

德叔
医古系列
525



广州中医药大学副校长、广东省中医院院长 张忠德教授

女孩感冒后反复发热 中医施妙招为她解困

羊城晚报记者 林清清 通讯员 沈中 刘云涛

医案:小蓝,女,25岁,反复发热4月余

一次看似平常的感冒后,在广州求学的北方姑娘小蓝开始陷入“低热循环”中。体温总在午后悄悄爬升至37.5℃上下,随之而来的,是两侧太阳穴如被细绳勒紧般的胀痛,以及一种身体被掏空的疲惫。

起初,小蓝以为只是感冒后身体恢复得慢。但日子一天天过去了,症状却并未减轻:入睡困难易惊醒,食欲一落千丈,小便黄,大便干。她试

用过各种茶包调理,发热似乎退去一些,身体却陷入新的混乱:心慌、胸闷、胃胀、反酸接连出现。连月经都“乱了方寸”,出现剧烈痛经、腰酸腿胀、经血色暗夹血块等症状,令她难以忍受。4个月来,她像怀抱一个隐形的火炉,在焦虑与虚弱中煎熬。听说德叔擅长治疗疑难杂症,她走进了广东省中医院甄氏杂病流派门诊,向德叔求助。

德叔解谜:表邪羁留,郁而化热

小蓝发热是因外感治疗不当所致,表邪未尽,稽留肌腠,郁而化热。德叔提醒,感冒治疗时如果过度心急,清热太过,不仅容易耗损肺气、损伤脾胃,还容易使邪气被郁闭在体内;而如果发汗太过,则易引起体表防御功能减弱,再次感受外邪。邪气郁闭日久化热,则出现小便黄、大便干等看似上火的症状;扰动心神,便会失眠。如果

因为发热继续盲目清热,更损伤脾胃、耗损阳气,进一步出现纳差、胃胀反酸、痛经、经血暗且有血块等不适。治疗时,德叔以清透余热、固护卫表、健脾温冲为主。治疗1个月后,小蓝发热渐退,头痛、胃肠不适、胸闷心悸等症状消失。继续平调五脏调治,小蓝月经恢复规律,痛经、眠差等问题也大幅改善。

预防保健:护强脾胃,姜敷肚脐

夏秋之交,人体易受外邪侵袭,日常需牢记“强脾胃、防外邪”。脾胃偏弱的人群,可以用生姜热敷肚脐(神阙穴):将生姜切成硬币大小,微波炉加热或炒热,温热时敷于肚脐。肚脐部位皮肤较薄,

血管丰富,局部温热可促进腹部血液循环,调节自主神经功能,而姜辣素等成分通过皮肤吸收后,有助于缓解腹部不适、改善消化功能。早晚温差增大,需注意防寒保暖,尤其颈项及脚部。

德叔养生药膳坊:益气透邪饮

材料:太子参10克,紫苏叶10克,桑叶3克,红枣(去核)3枚。

功效:祛邪固表,健脾和中。
适宜人群:适合自汗怕风、食欲不佳等人群。

烹制方法:诸物洗净,一起放入锅中,加适量清水,大火煮开后继续煮30分钟,代茶饮。



有问题问德叔团队? 扫码入群可提问

给鼻咽喉镜装上“AI导航”

中国团队研发出全球首款AI电子鼻咽喉镜

头颈癌筛查中最关键的电子鼻咽喉镜检查,长期依赖医生个人经验。在基层医院,初次诊断误判率高达30%。患者往往因此错过最佳治疗时机。如今,这一困境有望被破解。中山大学附属第一医院耳鼻喉科雷文斌教授团队联合上海交通大学医学院附属瑞金医院向明亮教授团队、镜影科技有限公司,成功研发出全球首款集检查质量控制、精准诊断与医生教学于一体的AI电子鼻咽喉镜。

AI嵌入检查全过程

电子鼻咽喉镜是头颈癌确诊链条中的核心环节——医生将带摄像头的软管经鼻腔或口腔进入,观察鼻咽、咽喉等部位,通过图像判断是否存在炎症、息肉或可疑肿瘤。然而,“检查质量与诊断准确性高度依赖医生经验”,雷文斌指出,基层医疗机构因训练程度和病例积累不足,漏诊、误诊时有发生。与传统AI仅在“检查结束后辅助判读”不同,雷文斌教授团队、向明亮教授团队等研发的AI电子鼻咽喉镜将智能能力直接嵌入检查全过程。系统基于3630例鼻咽喉镜检查视频深度学习训练,可在常规白光检查中实时识别关键解剖位点,并即时反馈三项核心信息:检查覆盖是否完整、当前检查进度、已用检查时间。一旦发现疑点区域,系统会现场提示医生重点关注。“这就像给内镜装上了一个‘AI

导航’,”雷文斌形容,“它不再只是拍得清,而是让每一次检查都能查得全、判得准,甚至教得会。”

覆盖率显著提升

为验证系统效果,研究团队开展了一项前瞻性、双中心、随机对照试验。结果显示,使用ENDOVIDA-BNT(基于人工智能的电子鼻咽喉镜)辅助的试验组,其解剖位点覆盖率显著高于常规检查组,且并未明显增加检查时间。更值得关注的是,该系统对不同经验水平的医生均有帮助,对初级医生的检查规范性提升尤为明显。

这意味着,即使经验相对不足的基层医生,在AI辅助下也能完成接近高年资专家水平的规范检查。相关研究成果已发表于国际知名期刊(npj Digital Medicine)。

提供“中国技术路径”

在科研突破的基础上,雷文斌教授团队联合镜影科技加速成果转化,成功实现1360万元发明专利转化,成功实现1360万元发明专利转化,成功实现1360万元发明专利转化——推进医疗器械临床研究成果转化”项目。

今年2月,该系统以全球首款AI电子鼻咽喉镜的身份,亮相迪拜世界健康博览会,为全球鼻咽喉癌防治提供了全新的“中国技术路径”。

羊城晚报记者 陈辉 通讯员 李芸

本版统筹:羊城晚报记者 李可欣

“开学第一课”:预防流感 阻断传播

专家建议,搭建“卫生习惯+疫苗+药物”三位一体的完整防控闭环

羊城晚报记者 张华

秋季开学,校园人员密集,流感防控成为校园安全的中中之重。近日,由广东省教育厅、广东省卫生健康委员会等多部门指导的2026年秋季“开学第一课”开课。这堂面向全省超2000万师生及家庭的安全教育公开课,以“预防流感 阻断传播”为主题,邀请省内权威儿科感染专家,拆解流感防控要点,呼吁家庭、学校协同发力,筑牢校园健康屏障。

流感不是普通感冒

中国疾控中心最新流感监测数据显示,今年夏季南方流感活动强度明显高于往年同期。广东5月流感报告病例已达到今年1月冬季高峰水平,6月单月发病27.4万例,位列丙类传染病首位。近期全国流感流行毒株正从B型向甲型H3N2转换,南方占比已超过50%。

不少家长容易把流感和普通感冒混为一谈。广州医科大学附属妇女儿童医疗中心增城医院副院长、感染性疾病科主任徐翼教授在课堂上提醒,二者不能等同。“流感是流感病毒引发的急性呼吸道传染病,症状往往很重,患者会出现持续高烧,还伴随乏力、咳嗽、咽痛、浑身肌肉酸痛等全身表现,整体病情要比普通感冒厉害得多。”徐翼说,流感传染性强,患者以及没有明显症状的隐性感染者,都可以通过飞沫、接触造成病毒扩散,所有人都属于易感人群。

学校、托幼机构是流感暴发的主要区域。中山大学附属第三医院儿童医学中心主任陈壮桂教授介绍,国内每年上报的流感聚集性疫情,90%以上都发生在校园和托幼场所,流感流行高峰期,儿童群体年感染率甚至可达50%

左右。

“孩子免疫系统还在发育,感染流感之后不仅病程更长、症状更重,5岁以下低龄儿童发生重症、住院的风险会显著升高。”陈壮桂告诉记者,部分重症患儿会发展成重症肺炎,病死率高于普通肺炎,还可能合并呼吸窘迫;流感相关脑病发病急、死亡率高,这也是儿科始终高度警惕儿童流感的关键。

陈壮桂表示,儿童不只是流感的易感者,更是病毒传播的重要一环。孩子生病不仅耽误上课,家长也需要请假陪护,病毒还会顺着家庭链条进一步扩散。

治疗有“黄金窗口”

不少家长存在认知误区,觉得流感治疗只是为了退烧、缓解不舒服。徐翼强调,儿童流感治疗的核心,除了改善症状,更要着眼于阻断传播,患者发病后的48小时是抗病毒治疗“黄金窗口”。

“只要确诊流感,或是出现流感样症状,同时有流行病学接触史,就要尽早启动抗病毒治疗。”徐翼介绍,奥司他韦、玛巴洛沙韦都是临床常用抗流感药物,其中,玛巴洛沙韦配有儿童干混悬剂,口味接受度更好,全程只需要口服一次,患儿服药依从性更高,可以在

24-48小时内抑制病毒复制,减少病毒对全身器官的损伤。

“体内病毒载量降下来,传给身边人的概率自然就变小。在学校这种集体环境里,治疗和阻断传播要同步做,才能保护同学和家人。”徐翼表示,从单纯对症治疗,转向“治疗兼顾阻断传播”,是本次科普希望传递给广大家庭的新理念。

喂药难是很多家庭在对抗流感时绕不开的难题。流感患儿本身就容易出现恶心、肠胃不适,加上部分药物口感苦涩,还要连续多天服药,不少孩子十分抗拒吃药。陈壮桂建议,家长挑选儿童用药时,要综合看适用年龄、剂型口感、服药次数以及不良反应等多个维度。需要注意的是,口服给药是首选,静脉输液只是万不得已的备选方案。

搭建完整防控闭环

徐翼、陈壮桂均认为,流感防控不能只靠生病之后再治疗,要搭建起“卫生习惯+疫苗+药物”三位一体的完整防控闭环。

“做好个人卫生,咳嗽打喷嚏遮挡口鼻,流感高峰期少去人员拥挤场所,教室家里多开窗通风;每年9-10月是接种流感疫苗的好时机,接种后保护力

大概维持8个月,刚好覆盖流感高发季,这是最安全有效的预防手段;家中有人确诊流感,可在医生指导下开展药物预防。”徐翼梳理出三大“预防抓手”。陈壮桂建议,日常要鼓励孩子多户外活动,夯实自身免疫力。流感流行季孩子要尽量少去密闭人流密集场所,外出戴好口罩,勤洗手,改掉揉眼睛、抠鼻孔的坏习惯,切断病毒接触传播的途径。

患儿何时可以返校?专家明确,孩子体温正常、流感相关症状完全消失满48小时,才可以回到校园。

“孩子流感痊愈之后,第一周千万不要急着进行剧烈运动,要警惕心肌炎等并发症。患儿需保证充足午休,家长可以和老师沟通,适当减轻患儿负担,暂缓其做部分作业。”陈壮桂提醒,患儿返校之后依旧不能放松防护,密闭环境坚持佩戴口罩,勤洗手,个人水杯不要混用;桌椅、文具等高频接触位置,可以用酒精湿巾擦拭。饮食方面多补充优质蛋白、维生素C和锌,多喝温水,少吃生冷、高糖油炸零食。

校园端同样要守好关口。专家建议,学校需落实晨午检制度,做好学生健康监测预警,完善疫情处置预案,保障线上线下教学灵活切换,常态化开展传染病科普教育,引导师生科学看待流感。

中疾控发布最新《中国流感疫苗预防接种技术指南(2026-2027)》

建议9-10月完成流感疫苗接种

建议,所有6月龄及以上无接种禁忌的人群均可接种流感疫苗。结合多病共防的防控策略,优先推荐以下8类重点和高风险人群及时接种:医务人员,包括临床救治人员、公共卫生人员、卫生检疫人员等;60岁及以上的老年人;罹患一种或多种慢性病患者;养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工;6月龄至未满5岁的儿童;6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员;托幼机构、中小学校、监管场所等重点场所人群;孕妇。

什么时间接种流感疫苗最佳?《指南》指出,综合我国南、北方的流感流行特点,通常在11月份左右进入冬春季流感流行季,建议在9-10月完成接种;即使此时间段内未完成接种,整个流行季也都可以接种。同一流感流行季,按照免疫程序完成全程接种的人员,无需重复接种。

不同人群接种剂次有何不同?《指南》指出,6月龄至未满9岁儿童,若既往从未接种过流感灭活疫苗,首次接种流感病毒灭活疫苗时,应接种2剂次,

间隔≥4周;若该年龄段儿童既往接种过流感疫苗,则本年度建议接种1剂次。若该年龄段儿童接种流感病毒减毒活疫苗,无论既往是否接种过流感疫苗,仅需接种1剂次。9岁及以上儿童、成年人无论往年是否接种,每年接种1剂次即可。

《指南》提醒,流感疫苗不能100%避免感染,但能够显著降低患上流感后重症、住院的风险。大家可就近前往社区卫生服务中心、预防接种门诊进行咨询预约。

彩票开奖公告栏

开奖时间:2026年9月4日

广东省体育彩票中心 广东省福利彩票发行中心 授权发布

快乐8 第2026237期												
本期销售金额:145211430元(未计深圳市)												
广东省销售金额:13000784元(未计深圳市)												
中奖号码												
02	06	09	13	15	17	18	20	21	30			
37	43	48	51	53	55	58	68	74	77			
奖等				每注金额 (元)		奖等				每注金额 (元)		
选十中十				0		选七中七				8500		
选十中九				8000		选七中六				300		
选十中八				720		选七中五				30		
选十中七				80		选七中四				4		
选十中六				5		选七中三				2		
选十中五				3		选六中六				2880		
选十中四				2		选六中五				2120		
选九中九				250000		选六中四				30		
选九中八				2000		选六中三				10		
选九中七				225		选六中二				3		
选九中六				22		选五中五				1000		
选九中五				5		选五中四				20		
选九中四				3		选五中三				3		
选九中三				2		选五中二				93		
选八中八				800		选四中四				5		
选八中七				80		选四中三				3		
选八中六				10		选三中三				3		
选八中五				3		选三中二				19		
选八中四				2		选二中二				上奖		
选八中三				2		选二中一				4.5		
浮动奖奖金累计金额:62802092.38元												
固定奖奖金累计金额:229239047.70元												
本期兑奖截止日为2026年11月3日,逾期未兑奖视为弃奖,以福彩中心公告为准。												

3D 第 2026237 期			
中奖号码	百位	十位	个位
	8	5	4
奖等		中奖注数(注)	单注中奖奖金(元)
单选		2177	1040
组选3		0	346
组选6		2566	173
1D		267	10
2D		99	104
通选1		2	470
通选2		5	21
包选三全中		0	693
包选三组中		0	173
包选六全中		2	606
包选六组中		4	86
和数17		203	16

本期销售额:3461926元;本期中奖总金额:2726813元;奖金金额:806334元。兑奖期限:自开奖之日起60个自然日内,逾期未兑奖视为弃奖,弃奖奖金纳入彩票公益金,以福彩中心公告为准。

七星彩 第26102期			
本期开奖号码: 1 7 5 5 8 8 + 6			
奖级	中奖注数	单注奖金(元)	应派奖金合计(元)
一等奖	0		0
二等奖	9	46032	414288
三等奖	53	3000	159000
四等奖	2086	500	1043000
五等奖	32449	30	973470
六等奖	1204580	5	6022900
合计	1239177		8612658
全国销售金额:25186278元。290381215.03元奖金滚入下期奖池。本期兑奖截止日为2026年11月3日,逾期作弃奖处理。			
排列3排列5 第26237期			
排列3	9	5	0
排列5	9	5	0 8 1
中奖情况			
	全国销量(元)	本省销量(元)	全国中奖注数
直选			
排列3直选3	45699530	2263366	9754 485 1040
3组选6			0 0 346
排列5	24006208	111	38018 1819 173
35409053.36元奖金滚入下期排列3奖池。13371523.66元奖金滚入下期排列5奖池。本期兑奖截止日为2026年11月3日,逾期作弃奖处理。			

祝福广场

爱的表白·幸福宣言·生日祝福

请洪广告:020-87566523、1362244208

结婚启事

2026年9月5日 农历 七月二十四

王斯达女士

龙程先生

自今日起缔结良缘,从此形影不离,海派相随,直至永远。

谨书鸿笺,以证白头,载明鸳鸯,共鉴此心。

喜结良缘 永结同心

爱的表白·幸福宣言

生日祝福·周年纪念

节日恭贺·毕业纪念