

竭尽全力为患儿健康护航

——市中心医院防治“手足口”病系列报道之一



市中心医院儿三科副主任韩传映正在为患儿检查。

表现的患儿也占一小部分。“我们推断可能是感染结构出现改变,由于目前发展为危重症的患儿较少,家长不必过于紧张和担心。”韩传映说。

病情变化不一 家长别大意

据了解,“手足口”病是由肠道病毒引起的急性传染病,感染源为疱疹液、咽喉分泌物、粪便污染的手、玩具等,主要通过消化道、呼吸道和密切接触等途径传播,多发生于学龄前儿童,其中3岁以下的幼儿发病率最高。在韩传映坐诊期间,有些患儿身上、嘴巴周围起满疱疹,看似情况非常严重,但从检查结果和孩子日常精神状态来看,其实并无大碍。反倒是一些疱疹等不明显症状的患儿,往往需要家长多关注留意。

“在近几天接诊的百余名患儿中,不少家长都因孩子初期‘手足口’病症状不明显,把高烧当作普通感冒治疗,在诊所进行打针、灌肠。治疗几次发现孩子高烧反复不退后,才到医院就诊。”韩传映表示,对每位来就诊的家长都再三叮嘱不要灌肠,不单单是担心灌肠所用的药物中可能含有激素影响孩子健康,而是灌肠后孩子的高烧症状暂时减退,会掩盖“手足口”病的特征,容易误导医生和家长,导致孩子发展成重症“手足口”病。

提及不少家长担心的重症“手足口”病,市中心医院儿三科医护人员表示,只有个别幼儿因自身抵抗力弱,“手足口”病情会进展迅速,在发病的1至5天内容易出现脑膜炎、肺炎、脑脊髓炎、肺水肿等危重病情,需进入重症监护室观察治疗。大部分及时就诊的患儿,基本在1周内都能痊愈。对于不严重的“手足口”病患儿,医护人员叮嘱家长遵照医嘱按时喂药,时刻留意孩子的呼吸、精神等变化,如果出现惊厥、精神差、肢体抖动等特殊症状应及时送到医院救治。

优化紧急预案 提高专业水平

“手足口”病在一年四季均可见到,根据我市当地的季节气候情况,多发期出现在每年的4月至8月。由于其传播速度非常快,可以在短时间内造成大面积儿童感染,一直引起市中心医院领导和社会的高度重视。市中心医院儿三科专门成立的“手足口”病区,凭借配备先进的诊疗设备、丰富的医疗团队,为治疗重症“手足口”病患儿提供技术上的保障,稳居全市前列。

为了让患儿得到更好的治疗,市中心医院儿三科在今年3月份就提早优化紧急预案,检查配齐相关医疗器具及常用耗材,并进行全面整理、消毒。据了解,科室配备15台呼吸机和全自动震动除痰机,保障患儿正常使用,开展有创动脉血压的监测,提前借调其他儿三科科室中具有丰富经验的医护人员补充到儿三科医护队伍中。同时推行规范化治疗,针对患儿病情的轻重采取相应的救治方案,给予危重症患儿开辟绿色通道,入院后直接进入ICU救治,随后家长再补办相关入院手续,使整个过程快速、通畅。

儿三科病区内设病房与重症监护室,把患儿的治疗和抢救衔接在一起。一旦有患儿病情出现变化,医护人员不出病区就能及时进行急救。5月10日,一名1岁10个月的幼儿因“手足口”病发现不及时、发展较快,送进该院时已出现下肢瘫痪的症状,被确诊为脑干脑炎、脑脊髓炎、神经性肺水肿后立即送进监护室进行抢救,经过儿三科医护人员连续多日的密切观测和治疗,患儿于5月24日顺利出院回家休养。

在常年防治“手足口”病的过程中,儿三科全体医护人员积累了丰富经验,每年都根据病情发展情况不断进行调整,优化各项防治措施,推动科室救治水平快速提高,用专业医疗技术和精心护理,保障每位孩子健康成长。

我市开展“最美献血者”系列大型公益评选活动

本报讯(记者 刘彩霞)近年来,随着广泛深入开展全民无偿献血活动,全市涌现出了一大批无偿献血和志愿服务的先进模范,为我市连续八次荣获全国“无偿献血先进城市”称号做出了突出贡献。为庆祝《中华人民共和国献血法》颁布实施20周年,表彰奖励在无偿献血和志愿服务工作中的先进典型,在全市形成无偿献血树先进、学先进、争先进的热潮,由市委宣传部、市总工会、市文明办、团市委、市卫计委、市文联、市红十字会、市广播电视台、市献血办联合筹划,决定在全市范围开展无偿献血“最美献血者”系列大型公益评选活动。

据了解,该活动申报要求为自1998年10月1日起至2017年12月31日时间段内,参加我市无偿献血的献血者、参加献血志愿服务的志愿者、参加造血干细胞捐献者、组织开展无偿献血活动的单位或团体均可填报递交推荐材料进行报名,报名推荐将于5月31日截止。活动组委会将对报名的单位和人员进行资格审核后,综合推选出入围最美献血者20名、最美志愿者6名、最美造血干细胞捐献者6名、优秀组织单位20个,并进行风采展示、公示。风采展示后,经过接受社会大众监督投票和综合评定环节,最终评选出我市首届无偿献血“最美献血者”10名、全市无偿献血“最美志愿者”10名、全市无偿献血“最美组织单位”10个,同时组织举办全市无偿献血公益摄影展,进行无偿献血典型事迹宣传,举行颁奖晚会。

新三院·新形象

预防儿童矮小症注意五方面

近年来,儿童矮小症成为继肥胖、早熟后又一个危害儿童健康的“大敌”。婴幼儿期(3岁以下)生长速度小于每年7厘米,儿童期(3~10岁)生长速度小于每年5厘米,青春期生长速度每年小于6厘米,应该考虑是否生长发育迟缓,要找医生咨询原因。那么如何预防儿童矮小症呢?

1. 定时体检。定期带孩子做体格检查,观测身高增长速度,1岁内每3个月检查一次,1岁以后6个月随访一次,2岁后每年身高的长速大于5厘米的宝宝就可以排除矮小情况。

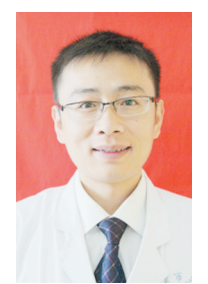
2. 及时干预。4岁是发现孩子矮小的分水岭,一旦发现孩子偏矮,就得赶紧治疗,及早干预可以有效改善身材矮小状况。

3. 合理饮食。饮食应均衡搭配,蛋白质是骨骼与肌肉生长的能量来源,同时又能促进生长激素的分泌,是儿童生长发育最基本的要素之一。儿童矮小症患者由于生长缓慢,需要量就会比其他孩子少,多数食量不大。

4. 适当运动。运动不仅能促进生长激素的分泌,同时,身体充分运动后还能增进食欲,对孩子增高有帮助。运动的方式以慢跑、慢速跳绳等为主。一些长时间、高强度、过于剧烈的运动,有可能造成缺氧,反而不利于长高。

5. 为孩子提供良好的心理成长环境。爱抚的缺乏、精神上的压力和心灵的创伤都会导致神经、体液、内分泌

等功能紊乱,致使生长激素、甲状腺素等有助于长高的激素分泌减少,从而引起孩子的生长发育障碍。因此,为孩子提供良好的家庭氛围,让其在爱与关怀的温馨环境下成长,能促进儿童身心健康。



专家链接

黄占克,市三院副主任医师,毕业于新乡医学院儿科学系,进修于武汉市儿童医院、郑大三附院。专长:儿科呼吸系统疾病,如慢性咳嗽、婴幼儿喘息性疾病、大叶性肺炎的诊治,对小儿腹泻、心肌炎以及新生儿重症监护也具有丰富的经验。

漯河市康复医院·健康沙溪畔

骨折术后康复常见问题

俗话说“伤筋动骨一百天”,是骨折术后患者需要静养3个月吗?

骨折的愈合至少需要8~13周,算起来大约是3个月,因此俗话说说的“伤筋动骨一百天”确实是有道理的。但需要说明的是,很多人认为骨折后需要“静养一百天”,这种观念是错误的。事实上,在患者骨折后,医生给予复位和固定后就可以让患者尽早活动。早到什么时候呢?术后第2天或术后在疼痛可忍受的范围内就可即刻活动。否则就会有更多瘢痕组织长进腔隙,阻挡关节活动,导致关节僵硬。所以说,锻炼肯定是越早越好。

骨折后患肢肿胀怎么办?

可以使用弹力绷带和功能性贴扎技术来消肿。另外,把肢体抬高和局部按摩肯定有利于肿胀的消退。

骨折术后很多人会喝骨头汤,即“以形补形”,这样做对吗?康复期间是否需要戒烟酒?

骨折以后在饮食上适当补充钙质是非常必要的,因钙盐的沉积对于骨头愈合非常有帮助,但骨头汤里面钙的含量是微乎其微的,喝骨头汤来补充钙质是远远不够的,还不如吃些虾皮或服用钙片更有帮助。除了补钙还要注意到室外晒太阳,否则钙质不会被吸收。需要说明的是,吸烟影响伤口愈合能力和骨折愈合,通过X线监测,发现吸烟者骨折生长明显慢于非吸烟者;喝酒能增加骨折处的疼痛感,另外酒精会引起肝脏代谢紊乱,影响蛋白质合成,对骨折愈合不利。因此,康复期间应鼓励患者戒烟酒。

链接

漯河医专第三附属医院(漯河市康复医院)是我市“十三五”及今后时期内,建设豫中南区域康复治疗中心的主体单位。该院康复医学科,是河南省重点(培育)学科、漯河市市级重点专科、“河南省青年文明号”,科室自成立以来,为广大患者提供了正规有效的康复治疗平台,通过整体

化的康复治疗及先进的康复护理,使脑卒中(中风后遗症)、颈肩腰腿痛、神经损伤等患者得到了全方位的康复,最大限度地提高了患者的生活质量,使其尽早回归家庭和社会。

国家城市二级医院 医保新农合定点医院
漯河市康复医院
(漯河医专第三附属医院)
坚持以病人为中心
争创群众满意医院
地址:漯河市大学路148号 市电视台对面
医疗服务部:2112759 急救中心:2924120

漯河市精神病医院

精神分裂症的早期症状

精神分裂症早期症状一般不是很明显,等到患者有明显异常到院确诊时,往往已错失最佳治疗时机。那该怎么知道是否属于精神分裂症呢?

生活中,人所说的痴傻、哭笑无常、神经兮兮等词汇都是对精神分裂症患者的典型写照。因此,生活中我们要充分认识它的严重性,并在患者出现这些异常征兆时及时送医治疗。一般需要做以下几方面的比较来确认是否患有精神分裂症:现在与过去比;本人与他人比;是否符合当地当地的习俗和规范;是否符合客观现实;是否有不可理喻的行为表现;整个精神活动是否协调统一。

如果患者性格突变,并与正常人

存在很大差异,就要关注其精神活动是否存在异常,并到有条件的专科医院寻求诊断。如果您对精神分裂症还有什么疑问,都可免费咨询在线专家,获取专业解答和调治建议。

关注精神健康
构建心的和谐
漯河市精神病医院(河南省精神病医院合作医院)
地址:市交通路北段(原原公路上),乘36路公交车到
医院新址:滨河山路北段与纬八路交叉口向东50米,乘9路公交车

低血糖的急救及预防措施

低血糖像糖尿病一样可怕

如果说糖尿病是一把“慢刀子”,那低血糖就是个“急性子”,它可以在短短几个小时内将人打垮,甚至危及生命。

低血糖是由多种原因引起的血糖浓度过低的状态,当血糖降低至人体表现出相应的症状时称为低血糖症。

低血糖的临床表现主要分为交感神经兴奋性症状和脑功能紊乱性症状两大类。交感神经兴奋性症状主要表现为饥饿、出汗、心悸、乏力、手抖、易醒、皮肤感觉异常等。脑功能紊乱性症状则表现为虚弱、认知障碍、性格改变、抽搐、神志改变甚至昏迷。

血糖水平上升后上述症状通常可完全缓解,但较长时间的严重低血糖可能导致脑死亡。

对糖友来说,一次严重的低血糖及由此诱发的心血管事件,可能会抵消一生良好控糖带来的益处。

发生低血糖时这样急救
怀疑低血糖时应立即测定血糖水平,无法测定血糖时要暂时按低血糖来处理。

如果只是轻度低血糖,患者神志清醒,可迅速进食任何可补充能量的食品,如几粒糖果、几块饼干,一般十几分钟后症状就会消失,之后再每隔15分钟监测1次血糖。

如果血糖水平仍 $\leq 3.9\text{mmol/L}$,需再次补充15克左右的糖类食品,或口服15克葡萄糖。如果血糖水平 $\geq 3.9\text{mmol/L}$,但离下顿饭时间在1小时以上的话,可适当吃些馒头等食物,以防低血

糖再次发作。低血糖后意识不清者,就不要给其喂食物,应立即送医院。

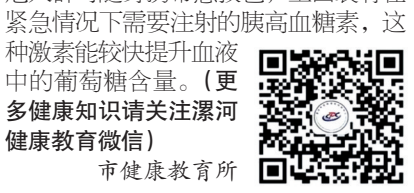
合理有效预防低血糖
发生低血糖时不能吃太少。日常生活中建议根据自己的体重和劳动强度、活动量等,科学决定自己每天的碳水化合物摄入量。

2.“轻断食”不可取。跳过一餐不吃或是延迟吃饭的时间,都会对血糖水平产生负面影响。

3.小零食能起大作用。在低血糖发作时,一些简单的含糖零食就能起到缓解作用,所以平时应常备一些。

4.运动要量力而行。活动量增加后,血糖水平的下降可持续长达24小时。为防止低血糖,建议在锻炼后适当调整饮食。

5.随身携带急救包。低血糖发作高危人群可随身携带急救包,里面装有在紧急情况下需要注射的胰高血糖素,这种激素能较快提升血液中的葡萄糖含量。(更多健康知识请关注漯河健康教育微信)



疾病预防
健康科普知识
主办:漯河市疾病预防控制中心
漯河市健康教育所

给戒烟者的四点饮食建议

不少戒烟者戒烟后,味觉会变得敏感,食欲增强,胃口变好,会通过吃大量零食来抚慰焦虑情绪,不仅不利于从根本缓解戒断症状,而且会不知不觉导致体重增加,使情绪进一步恶化。

戒烟过程中合理饮食有助于控制体重,达到健康戒烟的目的。

丰富的三餐会让戒烟者在工作生活中保持旺盛的精力,防止倦怠、烦躁等不良情绪出现,减轻对烟草的渴望。戒烟初期最好经常测体重,及时了解体重的变化,避免体重增长。

增加蔬菜水果的摄入。蔬菜和水果富含膳食纤维、矿物质和抗氧化成分,能缓解牙龈出血、口腔溃疡、烦

躁不安、注意力不集中等症状。最好做到顿顿有蔬菜,天天有水果。如果想吃零食,尽可能选择蔬菜、水果作为零食,从而避免因能量摄入增加引起体重增加的情况。

酪氨酸、n-3系列多不饱和脂肪酸、维生素B6等营养素能在一定程度上刺激多巴胺分泌,让人产生愉悦感,

缓解戒断症状。葵花子、榛子、核桃、黑芝麻、瘦肉、肝脏等食物富含上述营养素,是戒烟者的好帮手。但要注意,坚果中的能量比较高,经常过量食用会导致能量摄入过多,引起体重增加。

避免摄入过多糖分。吃太多糖会影响多巴胺的分泌,还容易导致体重增加。 马冠生

常做踩踏动作 预防肺栓塞

专家称,腿部血液要回到心脏如同爬山,需要克服重力。久坐使血管内形成血栓,突然站立会使血栓像火箭一样一路向上,塞住肺部大血管,大面积肺组织坏死,进而会引起心脏和脑部的缺氧、损伤,严重者可以致命。

久坐的时候,双脚进行缝机踩踏的动作,即用力勾起脚尖再用力放下,手放在小腿肚上有明显的肌肉一下一紧一松的感觉,这和走路一样有挤压辅助的作用。可以一小时做一次,能够有效预防肺栓塞的发生。另外要注意,坐长途车和飞机时不要穿紧的衣服,避免血液循环不畅。

同时,经常体检可及时发现肺栓塞。因为通过体检会及时发现“深静脉瓣膜功能”好坏与否。深静脉血栓形成是目前最常见的肺栓塞“前奏”。

如果体检结果显示“血液指标发现肾功能不全”等问题,则可认为是容易形成血栓的高危人群。 据《成都商报》