

# 治療感冒真的好嗎？(上)



现代医学发展到如今,已经消灭了天花、干翻了脊髓灰质炎、甚至连肿瘤都快被整成了慢性病,但是有一种病却让它徒呼奈何束手无策,所以你们要问:它是谁?它为何如此难缠?它又为何不能被治愈?它是感冒。感冒是最常见的疾病,没有“之一”,全

球各地的人都是这个疾病的易感人群,据统计表明,一个成年人平均一年大约会发生5次感冒,小孩子就更多了,在此基础上可以翻个倍,如此之多,乃至普通人对它是见怪不怪,并不会以为意,大不了咳几下、打个喷嚏、留点鼻涕么?不打紧!与此呼应,主流医学教科书对“感冒”的介绍也就一笔带过、寥寥数语而已,通常把它列为全书第一疾病,以示医学就是那么简单,快来学。

感冒真的那么简单吗?若非病情轻微,恐怕它还是挺麻烦的,我们不妨来拆解一下。

首先是感冒诊断本身的复杂性。感冒真正的医学名称叫做上呼吸道感染,由于并不特指上呼吸道的哪一个部分,所以感冒不能算是一个疾病,它更倾向于是一组疾病类似表现的统称。在专业层面,确实也没有赋予“感冒”特定的医学诊断编码,因此医生在写病历,也不说“感冒”,而是要么笼统地写上呼吸道感染,或者具体分拆为不同的诊断,如疱疹性咽峡炎,诸如此类。

其次是医学实践上长久以来存在的认知不足问题。每当我们因“咳嗽、流涕”去看病的时候,医生总建议“不用吃药、多喝水就行”,你们当然可以理解成这毛病根本没事

不要担心,科室实际上另一方面隐藏的事实却是:感冒无药可用,能做的就是等着。这句大白话,可以引出一个很重要也充满争议的医学概念,即疾病的自限性(self-limited)。

“自限性”适用于描述一种相对复杂的疾病现象。很多人,包括专业人员,对它的了解可能都止于片面。一般来说,当我们说某个疾病具有自限性的时候,是指这个疾病可“自行转归”,不有赖于药物等外界因素的干预,而当我们把这一理解同症状轻微的感冒联系起来时,势必得出“感冒会自然康复”的结论来,但是若严谨一些,你们将发现,这一论调就有些粗糙,“转归”未必就是“康复”。在现代医学体系中,疾病分析框架大体是“病因、病理、鉴别诊断和治疗”,以此推演可知,“自限”是病因定义不清的必然结果,比如,在一篇讨论“自限性疾病”的论文中,作者认为,“自限”的本质是疾病具有自在的发生发展逻辑,其进程视患病对象的状态而不同,因而不受医疗措施的影响,这表述似废话,但是却指出了,不受医疗措施的影响一定程度上是“果”而非“因”,所以“...疾病的进程可以是康复,也能够导向死亡...”

所以,“自限性”绝不能用于替代现代医学实践下的“轻症”,理解了这一点,再回到“感冒”本身,当医生说“感冒不需要治疗”时,实际含义并非感冒“不用治疗”,而是确实确实“无法治疗”,大体是因为在病因学上,感冒很难或者没有必要被折腾地很清楚,毕竟它症状“轻微无妨”,对普通人来说,并不会导致恶性后果。

大概是巧合,正如感冒其名是“Cold”,西人很早就推测感冒是因“受冷”而起,实际上其实现还是在有很多人,比如我们的父母辈,依然相信感冒的病因是“受冷”,但在医学上,事实却是不能确认感冒与季节/天气存在密切相关性,当然啦,如果换个角度,季节/天气如果不是直接病因的话,难道不能作为病因的某种影响因子?比如,某些情况下寒冷和潮湿是感冒病因(病毒)活跃生长

的优质环境?寒冷对人体,特别是呼吸道免疫功能,有削弱作用?倘若天气寒冷使人群趋于待在室内,则会使病毒传染更常见,这就构成了感冒发生的预防医学层面考量因素。

感冒的间接影响因子之外,想来更有意思的当属直接因素,即上文已提及的病毒。我们常说的“感冒病毒”并非某种特定的病毒,而是一组不少于100种的病毒集团,它们能引起类似的感冒症状(但是可能机制因病毒类型不同而完全不同),其中最常见的是鼻病毒和冠状病毒,这两者几乎构成了90%以上感冒的病因。但是需要注意的是,绝大多数感冒都是混合病毒感染,也就是说,对感冒者的生化标本进行检查,往往可见多种“感冒病毒”的存在。

这种“乱花渐欲迷人眼”的局面构成了感冒治不好的第一个层次:无药可治。消灭感冒就是消灭造成感冒的数千种、数十种病毒,大白话来说,治疗的战术目标太多,缺乏战略层面可用的技术手段,所以无从下手。总不见得根据病毒学分析结果,来给予多种不同药物来杀灭所有病毒吧?这不仅体验很差,实际上可能也确实做不到。

感冒是否需要被治疗?这或许是的第二层次。思考疾病“治疗”的本质,实际上是一此成本-效益分析,从治疗体验、经济负担到效果显著性等维度来说,杀鸡用牛刀并不见得是最优策略。

如果治疗很难或者成本效益为负,是否另有捷径?比如预防?流感疫苗每年都会更新,并且很大程度上能够降低接种者的患病风险,同理,似乎应有感冒疫苗?抱歉,这也做不到,不同于引起流感的流感病毒只有3种亚类,感冒即便是最常见致病源的鼻病毒,也有多达160种以上的亚类,极难预测在下一个周期会以哪一种亚类鼻病毒成为致病主力军,所以感冒治不好的第三个层次是:预防手段用于感冒,不仅战术目标模糊,而且开发疫苗的成本-效益也为负。

(未完待续)

**眼科医生**  
**殷丹 Dan Yin, M.D.**  
 (301)770-2020  
 (Mon-Sat. 急诊24HRS)  
 6333 Executive Blvd, Rockville, MD  
 www.washingtoneyeconsultants.com

- \* 纽约医学院 M.D.
- \* 著名的 New York Eye and Ear infirmary 住院医生
- \* 美国眼科专家文凭
- \* Holy Cross Hospital 眼科主任医生

**一流医院, 一流医术, 一流设备, 一流医护**

- 无刀激光白内障手术
- 近视, 远视, 和散光激光矫正及人工晶状体植入
- 青光眼, 视网膜疾病, 眼睛发炎, 干涩, 眼睑疾病, 角膜损伤
- 糖尿病和高血压眼底检查
- 眼皮下垂修复和眼部美容(包括注射美容填充)
- 定制和验配普通/隐形眼镜

3-089

**维州马州妇产科不孕科**  
 美国妇产科学院院士、德州理工大学医科博士, 爱因斯坦大学主治医师  
 曾任 Johns Hopkins University 妇产科临床副教授 3-109

**颜世莲 Dianna Yan, MD** **俞国贤 Steve Yu, MD, FACOG**

● 每年定期妇女抹片及乳房检查  
 ● 孕妇产前检查、接生、无痛分娩  
 ● 不孕症、输卵管及精液检查; 人工受孕  
 ● 泌尿系统、尿道膀胱感染; 小便失禁  
 ● 子宫、膀胱下垂、脱落; 治疗不用开刀  
 ● 子宫颈瘤; 治疗不用开刀  
 ● 卵巢、子宫囊肿; 切除不用开刀  
 ● 子宫镜扎输卵管; 不用开刀  
 ● 阴道松弛整形  
 ● 减除静脉曲张、蜘蛛胀; 不用开刀

诊所备有最先进超声波扫描、激光, 子宫镜、子宫颈瘤检查, 还有最新 cryotherapy, radiofrequency 和 Leep 设备 (免开刀腹腔镜手术、妇科、泌尿、阴道盆腔整形手术)

**接受各种保险 PPO 和 HMO 自费优惠**

马州 301-963-0900  
 8909 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877  
 维州 703-876-6200  
 8622 B Lee Hwy, Fairfax, VA 22031

**罗迅妍 医师 疼痛康复科**  
**Joan Luo M.D.** Board Certified Physical Medicine & Rehabilitation

- 福建医科大学毕业
- 纽约州立大学研究生
- 国家卫生总署 Fellow
- 国家康复医院住院医师
- 宾州大学附属医院住院医师

Maryland Neurological Institute 及 Ann Arundel Medical Center 主治医生

**主治: 脊椎、神经、关节及肌肉疼痛、车祸、工伤、运动跌打、损伤、头痛及中风后遗症, 神经肌电诊断、各种封闭注射、针灸理疗**

**接受各种医疗保险及车祸工伤保险**  
 预约电话: 301-987-8988 703-738-6127  
 马州 8943 Shady Grove Court, Gaithersburg, MD 20877 355 和 270-8 号出口  
 维州 3601 D Chain Bridge Road, Fairfax, VA 22030 3-032

**裴万征 医师 妇产科**  
**Richard Wanzheng Pei, MD, PhD**  
 703-698-9668  
 starcareobgyn.com  
 聚有十多年临床经验 诊所手术

- 美国妇产科学院院士
- 乔治华盛顿大学医学院临床助理教授
- Robert Wood Johnson 医学院妇产科毕业
- 哥伦比亚大学生理学博士
- 北京医科大学本科及整形外科毕业

○ 产前检查, 高危妊娠护理, 无痛分娩、接生  
 ○ 妇科年检, 各种妇科疑难病症  
 ○ 不孕症查治, 人工受孕, 再接通结扎后的输卵管  
 ○ 设有最先进 3D 彩色 B 超: 检查胎儿和妇科

○ 子宫内腺瘤切除术: 根治经血过多  
 ○ 子宫镜结扎输卵管, 不须开刀  
 ○ 松弛阴道收紧术, 改善性功能  
 ○ 痔疮切除、乳房肿物切除  
 ○ 药物去除静脉曲张和蜘蛛痔

● 微创腹腔镜手术: 子宫及子宫肌瘤切除, 不须开刀  
 ● 妇科泌尿: 治疗尿失禁, 及非感染性尿急和夜尿增多  
 ● 盆腔整形手术: 修复子宫下垂、膀胱脱出、阴道松弛

Fairfax Hospital Office: 3301 Woodburn Rd, Suite 102, Annandale, VA 22003 Next to Inova Fairfax Hospital Tel: 703.698.9668  
 Herndon Office: 106 Elden St, Suite 13, Herndon, VA 20170 Close to Reston Hospital Tel: 703.432.2433 3-049

**MOCH 血液, 肿瘤专科门诊**  
 Montgomery Oncology Care and Hematology

- 美国临床肿瘤学会会员
- Suburban Hospital, Shady Grove Adventist Hospital 专科主治医师
- 美国国立肿瘤研究院 (NCI) 与心、肺、血液研究院 (NHLBI) 血液与肿瘤专科 Fellow
- 哥伦比亚大学医学院附属圣文森特医疗中心内科住院医师

**主治: 乳腺癌, 肺癌, 大肠癌, 胃癌, 肝癌, 胰腺癌, 头颈肿瘤, 肾癌, 前列腺癌, 膀胱癌, 宫颈癌, 卵巢癌, 淋巴瘤, 骨髓瘤等各种癌症及各种血液病**

**王冬梅 医师**  
 DongMei Wang, M.  
 预约电话: 9715 Medical Center Drive, Suite 531, Rockville, MD 20850 (301) 424-9723  
 位于 Shady Grove 医院急诊室右侧的门诊楼内, Metro 及 66, 40, 43 号公车可达 (301) 337-8116

**樊薇 内科医师**  
**Wei Fan MD** 3-115

主治各种内科慢性疾病, 外科, 妇科, 皮肤科常见疾病, 健康体检, 预防接种, 肿瘤普查, 妇科年检。  
 具有多年临床经验, 医术精湛, 认真负责, 耐心周到, 个体化诊疗, 服务社区, 爱心呵护您的健康人生。

● 美国内科学会专科文凭  
 ● 美国内科学会会员  
 ● Shady Grove Adventist 医院和 Washington Adventist 医院内科主治医师  
 ● Hackensack UMC Mountainside 医院内科住院医师  
 ● 北京三零一医院医学硕士  
 ● 北京三零一医院多年主治医师

预约电话: (240)690-4114 或 (301)299-3039  
 门诊地址: 2401 Research Blvd Suite 370, Rockville MD 20850

接受多种保险及自费, 全面接受新病人 周六开诊

**精神心理专科**  
**郑三君 医师** ★ 美国康乃迪克大学神经内分泌学博士  
 ★ 哈佛医学院附属麻省总院和儿童医院研究员  
 ★ 天普大学附属达拉威精神疾病中心总住院医师

**Jimmy S. Chen M.D. Ph.D.**  
 Board Certified Psychiatrist

**主治: 忧郁症、焦虑症、躁狂症、情感障碍、精神创伤后综合症、恐惧恶梦精神分裂症、强迫症、厌食、失眠、儿童行为障碍、多动症、性功能障碍、老年痴呆症。各种精神、心理和行为疗法, 最安全、有效、先进药物疗法。**

公民入籍英文免试证明 司法协助 3-022  
 Tel: 240-498-4509; 240-888-0403; 301-740-2680; 接受多种医疗保险和自费  
 Fax: 301-560-4924 Email jimmychen1988@hotmail.com  
 18502 Office Park Drive Montgomery Village, MD 20886, Gaithersburg (270 Exit 11)