



这波流感势头猛 中小學生要警惕

专家表示:接种疫苗是最有效的预防手段

■本报记者 黄伟励

近期,南安市医院发热门诊的就诊人数剧增,不少市民陆续“中招”,特别是0—14岁的儿童,出现喉痛、咳嗽、高热等症状。记者了解到,6月21日,南安市医院发热门诊接诊了300多名患儿,是平时的5—6倍,这样的情况已经持续了一周。

是的,流感又来了!国家流感中心数据显示,南方省份流感病毒检测阳性率持续上升,部分省份进入夏季高发期。我省就进入了流感等呼吸道传染病的高发季节,主要以甲型流感病毒为主。

孩子患流感 全家都闹心

17日傍晚,家住市区的庄女士带着自家孩子来到医院就诊,“我家孩子才4岁,从学校回来就不太对劲,精神不好,还突然发烧了。”庄女士告诉记者,给孩子服用了退烧药,效果不明显,体温甚至达到了39.4℃。

随后,庄女士连忙带着孩子前往医院,经医生检查,庄女士的孩子患了流感。在医生的治疗下,孩子的体温才逐步下降,“发热门诊的孩子太多

了,不少都是患流感。”庄女士无奈地说,孩子身体不舒服,折腾了好几天,全家人的心也都悬着。

“我家孩子的幼儿园,每天班上都有10来个同学请假。”市民李先生表示,这波流感势头太猛,生怕自家小孩也被传染。

目前,流感进入高发期。最近阴雨不断,气温变化较大,潮湿的天气让病菌更易滋生,也增加了感染呼吸道疾病的风险。

南安市医院副院长、儿科主任医师黄晓东介绍,流感是由流感病毒引起的急性呼吸道疾病。我国的流感季节是冬季和春季,随纬度增加而变化,且呈多样化的空间模式、季节性特征。北纬27度以南的南方省份,每年4—6月份为单一年度高峰。

流感与普通感冒不同 预防措施很重要

不少市民认为流感跟普通感冒差不多,其实不然。黄晓东介绍,普通感冒的症状一般是打喷嚏、鼻塞、流鼻涕、咳嗽、喉咙痛,可能是由呼吸道合胞病毒、鼻病毒、腺病毒、冠状病毒等引起的,一般一周内就能自愈。

作为一种由流感病毒引起的呼吸道传染病,流感主要通过空气中的飞沫、人与人之间的接触或与被污染物品的接触传播,是一种传染性强、传播速度快的疾病。

有研究表明,流感患者一个喷嚏产生的液滴最大可达8米远,可能包含约26万个流感病毒。流感对全人群普遍易感,感染后获得对同型病毒免疫力,但持续时间短,各型及亚型之间无交叉免疫,可能会反复发病,在学校、托幼机构和养老机构等人群密集的场所易发生聚集性疫情,这次流感的“重灾区”为0—14岁人群,流感聚集性病情主要发生在中小学。

相比普通感冒,流感全身症状比较重,典型的临床症状是起病急,会出现高热(39℃—40℃)、咳嗽、喉咙痛等为主的全身症状。一般来说,健康的人患上流感后,大多是轻症的,一般3—7天就会缓解。但流感可能会引发肺炎、心肌炎、脑膜炎等并发症,合并严重并发症预后差,甚至有可能导致死亡。

黄晓东表示,抗流感病毒药物治疗在早期(起病1—2天内)使用,能取得最佳疗效,出现流感症状后,要及时就诊。此外,患者要注意自我隔离保

护、开窗通风,咳嗽、打喷嚏用纸巾、毛巾等遮住口鼻,并经常用肥皂水及洗手液洗手,及时对被流感病毒污染物品进行消毒。尽量避免出入公共场所,减少与周围人近距离接触,如有出现严重病情,要及时到医院就诊,不要错失规范治疗时间。

值得一提的是,有二胎的家庭,预防交叉感染有难度。如果有条件可以分开居住,一般需要体温正常,咳嗽、流鼻涕这些症状消失后48小时再一起住。

要怎么预防流感呢?南安疾控中心的专家表示,接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,疫苗可降低感染流感病毒和发生严重并发症的风险。专家建议6月龄及以上有意愿接种流感疫苗并且没有禁忌证的人,在每年流感季来临之前预约接种流感疫苗。

同时,平时生活要保持良好卫生习惯,保持环境清洁、勤洗手、居家勤通风、出门戴口罩等良好卫生习惯,尽量避免到人群密集场所活动。咳嗽或打喷嚏时,用上臂或纸巾、毛巾等遮掩口鼻,咳嗽或打喷嚏后及时洗手,尽量避免触摸眼、口、鼻;合理膳食,适当运动,规律作息,增强体质和免疫力。

产后子宫收缩 二胎宝妈痛到睡不着

南安市中医院电子生物反馈加中医疗法助缓解

■本报记者 黄伟励 文/图

“太谢谢你们了,治疗后,我终于可以睡个好觉了!”日前,家住南安的苏女士刚刚生下二宝,产后苏女士就被宫缩疼痛困扰着,好在经南安市中医院盆底康复中心的医护人员治疗后,苏女士的情况得到了改善。

“生完孩子的第二天,子宫收缩时就疼得不行,基本上10分钟疼一次,真是要命啊!”苏女士说,分娩完就需要休息,然而子宫收缩的疼痛让她根本睡不着。

第三天,苏女士实在受不了宫缩的疼痛,来到南安市中医院盆底康复中心,经中心负责人洪秀真医生的详细辨证,用电子生物反馈法结合中医特色疗法,苏女士仅治疗了一次,疼痛就明显得到缓解,“治疗完舒服多了,回家之后宫缩就没那么疼了,只有喂奶时稍微疼一点。”苏女士说,终于可以睡个好觉了。

洪秀真介绍,产后宫缩痛是在产褥早期因宫缩引起下腹部阵发性剧烈疼痛,这种疼痛和手术创伤引起的躯体痛不同,是一种内脏痛,疼痛位于机体深部,无法准确定位,常表现为阵发性的牵拉痛、绞痛。一般在产后1—2日出现,持续2—3日后自然消失,多见于经产妇。产妇哺乳时反射性催产素分泌增多,也会使疼痛加重。

“产后宫缩痛的主要原因是子宫收缩,产后子宫要通过收缩,逐渐恢复到正常大小。”洪秀真说,多胎产妇及经产妇的痛感更强烈,主要



通过艾灸,缓解患者宫缩疼痛。

是因为子宫只有加强收缩才能恢复正常大小。

从前,对于宫缩疼痛的产妇,医生都没什么好办法,“只能让她们忍着疼痛,或者使用热水袋、暖宫贴热敷,但是效果都不明显。”洪秀真表示,基本上每个产后女性都要经历宫缩痛,为了帮助她们,南安市中医院盆底康复中心尝试使用电子生物反馈技术,配合中医疗法,取得不错的反响。

盆底康复中心护理组负责人黄

梅燕介绍,治疗宫缩痛的产妇,护士会先进行腹部按摩,在小腹部做环形按摩有助于宫腔内残余物质的排出,同时也可以让子宫暂时呈放松的状态,起到缓解疼痛的作用。

“其次我们用电子生物反馈技术,通过电刺激缓解子宫的肌肉状态,达到缓解疼痛的目的。”黄梅燕说,配合特色中医疗法,如穴位贴敷、艾灸、埋针等方法,可以达到更好的效果,目前已经治疗了不少产后宫缩疼痛的女性。

男子吃变质菜以为食物中毒 一查竟是心梗

■本报记者 黄伟励

近日,浑身汗水的老张捂着胸口,被老乡扶进了泉州市光前医院急诊科。当天中午吃了变质的白菜后,老张便觉得喉咙不适,胸口闷闷的,还头晕,以为自己食物中毒了。

急诊科值班的医生陈志强看老张全身冷汗,马上推着心电图机过去,嘴里还念叨着:“这一身汗,不会是心梗吧?”检查结果证实了陈志强的猜测,老张患了下壁、右心、后壁急性心肌梗死。

随后,光前医院胸痛中心绿色通道立即启动,医疗总监陈乙勇医生、行政总监戴剑医生迅速赶到急诊抢救室。抽血、建立静脉通路、心电监护、口服“心梗

一包药”……抢救过程有条不紊。陈乙勇仔细为患者检查后,考虑发病不到120分钟,建议立即溶栓治疗。戴剑用简单、明确、有效的语言让患者家属了解病情的危重性和溶栓治疗的必要性及风险,同时增强医患信任感。家属在紧急磋商后,同意医生溶栓治疗。

在家属签订知情同意后,护士立即将准备好的溶栓药推入患者的血管中。20分钟后,一直守在患者床旁的医生看到心电图监护仪原本抬高的ST段明显回落,同时老张也感到舒服多了,不出冷汗了。医生复查心电图,证实溶栓很成功,而这时距离老张发病还不到120分钟。

记者了解到,老张的及时抢救,得

益于日前泉州市光前医院胸痛中心正式启动。

光前医院院长李瑞锋表示,成立胸痛中心,从社会层面上讲这是一项公益性惠民工程,泉州市光前医院作为泉州市直公立医院、南安市总医院片区医疗中心,拥有成立胸痛中心的人才队伍、技术水平和服务能力,有责任、有信心、有能力建立符合国家标准的胸痛中心。同时,医院也将通过创建,与医共体各单位实现上下贯通、优势互补、资源共享、合作共赢,切实提升危重症患者救治能力,为服务好一方百姓健康作出更大的贡献。

启动会现场,光前医院与医共体成员单位,即梅山、罗东、九都、乐峰、

向阳5家基层医院签署了胸痛患者联合救治协议。

胸痛中心的建设不仅是一项民生工程,也是一项民心工程,它不仅能为急性胸痛患者提供快速诊疗通道和及时的治疗,同时也有助于提升医院综合医疗水平。下一步,泉州市光前医院将全力推动胸痛中心建设工作,分配相应人力、物力、财力,确保胸痛中心规范化运行。在诊疗行为中实行急性胸痛优先原则,建立先救治后收费的绿色通道,最大限度缩短救治时间,并与上级具有PCI能力的胸痛中心签订急性胸痛患者协同救治协议,进一步缩短再灌注时间,为南安市北部片区胸痛患者建立一个规范、可靠的治疗平台,为患者健康保驾护航。

南安市中医院定期邀请泉州市第一医院专家团队开展甲状腺免费彩超筛查及专家门诊活动

本报讯(记者 黄伟励 通讯员 张剑民)为广泛宣传甲状腺知识、预防并治疗甲状腺疾病患者,近日,南安市中医院邀请泉州市第一医院甲状腺外科潘群雄教授团队的刘小瑜博士,开展甲状腺免费彩超筛查及专家门诊活动。

记者了解到,潘群雄教授是泉州市第一医院甲状腺外科学科带头人,福建医科大学外科学教授,博士生导师,主要专业为甲状腺癌的早期诊断,甲状腺结节微波消融治疗,难治性甲亢的无创治疗,全腔镜甲状腺癌根治治疗。刘小瑜博士是福建省抗癌协会甲状腺肿瘤青年委员会委员,擅长领域为甲状腺癌的早期诊断及微创治疗,甲状腺微小癌的穿刺活检术,甲状腺良性肿瘤微波消融治疗,难治性甲亢的治疗,曾发表多篇论文,收录于国内CSCD和国外SCI数据库,获福建省医学会科技奖三等奖;主持福建医科大学课题一项,福建省卫生厅课题一项;获国家级专利2项。

近年来甲状腺癌呈逐年攀升的趋势,那么,哪些人群需要特别注意自己的甲状腺?专家表示,有患甲状腺癌危险因素者,如童年期头颈部放射线照射史或放射性尘埃接触史;全身放射治疗史;甲状腺癌家族史;结节生长迅速(3—6个月增长50%,需警惕恶性);肥胖女性;伴颈部淋巴结病理性肿大的人需要特别注意自己的甲状腺。

此外,甲状腺手术切除后的患者,既往发现甲状腺结节未处理者,甲亢、甲减、桥本甲状腺炎等甲状腺疾病者,定期复查甲状腺功能同时,也应定期复查甲状腺彩超。

甲状腺肿瘤微波消融术后的患者,要手术后第1、3、6、12、18个月定期复查甲状腺彩超。若出现长期情绪异常、睡眠异常、反应力异常、心跳异常、食欲异常、脖子增粗、体重异常的人群,也建议做个甲状腺检查。

据悉,筛查及门诊接下来将定期开展,有需要的市民,可以关注南安市中医院进行网上预约。