甚至有少数的脂肪肝患者就算是发展到了脂肪性肝炎、早期肝硬化的时候仍然没有临床表现，这是因为肝脏缺少痛觉号称“哑巴”，但其实肝脏已经受到了损害。可见脂肪肝的严重程度往往与其临床表现轻重是不一致的。

脂肪肝虽然最初没有症状，但损害已经悄无声息地发生了！初期为单纯性脂肪肝，肝细胞被脂肪撑大变性，像吹气球一样最后被撑破；肝细胞肿胀、炎细胞浸润、使肝小叶结构被破坏；转氨酶升高，炎症因子增多发展成脂肪性肝炎；如果脂肪性肝炎不及时治疗，肝细胞反复破坏、修复，就会慢慢形成纤维和疤痕，发展为肝纤维化(肝硬化早期)，进而形成肝硬化。

无症状的低血糖

有些患者在发生低血糖时，没有任何先兆症状，称之为“无症状性低血糖”，因为没有症状，所以难以察觉，患者常常在不知不觉中陷入昏迷，特别是一些老年人，容易被家人误认为是睡着了，而延误了抢救。

正因如此，“无症状性低血糖”更加可怕，对患者身体的伤害更大，长时间低血糖会导致严重脑损害，严重者会导致植物人，甚至付出生命的代价，被称为糖尿病患者的“无形杀手”。

无症状的胆囊结石

胆囊结石症状发作时，患者常常会因为耐受不了剧烈的疼痛，迅速前来治疗。但是，往往那些与患者长期和平相处、相安无事的无症状性胆囊结石，容易被忽视，但危险系数却不低！

胆囊内有结石，但没有疼痛、恶心、呕吐等不适症状，这种情况在医学上被称为“无症状性胆囊结石”或者“静止性胆囊结石”。

无症状胆囊结石就像一枚潜伏在人体内的“定时炸弹”。最大的危害莫过于，因为没有疼痛、恶心、呕吐等症的胆囊结石，可能会悄悄地隐匿发展为胆囊癌，造成不可挽回的后果。

因此，即便是无症状性胆囊结石患者，依然应该积极检查和治疗，建议定期进行B超检查，一般是每半年检查一次。患者切莫因为无症状而忽视其危害。

据央视新闻

孩子发热怎么办？ 专家教您快速应对



进入冬季，气温骤降，一些小朋友出现发热症状后，家长往往十分紧张和焦虑。儿童发热应如何应对？记者采访了华中科技大学同济医学院附属协和医院儿科副主任、主任医师彭华。

彭华介绍，适当的发热对机体有益，是机体对抗病原体所展现的生理防御机制。每一次生病，都是病原体和机体对抗的过程，当孩子病愈后机体就会产生病原体相关抗体，使免疫力逐渐提升。所以，不必过于紧张。

判断儿童是否发热，彭华推荐使用电子体温计进行腋下测量。37.5到38.0摄氏度为低热，38.1到38.9摄氏度为中度发热，39.0到40.9摄氏度为高热，大于等于41摄氏度为超高热。通常高热时半小时到1小时测一次体温，超高热时需增加测温次数。而中低发热且孩子体温稳定、精神尚可时推荐2到4小时测一次。如发现孩子体温或病情变化，需随时测量体温并记录。清晰掌握孩子病情变化，对医生判断病情有极大的帮助。

哪些原因易引起孩子发热？可分为感染性和非感染性，其中较多见的是感染性发热，以病毒和细菌感染最为常见。由于病原体存在显著的季节规律，家长可根据季节采取预防措施，比如冬春季天气干燥易于病毒在空气中传播，是儿童呼吸系统疾病高发期，可通过外出戴口罩、减少去人群聚集处来预防。夏秋季气温高、湿度大，是肠道病毒传播的高发季节，可以通过让孩子注意手卫生、少去公共游乐场来预防。

如果孩子发烧了，如何应对？彭华说，发热过程可分为3个阶段：体温上升期、发热持续期、退热期。体温上升期多表现为畏寒、寒战甚至皮肤苍白等，这时室内温度维持在18到20摄氏度为宜，避免空气气流直吹；适当添加衣服或盖被子，注意保暖的同时不宜裹太紧、太厚；家长可以用手揉搓孩子的手足，促进血液循环；用温水擦澡，不要用酒精擦浴。发热持续期，孩子皮肤潮红而灼热，呼吸及脉搏加快，应多饮温水、注意散热。退热期，孩子大量出汗，皮肤温度逐渐降低，应及时补充温水或电解质液，如体温骤降可增加衣服保暖。

如何吃退热药？如果发热对孩子作息、玩耍、饮食及精神无影响，不需要急着给孩子喂退热药。当2月龄以上儿童体温大于等于38.2摄氏度并伴明显不适时，可采取药物退热，推荐使用对乙酰氨基酚；6月龄以上儿童，退热药推荐使用对乙酰氨基酚或布洛芬；2月龄以下儿童禁用任何解热镇痛药退热。不推荐对乙酰氨基酚和布洛芬交替使用退热。两次服用退热药间隔应在4到6小时。

儿童发热，若表现为单纯体温升高，口唇颜色正常、神志清楚、哭声有力、热退后精神反应良好，无其他伴随症状，可在家观察，同时用多喝水、温水浴、减少衣物等物理方法退热，必要时可口服退热药。但若有其他症状，如无法进食或饮水、面色苍白、持续高热不退、抽搐等则需尽快就医。

据人民日报一撇一捺微信公众号