

## 警惕! 夏日户外“隐形杀手”出没

■本报记者 黄伟励 通讯员 张剑民

夏日到来,繁花似锦,户外踏青、出游赏景已然成为众多市民闲暇时光的热门选择。然而,在这惬意暖意之中,一些“隐形风险”正悄然潜伏、伺机而动。

日前,家住金淘镇70多岁的谢奶奶就被毒蛇咬伤。“在田里摘菜的时候,一条绿蛇窜到左手,我使劲一甩又到了右手,结果两手都被咬伤。”谢奶奶的手当下就出现红肿、疼痛的情况,家人为她简单处理后,将她送到南安市中医院动物致伤防治中心。

医生潘长春接诊后,根据谢奶奶的描述,判断咬伤谢奶奶的毒蛇为“竹叶青”。入院后,潘长春根据谢奶奶的临床症状、体征及凝血筛查等异常指标,诊断她为中毒,随即给予谢奶奶局部封闭、抗蛇毒血清注射等治疗,谢奶奶的症状得到明显缓解。

“‘竹叶青’是南安市比较常见的毒蛇,每年惊蛰过后,蛇伤患者就多了不少,一年约接诊100多名这类患者。”潘长春介绍,被蛇咬伤后,市民在简单急救处理后,一定要到专业的、有蛇伤救治能力的医院进行诊治,及时应用抗蛇毒血清,综合进行救治。



无独有偶,家住美林街道的黄奶奶也遭遇了一场因胡蜂导致的意外。一日,她不慎被数十只胡蜂攻击、蜇伤,头部和面部瞬间出现明显的肿胀,还伴随着阵阵灼烧般的剧痛。家人见状心急如焚,赶忙将她送往南安市中医院。

在该院动物致伤防治中心,医生黄焜晖迅速对黄奶奶展开对症处理。然而,在细致的检查与治疗过程中,黄焜晖发现黄奶奶的病情远比表面严重,已经出现了急性肾功能衰竭的危急状况。情况紧急,黄焜晖紧急安排将黄奶奶转诊至上级医院进行进一步救治。好在经过治疗,黄奶奶的情况终于好转。

“动物致伤千万不能掉以轻心,都要科学规范处置,绝不能心存侥幸。”黄焜晖介绍,针对市民需求,南安市中医院依托急诊科成熟的“院前急救-院内急诊-急诊抢救-ICU-急诊病房”一体化救治体系,整合经验丰富的急诊外科、创伤救治专业团

队,配备标准化伤口处置室、专业清创设备、疫苗冷链系统及急救保障设施,成立动物致伤防治中心,“目前每年处理近3000例动物致伤患者,其中犬伤2000多例。”

南安市中医院动物致伤防治中心构建了一套科学且高效的救治体系,尤为突出的是其多学科协同作战模式。当遭遇复杂伤情时,急诊外科、麻醉科、影像科等多科室专家迅速集结,以强大的专业合力为患者争取宝贵的救治时间,确保每一例复杂伤情都能得到快速且精准的处置。

不仅如此,该中心在物资储备方面也下足了功夫。这里配备了专业且先进的伤口冲洗设备,能够为患者提供深度、彻底的伤口清洁;各类疫苗、免疫球蛋白储备充足,可及时为患者筑起免疫防线;抗蛇毒血清等特殊药品也常备齐全,为应对各类动物致伤情况提供了坚实的物质保障。

在服务流程上,该中心创新性地

采用全流程闭环服务模式。从患者踏入的第一步,专业的医护人员便会为其进行细致的伤口处理,对于有需要的患者,还会开展精准的外科修复手术;随后,根据伤情为患者安排疫苗接种,预防可能出现的感染风险;一旦遇到重症患者,中心会立即启动重症抢救预案,全力以赴挽救患者生命。整个过程环环相扣、无缝衔接,为患者提供了一条龙式的专业处置服务。

“我们充分挖掘并发挥中医的独特优势,精心运用四黄散、蛇伤散、解毒散、毒虫粉、消炎止痛散、止痒消炎粉等一系列特色中药方剂,为遭受动物致伤的患者进行专业且细致的伤口处理。同时,针对不同伤情,我们还会采用烫熨、熏洗等传统中医外治方法,为患者提供更为全面、有效的治疗方案,助力患者早日康复。”黄焜晖介绍,中医药在动物致伤治疗过程中展现出了不错的疗效,得到了患者的认可与好评。

### 健康知识

## 这些自救小知识 关键时刻能救命

生活中意外无处不在,掌握一些紧急自救知识,在关键时刻能帮我们化险为夷。

当遭遇猫狗抓咬,切不可掉以轻心。应立即用肥皂水和清水交替冲洗伤口,持续15分钟以上。肥皂水呈碱性,能中和部分可能存在的病毒,而清水可进一步冲走污垢与残留物。冲洗时要注意水流方向,尽量从伤口近心端向远心端冲洗。冲洗完后,用碘伏对伤口进行消毒,它能有效杀灭细菌,降低感染风险。完成这些初步处理后,要尽快前往医院。医生会根据伤口情况,判断是否需要接种狂犬病疫苗等。

若不幸被蛇咬伤,保持冷静是首要原则。惊慌奔跑会加速血液循环,让蛇毒更快扩散至全身。切勿挤压伤口,以免毒液被挤入更深组织;也不要盲目吸吮,若口腔有破损,吸吮者可能中毒。此时应将受伤部位放低,减少毒液回流,然后用干净布条在伤口上方简单包扎,注

意不要过紧,以免影响血液循环,之后迅速送医。

若被蜂蜇伤,先小心拔除毒刺,避免挤压毒囊。接着用清水或肥皂水冲洗伤口,再进行冰敷,能缓解疼痛与肿胀。若出现呼吸困难、头晕等过敏症状,必须立即拨打120,等待专业救援。

被蚊虫叮咬时,千万别硬拔、硬抠,其口器易残留皮肤感染。应第一时间前往医院,让医生用专业工具和方法安全取出蚊虫。

## 南安市妇幼保健院 举行首期分娩旅行活动

本报讯(记者 黄伟励)近日,南安市妇幼保健院首期分娩旅行活动圆满结束。这场专为孕妈打造的沉浸式产房探秘之旅,让众多准妈妈提前解锁分娩环境,收获满满安心与温暖。

当天,准妈妈们满怀期待赴约,在轻松温馨的氛围中,开启一段安心待产体验。签到打卡后,促进自然分娩专属课堂准时开讲,专业医护人员带来自然分娩的好处以及如何应对宫缩痛等,极大地缓解临产前的各种紧张焦虑情绪,为准妈妈们树立了更强大的自然分娩信心。

随后,大家统一前往产房实地参观,这也是该院首次对外开放产房。准妈妈实地探访分娩区域、了解待产流程,零距离感受专业、温馨、舒适的分娩环境,消除对未知的焦虑,让分娩不再恐惧。参观暖心小厨房时,家一般的温馨氛围让准妈妈纷纷点赞,真切感受到该院贴心的孕产服务。

现场答疑环节,专业医护团队一对一解答待产、分娩、产后护理等各类疑问,耐心细致的讲解,为准妈妈们扫清所有困惑,收获满满安心。活动最后,每位到场的准妈妈都领取了专属精美伴手礼,带着喜悦与实用好礼满载而归。

南安市妇幼保健院相关负责人表示,医院将持续推出更多暖心孕产活动,用专业与关爱,陪伴每一位孕妈妈安心待产、温柔分娩,守护母婴健康!

## 防治碘缺乏病 这份补碘指南请收好



■本报记者 黄伟励

在我们每天吃的盐里,藏着一个“健康密码”——碘。它虽然微小,却是维持人体正常运转的“幕后英雄”。今年的5月15日是全国第33个“防治碘缺乏病日”,主题是“‘碘’亮健康 普惠民生”。今天,让我们一起来揭开碘的神秘面纱!

“碘是人体必需的微量元素,虽然人体内含量极低(约20—50毫克),却承担着一项重要使命——它是合成甲状腺激素的主要原料。”南安市疾控中心专家介绍,甲状腺激素就像身体里的“发动机燃料”,参与新陈代谢、维持体温、促进生长发育……没有它,人体的正常运转就会“抛锚”。如果把人体比作一座城市,甲状腺激素就是城市运转所需的“电力”,碘正是发电的“煤炭”。没有煤炭,电力供应就会中断,城市就会陷入瘫痪。

需要注意的是,缺碘危害大,市民不可小觑!如果在胎儿期和婴幼儿期缺碘,会影响大脑正常发育,可能会引发地方性克汀病,造成智力损

伤、听力障碍等不可逆损害。因此,妊娠期妇女和哺乳期妇女需要及时补充足量的碘,为宝宝的大脑发育保驾护航。儿童和青少年正处于生长发育的关键时期,碘缺乏会对智力发育和体格发育造成损害,直接影响学习能力和身体成长。保证

充足的碘摄入,是孩子们健康成长的重要保障。成年人碘缺乏会导致甲状腺功能减退,容易出现疲劳、精神不集中、工作效率下降等问题。

“现在生活条件这么好,还需要特意补碘吗?”不少市民存在疑问。专家表示,我国大部分地区外环境缺碘(土壤和水中碘含量不足),且这一状况难以改变。如果停止补碘,人体内储存的碘最多只能维持3个月。普遍食盐加碘是保护大多数人、提高人口素质、利国利民的重要公共卫生举措。坚持食用加碘盐,就是为身体持续“充电”的最简便方式。

在科学补碘方面,专家建议,一般成年人应坚持食用加碘盐,每天碘摄入量约150微克;孕妇和哺乳期妇



女除食用加碘盐外,可适当增加富碘食物摄入,必要时遵医嘱服用含碘营养素补充剂;母乳喂养的婴儿可通过母亲摄入获得碘,配方奶喂养的婴儿需关注配方奶中的碘含量;儿童和青少年也应坚持食用加碘盐,儿童保证每日碘摄入量为90—120微克、青少年为120—150微克。对于水源性高碘地区居民来说,可以选择未加碘食盐,避免碘摄入过量。

碘缺乏病防治是一项长期而艰巨的任务,需要全社会的共同参与。专家呼吁,要正确认识碘营养的重要性,主动关注自身碘摄入水平,坚持科学、精准补碘,共同维护身体健康,持续巩固碘缺乏病防治成果,稳步提升全民人口素质!

### 健康资讯

## 聚焦抗菌药物合理使用 南安市总医院举办专题培训会

本报讯(记者 黄伟励)近日,由南安市药事管理质控中心、南安市医学会、南安市医师协会、南安市总医院联合举办的抗菌药物合理使用专题培训会,在南安市医院江北院区举行。

福建医科大学附属泉州第一医院专家林志强结合最新诊疗指南与临床实践,系统讲解耐碳青霉烯类阴性菌的核心治疗药物。林志强围绕病原学诊断、用药方案选择、联合治疗策略、疗效评估、不良反应监测全流程拆解分析,用实战经验破解临床诊疗痛点,为重症耐药菌感染救治提供清晰、可落地的专业思路。

南安市医院临床药师吴玉冰围绕抗菌药物临床应用处方点评展开专题分享。她从处方点评标准、工作流程、常见问题入手,梳理适应证不符、用法用量不当、疗程不合理、越级使用、联合用药不规范等高频问题,明确整改要求与改进措施,从源头提升处方质量,强化全员合理用药意识。

据介绍,此次培训紧扣抗菌药物临床应用与耐药菌诊疗核心难点,内容专业实用、针对性强,有效强化了参训人员的临床诊疗思维,提升了抗菌药物规范化使用能力。下一步,南安市总医院将持续深化抗菌药物科学化、精细化管理,以更严谨的用药管控、更专业的诊疗服务,全力保障患者用药安全,为医院医疗质量持续提升保驾护航。

## 南安市中医院 开展儿童预防接种日主题宣教



护理人员展开细致讲解。

本报讯(记者 黄伟励)近日,南安市中医院在妇产科住院部开展全国儿童预防接种日主题宣教活动,以科普宣讲筑牢免疫屏障,用心守护母婴健康。

当天,妇产科护理人员围绕乙肝、卡介苗等核心知识展开细致讲解,系统地介绍了接种程序、接种禁忌、注意事项及预防接种证规范保管等内容,耐心地解答家属关心的常见疑问。医护人员重点讲解了母婴传播阻断关键措施,强调新生儿出生后及时接种疫苗的重要性,同时科普疫苗安全性知识,消除公众对接种的顾虑与误解,引导产妇及家属主动配合接种,全力守护母婴安全与健康。

记者了解到,疫苗是预防、控制传染病、守护公众健康最经济、最有效的手段,规范接种既能保护个体健康,又能有效阻断传染病传播流行。预防接种贯穿全生命周期健康守护,儿童需严格按照国家免疫规划疫苗接种程序完成接种。接种疫苗可帮助受种者建立特异性免疫力,有效预防感染、降低发病、重症及死亡风险;当疫苗接种达到一定人群覆盖率时,还能形成坚固免疫屏障,间接保护未接种人群,遏制疾病蔓延。

南安市中医院妇产科相关负责人介绍,此次宣教活动进一步普及了科学接种理念,强化了群众健康防护意识。未来,医院将持续深化预防接种宣传教育,不断完善母婴健康服务体系,让预防接种成为守护群众健康的坚实保障。

## 中医施治显奇效 患者锦旗致谢意

本报讯(记者 黄伟励)近日,在南安市东田镇卫生院中医馆上演了温馨的一幕:患者林女士将一面写有“三根神针攀新峰,一双妙手医百病”的锦旗,郑重地送到副院长林福增手中,以此感谢林福增及中医馆团队解除了困扰她多年的病痛。

据了解,林女士受右侧腰部反复疼痛之苦已长达十多年。“平时坐久了就难受,严重的时候连弯腰都费劲。”林女士说,1周前,因搬重物,她的老毛病急剧加重,严重影响了正常生活。经朋友推荐,她慕名前往东田镇卫生院中医馆就诊。

经过详细的查体并结合腰椎CT检查,林福增诊断林女士为右侧腰肌与腰方肌劳损。针对林女士的病情,林福增为其制定了个性化的中医综合治疗方案,包括针灸、热敷、刮痧、拔罐及手法推拿等。

经过短短1周的精心治疗,林女士的症状得到了显著改善。“现在久坐后只是偶尔感觉轻微酸痛,整个人轻松多了!”林女士难掩喜悦,对治疗效果赞不绝口,特地定制锦旗,表达自己的由衷感谢。

## 大腿根部冒出“小鼓包” 竟是疝气惹的祸

本报讯(记者 黄伟励)近日,60多岁的陈阿伯大腿根部莫名冒出“小鼓包”,奇怪的是,这个“小鼓包”平时就消失,但咳嗽或者站起来时又会复现。是不是肿瘤?需不需要做手术?陈阿伯担心不已。

后来,陈阿伯到南安市医院检查,发现这个“小鼓包”并非肿瘤,而是腹股沟疝(俗称“疝气”),表现为腹股沟处反复突出的包块、坠胀疼痛感,不仅影响日常行走、活动,严重时还可能引发嵌顿,威胁健康。

手术是为陈阿伯解决难题的唯一

手段,然而,因40多年前的意外,使得他腹部有一道10cm长的伤疤,每逢天气变化便疼痛痒痒,因此,陈阿伯格外抗拒术后留疤。南安市医院副院长陈志山全面评估后,立即为其制定了单孔腹腔镜全腹膜外腹股沟斜疝修补术,能够成功实现快速康复、无痕美观双重效果。随后,陈志山为陈阿伯开展了手术,困扰陈阿伯的“小鼓包”问题终于消失。

“单孔技术对医师操作要求极高,但能为患者带来传统手术无法比拟的舒适感与满意度。”陈志山介绍,这是目

前微创外科领域的前沿技术,也是精准微创、快速康复理念的完美体现。手术仅在肚脐部位做一个2—3cm的微小切口,通过单孔多通道操作平台,在腹膜外间隙完成疝囊分离、高位处理以及补片无张力修补,全程不进入腹腔,最大程度减少对腹腔脏器的干扰,真正做到“微创、安全、高效”。

此外,患者术后6小时即可下床活动、进食流质食物,术后1—2天就能顺利出院,大幅缩短住院时间,减少住院花费,快速回归正常生活与工作。同时,该术全程在腹腔镜直视下操作,解

剖结构清晰,补片覆盖更全面、固定更牢固,有效降低术后复发、血清肿、感染等并发症风险,治疗效果更有保障。

需要注意的是,在很多人看来,疝气是小病,发展慢,不痛不痒,对生活没有太大的影响。实际上,疝气并不“善”。疝气不治疗就像破损的衣服不及时修补一样,破洞只会越来越大。随着疝气病程的延长,可能会形成肠粘连、肠梗阻,甚至肠坏死危及生命。因此,一旦发现类似疝气的症状,应尽快到医院就诊,及时接受专业治疗,以免延误病情。