

夏季肠道传染病如何预防和治疗？

听听市人民医院专家为你讲述

■ 记者 黄旭 通讯员 王丹

本报讯 近日,市人民医院感染科主任姚彬、副主任医师李春风做客市传媒中心《名医直播间》栏目,与大家一起聊聊夏季肠道传染病的预防和治疗,并在线为群众答疑解惑。

肠道传染病是由多种细菌和病毒感染引起的以消化道症状为主的传染性疾病。常见的有霍乱、细菌性痢疾、甲型病毒性肝炎、戊型病毒性肝炎、感染性腹泻、手足口病、诺如病毒等。夏秋季是肠道传染病发生和流行的高峰季节,这些疾病发病急、传播快、传染性强、危害性大,如不及时采取有效的

预防控制措施,很容易造成某种肠道传染病的流行。肠道传染病里面最常见的是感染性腹泻,一般是指由于各种病原体感染引起的一组以腹泻为主要表现的肠道传染病。

肠道传染病预防措施有哪些? 注意饮水饮食卫生,不喝生水,不吃变质食物,尤其注意不要生食或半生食海产品、水产品。食物要彻底煮熟、煮透。剩余食品、隔餐食品要彻底加热后再食用。外出旅游、出差、工作要挑选卫生条件好的饭店就餐,并尽量少吃凉拌菜,最好不要在路边露天饮食小摊点就餐。讲究个人卫生,养成饭前便后洗手的习惯。常

剪指甲、勤换衣服。注意劳逸结合,起居有度,生活有规律。加强体育锻炼,增强对疾病的抵抗能力。搞好环境卫生,加强粪便、垃圾和饮用水的管理。高危人群可接种伤寒疫苗、口服痢疾疫苗、口服轮状病毒疫苗、注射甲肝疫苗等。饮食调理,夏日应以低脂、低盐、多维生素且清淡为主。人们出汗多,食欲不好,可用各种营养保健粥来开胃,并调理身体。

当在家里出现感染性腹泻患者的时候,要将人群划分为两类对待:一类是高危人群。像儿童,尤其是6岁以下的儿童,没有准确的表达能力,各脏器发育未完全成熟。还有老年

人或者有慢性疾病基础的人群,基础免疫能力较低,容易出现其他严重并发症。这类人群根据他们的精神状态以及发病时间,发病症状来评估,如果有明显精神萎靡、脱水表现,一定要及时到医院就诊。相对而言,另一类人群,如平时身体健康的成年人又好一些,如果精神状态还可以,可以在家里给自己口服补液,盐糖水交替饮下,配合一些饮食治疗,大多数可自愈,如果不见好转再及时到医院就诊。

专家提醒,基本上家里都会备一些消炎药、止泻药,只要拉肚子就会吃一点,其实这是很不安全的。首先出现急性腹

泻的原因很多,实际上临床很多病人都不是由于细菌感染引起的,这时候使用抗生素也是在做无用功;其次滥用抗生素打破肠道菌群的平衡本身就可能增加胃肠炎的发作,所以不建议患者自行服用抗生素。大家的常识是腹泻的时候止泻,症状就缓解了。这里给的建议如果腹泻不是特别严重的情况下,谨慎使用止泻剂,否则可能会加重感染的出现。部分患者认为有呕吐、腹泻的时候还是不要进食了,要不然会加重呕吐、腹泻症状。专家认为,腹泻一般不需禁食(严重呕吐除外),口服补液疗法或静脉补液开始后4小时应恢复进食。

市卫健委窗口认真学习贯彻《安徽省医疗机构工作人员廉洁从业九项准则细则》

■ 通讯员 谢同银

本报讯 近日,市卫生健康委窗口组织全体工作人员认真学习《安徽省医疗机构工作人员廉洁从业九项准则细则》(以下简称《细则》),并在行政审批业务办理过程中严格落实《细则》。

为抓好《细则》贯彻落实,窗口认真做好培训学习,扩大教育范围。一方面将《细则》学习纳入审批工作岗前培训、业务学习的重要内容,另一方面将《细则》作为新审批医疗机构和新注册医疗机构医护人员、卫生专业技术人员的重要业务提醒内容,提醒教育大家要坚守为人民群众健康服务的初心使命,在执业活动中自觉遵守《细则》各项要求,

坚决防范触犯“负面清单”上所列的严禁事项。

窗口还加强问题查纠,完善工作机制。根据《细则》内容列举的突出问题,窗口结合医疗机构校验、变更业务办理和对各大医院巡查、考核等工作安排,将《细则》落实情况纳入审批工作和日常监督检查内容,及时发现问题、解决问题。同时,重视社会监督,充分发挥行风监督员作用,畅通投诉举报渠道,把各类投诉举报及时反馈至相关部门,形成闭环管理;主动参与行风整治长效机制的建立、健全,持续规范医疗服务行为,不断提升医疗机构工作人员法律意识、道德修养、职业精神,营造风清气朗的行业氛围。

淮北矿工总医院助耄耋老人重获“心”生

■ 记者 詹岩 通讯员 陈杨予

本报讯 近日,淮北矿工总医院心内科成功为一名97岁高龄患者植入无导线心脏起搏器,让老人重获“心”生。

今年97岁高龄的患者王奶奶,因发作性意识丧失在淮北矿工总医院心内科就诊。老人心电图检查提示:长QT间期,短阵室性心动过速,高度房室传导阻滞。病程中出现持续性室速、心电呼吸骤停等情况,老人病情危急。医院心内科专家团队及时响应,紧急进行抢救,最终控制室速发作,并优化治疗纠正心功能不全。在团队的不懈努力下,王奶奶的病情趋于稳定,症状逐渐缓解。

此时,心内科专家团队结合王奶奶的病情及相关检查,发现存在植入永久起搏器的指征。但是,由于王奶奶属高龄患者,有明确的冠心病及心肌缺血表现,行传统起搏器植入术需停抗血小板药物,增加了患者冠脉缺

血加重甚至心梗的风险。专家团队经过缜密分析及综合研判,经与家属充分沟通后,决定为患者采取无导线起搏器进行植入。

经过充分的术前准备,心血管内科介入团队如期为患者行无导线起搏器植入术。在心内科、介入科等科室的协作下,Micra胶囊起搏器通过导管顺利植入到患者右室中低位间隔部,手术全程仅用时35分钟,术中测试各项参数非常理想,术后监测起搏器工作一切正常,王奶奶的症状得到了明显缓解。

后来,在医护人员的精心治疗和护理下,王奶奶恢复良好。术后一天,老人就能够正常生活;术后三天,王奶奶痊愈出院。

生命有限,起搏“无线”。此次无导线心脏起搏器的成功植入,标志着淮北矿工总医院在该领域的诊治能力处于区域领先水平,开启了医院起搏器植入无线微创应用的新篇章,也将为众多高龄心脏病患者带来新的福音。

相山区东街道铁路社区举办夏季肠道传染病防治知识讲座

■ 记者 邹晨光 通讯员 李昆鹏

本报讯 夏季是肠道传染病的高发季节,为让辖区居民进一步了解常见肠道传染病防治知识,提高自我防护

意识和防护能力,有效预防肠道传染病,日前,相山区东街道铁路社区举办夏季肠道传染病防治知识讲座。

讲座中,社区卫生服务站医生介绍了肠道传染病的

发病症状、防护措施及治疗措施等内容,要求居民做好家庭日常防控措施,做到不吃生水、不食用过期食品、不吃生食或半生食物,慎吃腌卤凉菜,保持个人卫生,勤洗手

手勤换衣勤锻炼等,降低疾病感染和发病风险。并告知居民如出现发热、腹泻等症狀要及时就诊。

此次讲座,不仅增强了居民对夏季肠道传染病的了

解,提高了居民对传染病的防范意识,降低了传染病发生与传播的可能性,更帮助居民树立了“每个人是自己健康第一责任人”的健康理念。

濉溪县医院专家建议：构建防敏防线，共筑健康之路

■ 通讯员 高雪茹

本报讯 今年的7月8日是第20个世界过敏性疾病日。今年的主题是“克服障碍,预防食物过敏”,旨在通过增强公众对过敏性疾病尤其是食物过敏的认识,促进全社会共同关注并有效预防这一健康问题。

据濉溪县医院专家介绍,过敏并非简单的皮肤或呼吸道反应,而是一种全身性的系统性疾病,可能涉及多个器官和系统,引发包括皮肤湿疹、荨麻疹、呼吸道喘息等在内的多种症状,严重时甚至可能危及生命。因此,对于过敏的预防和管理,需要引起每一位市民的高度重视。

濉溪县医院专家呼吁广大

市民提高警惕,积极学习食物过敏的相关知识。专家指出,食物过敏的发生具有一定的家族性和阶段性,如果家族中有过敏史,那么个体患过敏性疾病的风险将显著增加。同时,随着年龄的增长,个体的过敏反应也可能发生变化,因此需要持续关注和评估。

为了有效预防食物过敏,专家建议市民在日常生活中注意以下几点:首先,要仔细查看食品标签,避免摄入已知的过敏原;其次,在尝试新食物时要小心谨慎,尤其是儿童在初次接触某些食物时更应密切关注其反应;此外,保持室内环境的清洁,减少尘螨、宠物皮屑等过敏原的暴露也是预防过敏的重要措施。

市卫生健康综合监督执法支队开展游泳场所专项检查

■ 记者 詹岩 通讯员 王昱晓 陈磊

本报讯 近日,市卫生健康综合监督执法支队结合国家“双随机监督抽检”工作,对全市正常营业的游泳场所开展专项卫生监督检查,进一步加强夏季游泳场所卫生安全保障。

此次检查内容包括游泳场所卫生许可证持有情况、从业人员有效健康证持有情况、卫生管理制度落实情况,以及卫生管理档案建立情况、消毒剂索证情况、公共用品用具消毒情况,游泳池水质消毒公示情况等。卫生监督员还对游泳池水和强制

性浸脚池水余氯、游泳池水PH值等指标进行了现场快速检测,检查结果基本符合《游泳场所卫生规范》及国家标准要求。

本次检查发现,大部分游泳场所能够达到卫生规范要求,但仍有个别游泳场所存在换气扇未能正常使用,自检水质结果未及时公示等问题。针对检查出的问题,卫生监督员现场进行了指导,当场下达《卫生监督意见书》,要求游泳场所立即整改。

下一步,市卫生健康综合监督执法支队将加大游泳场所卫生安全督查检查力度,为广大市民健康保驾护航。

第七届“环境健康杯”全国中小学生征文绘画比赛

我市获佳绩

■ 记者 詹岩

本报讯 日前,第七届“环境健康杯”全国中小学生征文绘画比赛结果进行公示。我市选送的一篇作品获二等奖。

本次比赛由中国疾病预防控制中心环境所与中华预防医学会环境卫生分会联合举办,主题为“室内空气与健康”,旨在向中小学生普及室内空气与健康的科学知识,提高中小学生对室内空气的关

注度和健康防护意识。

经邀请相关领域专家对作品的主题内容、文字水平、原创性等内容进行初审、复审后,结合网络投票得分,最终评选出一等奖8名,二等奖16名,三等奖24名,优秀奖198名。

我市第三实验小学常舜喆创作的《重生》荣获小学征文比赛二等奖。

附:获奖作品展示

重生

淮北市第三实验小学六(10)班 常舜喆

在一个平平无奇的早晨,我——一个二氧化碳分子,出生了。

我在房间主人的新声中,随着他的呼吸节奏,被喷射出了鼻孔。踉跄了几步,我打量了一下四周,和人体内部完全不同了,一间很破旧幽暗的房间里,凌乱的脏衣服随意地散落在地上,食品垃圾随处可见,窗户密闭着,阳光只能在窗外来回踱步,转了几次,无奈地回去了。从厨房里飘来小股青烟,仔细一看,原来是我的堂兄

弟——一氧化碳。“二氧化碳,好久不见。”一氧化碳浑身散发着刺鼻的味道,肆无忌惮的在空中晃荡。“你好”,我掩着口鼻,快步从他身边走了过去,却被迎面走来的表叔——甲醛撞个趔趄。他们一个个勾肩搭背,成堆成群地簇拥着,坏笑着,试图从人类鼻子里钻进去。低头望去,床上的螨虫四处乱爬,啃食着人类的皮肤屑,令人作呕。

有的时候,房主会不停咳嗽,满脸通红,躺在床上痛苦不

已。我们纷纷过去围观,却被几个凶神恶煞的大块头挡住了去路,他们趾高气扬,其他气体在一旁低头噤声,瑟瑟发抖。后来得知,他们就是大名鼎鼎的病毒家族。把人类感染生病后,他们名声大噪,走起路来不禁多了几分神气。

在这个混乱空间里,我的亲戚们七嘴八舌的谈论着,有的说二氧化碳家族诞生于工厂的烟囱里,有的说是来自汽车尾气;有的说一氧化碳家族来自煤气,还有的说来自厕所里……谈论到恶心头,他们哈哈大笑,越是恶心越是笑得放肆,毫不顾忌旁人的眼光,似乎十分快乐自由。他们每天戏耍热情的氧气和淡定的氮气,虽然氧气和氮气并不为所动,他们吞噬一切阻碍他们生存的东西,所到之处,所有物品都失去色彩,像被蒙上了一层阴影,连人类也不禁咳嗽起来。看见如此场景,他们开怀大笑。

看着这一幕幕喧嚣纷扰的现实场景,我逐渐陷入了深深的自我怀疑中,因为这一切似乎和我脑海深处的记忆格格不入,与冥冥中召唤我的声音越来越远,让我困惑而又无力。慢慢的,我厌倦了这种无所事

事、碌碌无为的日子,我也不再四处游荡,找到了一个没有阳光且不通风的死角,安静的坐了下来,我喜欢在这儿发呆,透过窗帘看向窗外……

终于有一天,窗边突然传来一阵喧哗,转瞬间,一氧化碳等很多亲戚们还没搞清楚状况,就被拥挤着推了出去。原来是窗户被打开了!各种气体,甲醛、一氧化碳、二氧化硫等混杂着尖叫声和呻吟声,纷纷被吹到了室外,整间屋子充斥着一种莫可名状的安定感。而我的身边又新增了许多似曾相识的面孔——原来是氧气,一如他们默默不语的神态,纯洁坚定,无色无味却又让人想去靠近,如一个个晶莹的气泡。

那天傍晚,房主拿进来许多绿色的玩意,一些年龄大的二氧化碳眼中充满了恐惧,说那是“绿植”,靠近它们的气体都不见了,神秘不已,而我半信半疑。

夜深了,我独自坐在窗边回想起往事,不禁伤感起来,最终眼神落在“绿植”上,它的叶子在月光的铺洒下泛出深绿色的幽光,格外神秘,而我像是被一种神秘的力量召唤,不自觉的靠近它。迷离中,渐渐的我

仿佛忘记了自己,失去了控制,我和它越来越远,越来越远……

终于,我飘落在绿植毛茸茸的叶片上,滑进了一个像泡泡一样的巨型空处。周围的绿淡了些,恍惚而又朦胧,似幻境一般让我平静而又舒缓,被一同吸进来的其他气体也和我一样,飘浮在半空,越来越轻,慢慢的我的身体变得透明而柔软,如一片轻飘飘的云朵融化在天空里,在疏离的意识里逐渐氤氲消散……又重聚,仿佛从梦中醒来一般。正当我还在迷茫于刚才发生的一切,身体里感觉却充满了活力,荡漾着生命的力量,那是一种焕然一新的感觉,不可描述而又回味无穷。身边的气体也都变成了和我一个模样,熟悉而又陌生。我看着自己,忽然想起那天从窗外进来的面孔……

我的身体更加轻盈了,脑海里逐渐浮现起前世的记忆——两种颜色,一半是碧绿,一半是蔚蓝,那都是生命的颜色。我忽然想起这才是原来的我,真正的我,崭新的我——氧气!

在这宁静的夜里,我重生了! 指导老师:任盼盼