

“阳”了以后，不少人疑惑：

为什么心跳加快？

为什么会腰疼？

为什么会出现“刀片嗓”？

为什么退烧后咳嗽会加重？

为什么有人还会出现

身上发痒、腹泻、流眼泪等“奇怪”的症状？

7个高频问题，医生来解答。

## 01 “阳”了以后

为什么会心跳加快？

四川大学华西医院心内科副主任医师徐原宁最近每天接到很多类似的咨询。对此，徐原宁在社交媒体上发布“心跳过快与心肌炎的说明”，总结了8点原因：

### 1、发热

体温每升高1度，心率大约增快10次/分左右。

如果伴有寒战等，心率增快幅度可能更高。体温下降之后，心跳就会慢慢恢复正常。

### 2、服用的各类药物

服用的缓解症状的药物中，有些成分可能导致心率增快，例如止咳药里的咖啡因、氨茶碱成分，平喘药、某些雾化吸入的药物等。

这些药物可以缓解症状，但是不能杀死病毒。所以要等有明显症状了再吃药，否则吃了药也帮助不大。

### 3、血容量不足的躯体反应

感染后，因为进食不足、腹泻、呕吐、感染或药物导致胃肠道反应等，可能引发一定程度的血容量不足，心率会代偿增快。

因此，在感染期间，应该适当增加饮水，少吃多餐，也可以喝口服补液盐。如果觉得口渴、尿少等，要警惕脱水带来的危害，及时就医。

### 4、各类疼痛也可能导致心率增快

不少人在感染新冠后经历身体不同部位的疼痛，有些疼痛足以刺激心率增快。

### 5、躯体对病毒感染的应激反应

感染病毒后，人体免疫系统激活，免疫激活本身可能伴随基础心率增快。

### 6、严重缺氧

这是比较严重的心率增快诱因，通常伴有呼吸急促、严重咳嗽、肺部影像改变等症状，俗称重症感染。

依照国家诊疗标准，呼吸频率超过30次/分，氧饱和度持续低于93%就要小心重症感染了。

### 7、基础疾病加重诱发心率快

比如基础慢性阻塞性肺病（俗称肺气肿）患者、基础心脏病患者（尤其是慢性心力衰竭）。这部分患者如果出现持续的心率增快应该重视。心率增快越明显，病情可能越危险，应该尽早去医院检查评估。

### 8、心肌炎

和其他病毒感染一样，奥密克戎感染后也有一定概率诱发心肌炎。但通常心肌炎在病毒感染后期或1-2周后，和病毒相关免疫反应有关。除了心率增快，心电图会有变化，心肌标志物会显著增高。

徐原宁介绍，上面这些因素可能单独或混合出现，影响到心跳；也可能短期或长期，或是在一段时间内，让心跳加快。

徐原宁提醒，  
心跳增快，不过是心肌炎的一部分症状  
而已

。心肌  
炎还有其  
他的表现，比如严  
重心动过缓、早搏、呼吸困难等症状  
。所以，单纯心跳增快而没有其他症状的话，大家没有必要那么紧张。

## 02 “阳”了以后

为什么会腰疼？

北京大学第一医院骨科主任医师孙浩林解释道，2021年《自然医学》杂志发表的研究显示，  
脊柱关节痛是新冠  
感染后仅次于乏力、呼吸道症状的第三大症状，发病率高达27.3%。

分析原因，可能是  
新冠病毒会攻击组织中的ACE2受体  
。这种受体存在  
于上呼吸道，可以引起咳嗽、憋  
气等症状，同时也存在于神经系统，所以会引起疼痛的症状。

对于这些感染新冠后会出现腰痛的患者，孙浩林建议：

第一，  
感染期间如果没有出现腿疼腿麻无力等下肢症状，可以对症观察，不必着急来医院  
；  
如果轻度疼痛，可以不用药或者外用一些膏药；如果中重度可以吃布洛芬或对乙酰  
氨基酚止疼。

第二，  
如果新冠症状消失后，腰疼症状好转就不需要进一步处理；如果不见好转或者有残  
余症状，可以到医院做进一步检查，明确有无腰椎本身的问题。

## 03 “阳”了以后

为什么会出现“刀片嗓”？

“感染后，为什么咽口水像吞刀片？”这是不少人的深切体会。

北京地坛医院急诊主任王凌航解释称，这种情况主要是声门和声带周

围的黏膜发生了充血水肿，一般病程3-5天时表现明显

。等呼吸道病毒感染急性期结束，病毒被清除，炎症减轻，水肿消失、改善，嗓音可以恢复。

那如何缓解刀片嗓？除了可使用药物治疗改善外，在日常调护方面可注意：

1、增加饮水量，少量多次，湿润口腔以及咽喉部位黏膜，改善不适。

2、使用温淡盐水漱口，增强口咽部黏膜的抵抗力，生理性海盐水喷鼻，可以达到清洁和湿润鼻腔。

3、食疗：

温热的银耳雪梨汤、冰糖炖雪梨汤、蜂蜜水，富含水分及维生素C的蔬果类，如橙子、梨子、苹果、白菜等。

04 “阳”了以后

为什么咳嗽越来越厉害？

“咳嗽越来越厉害了，是病情加重了吗？”随着越来越多新冠病毒感染人群的病程进入后期，很多人反映在退烧后，自己的咳嗽越来越严重。

北京清华长庚医院感染性疾病科主任林明贵告诉记者，

感染新冠病毒会出现继发气管、支气管的炎症，所以会造成咳嗽

。同时，前期病毒导致呼吸道黏膜破坏，人体通过咳嗽、咯痰排出咽喉部及气管、支气管分泌物。

一般来说，新型冠状病毒感染以干咳最为常见，有少部分病人可以出现咳白色黏液

痰或者有痰不易咳出，一般不会出现咳黄色脓痰，除非合并存在细菌感染。

林明贵提示，普通的咳嗽可居家，可以喝水湿润喉咙，并且不要过多说话，多休息，对症使用一些镇咳药物缓解。一旦出现咯血、细菌混合感染时，咳嗽程度加重且咳出脓性痰，要引起重视，及早到医院检查血常规和胸部CT等。

## 05 “阳”了以后

身上发痒怎么回事？

北京大学第一医院密云医院急诊科医生高巍告诉记者，药物里为了缓解流鼻涕，加了抗过敏药的成分，因此由过敏造成的流鼻涕不会很明显，但也会有身上痒的情况出现。

高巍表示，最近他总接到类似的反馈，还有人说自己身上突然出现大片疹子，原因尚不明确。有可能是服用退烧、中成药等多种药物，药物之间出现反应。

“这是很多人都可能出现的问题，但是被忽略了。”高巍提示，一旦出现身上发痒、起疹子、伴随轻度憋气、心慌，要小心是否出现全身的过敏症状。此刻需服用抗过敏药物或及时就医，防止因急性过敏出现喉咙水肿、引发窒息等情况出现。

## 06 “阳”了以后

为什么会出现腹泻？

北京胸科医院消化内科专家何玉琦介绍，胃肠道是病毒潜在的传播途径和靶器官。在早期新冠病毒感染患者中，腹泻是消化系统常见的临床表现。

现在奥密克戎变异株毒力大大降低，对肺部及胃肠道黏膜的损伤程度较早期毒株显著减弱。

患者感染奥密克戎病毒后常伴有发热，随着体温升高患者消化酶活性随之降低，因此会有一部分人出现食欲减退、腹泻、恶心、呕吐、厌食等消化道症状。

除了病毒带来的消化道症状，患者发热后服用的非甾体抗炎药、广谱抗生素、中成

药等对症治疗药物，也会引起胃肠道的不良反应。

那么，出现腹泻怎么办？何玉琦建议：

可以适当使用蒙脱石散、黄连素、益生菌来改善肠道菌群，这能在短期内缓解腹泻症状，随着体温恢复正常，腹泻症状也会自行好转。

对于腹泻患者在止泻、调节菌群治疗的同时，要注意补充水分和电解质，预防电解质紊乱的发生

。特别是在治疗病毒感染过程中，还应注意合理膳食，维生素、叶酸、微量元素的合理搭配可提高机体免疫力，从而帮助患者尽快恢复健康。

## 07 “阳”了以后

有的人为什么会流泪？

江苏省人民医院感染病科主任医师李军教授告诉记者，个体情况不同，还是要结合自身情况具体分析。

“以眼肿为例，产生该症状的原因可能包括：熬夜或用眼过度、有眼部疾病或者有肾脏等基础疾病，也有可能服用药物产生副作用等。在没有医生诊断的情况下，无法确定造成该症状的具体原因是什么。”

李军称，近期感染新冠的民众较多，表现出的症状主要以发热、咽干咽痛、咳嗽咳痰等为主。其中，

一些网

友反映出的症

状比较罕见，这可能与其个人体质或者自身状况有关。

背后的原因较为复杂，应具体问题具体分析。尤其是本来就有基础病的这一类人群，感染新冠并不会让其他疾病消失。

在关注新冠症状的同时，也应考虑基础病等问题。

李军提醒，如果身体出现新冠常见症状之外的一些表现，且情况不断加重，应及时寻求医生帮助，避免因个人误判等情况耽误治疗。

综合：人民日报健康客户端，广州日报

来源：广州反邪