

国家疾控局印发通知

# 加强中秋国庆假期前后传染病防控

近日,国家疾控局印发《关于做好2023年中秋国庆假期前后新冠病毒感染及其他重点传染病防控工作的通知》(以下简称《通知》),要求各地在保证群众正常出行需求前提下,最大程度降低疫情传播风险。

针对中秋国庆假期前后传染病防控工作,《通知》提出以下五方面举措:一是强化关口前移,强化入境口岸检疫查验、病媒生物消杀等措施,加强

境外输入新冠病毒变异株动态监测,降低新冠、登革热、疟疾、猴痘等传染病输入风险。

二是强化监测预警。各地假期前要强化疫情形势研判,及时消除风险隐患。假期要加强疫情监测预警,实时发布疫情信息和健康风险提示。假期结束后要及时研判疫情发展趋势,做好重点机构疫情监测,严防疫情反弹。

三是强化重点环节防控。交通运输

单位要统筹做好疫情防控和假期运输组织保障。旅游景区要落实“限量、预约、错峰”要求,避免室内场馆大规模人员聚集。餐饮服务单位要加强食品卫生和安全管理,有效降低肠道传染病发生的风险。养老机构、社会福利机构要加强假期探视人员管理,学校要加强假期结束后返校师生的健康监测。

四是强化宣传教育。各地要及时、准确、客观发布疫情及防控工作信息,

深入开展新冠、流感、登革热、感染性腹泻等传染病防控知识宣传,努力增强群众自我防护和及时就医意识。

五是强化诊疗服务。各地要统筹调配医疗卫生资源,加强门急诊、发热门诊、儿科、呼吸科和重症医学科力量,增强传染病的诊治能力,加强发热门诊、肠道门诊等管理,做好医患个人防护,有效避免院内感染发生。

据《健康报》

在省医学科普学会检验科普能力比赛中

## 市骨科医院作品获二等奖

日前,2023年河南省医学科普学会检验科普能力比赛圆满落幕。漯河市骨科医院(漯河医专二附院)输血管科刘欢、曹艳云、宋慧文的作品《采血管的多巴胺穿搭》荣获二等奖,马涛、杜娟、于晓晴的作品《空腹采血小细节大学问》获鼓励奖。

省医学科普学会检验科普能力比赛旨在挖掘培育健康传播人才,激发专业临床人员科普热情,强化广大医务人员立足本职工作、关注患者需求的意识,使大家充分利用新媒体传播优势,创作出形式更加多样、题材更加广泛、内容更加丰富且更具有宣

传教育价值的健康教育视频,构建健康教育新模式,形成科普教育新常态。

此次比赛共收到参赛作品261个,入围257个。经过多轮评选,评出一等奖5个、二等奖12个、三等奖25个。参赛选手运用扎实的理论知

识、丰富的实践经验和过硬的专业素质,以视频展播的形式对检验流程进行示范讲解、情景再现、模拟表演等,将枯燥的文字和难懂的医学知识用通俗易懂的方式呈现,展示了参赛科室的专业实力和选手良好的职业形象。

刘欢

## 市专家组现场验收胸痛救治单元建设工作

本报讯(记者 刘彩霞)9月23日上午,市胸痛中心联盟主席刘东亮一行4人对孟寨镇卫生院、辛安镇卫生院胸痛救治单元进行现场验收。

专家组对胸痛救治单元建设的意义、流程及现场验收的工作要求作了详细阐述。孟寨镇卫生院、辛安镇卫生院负责人分别从医院基本情况、胸痛救治单元的建设情况等方面进行了全面汇

报。专家组通过听取汇报、查阅资料、现场提问、现场验收等方式,对两家医院的胸痛救治单元建设运行情况、各环节相应制度的落实情况以及医护人员对胸痛相关知识掌握情况等进行现场核查。随后,专家组就验收情况进行总结反馈。

孟寨镇卫生院、辛安镇卫生院院长表示,此次验收为胸痛救治单元流程优

化和持续改进指明了方向。他们将根据专家组反馈的意见和建议细化措施、认真整改。

胸痛救治单元建设是胸痛区域协同救治的重要组成部分,是胸痛救治起跑“第一公里”和胸痛康复管理“最后一公里”的重要抓手。建立高质量、规范化的胸痛救治单元可有效整合资源、优化流程,对胸痛患者进行

快速评估、诊断和治疗,对提高救治成功率有重要意义。胸痛救治单元自2020年6月上线以来,市胸痛中心联盟积极推动区域内胸痛救治单元建设,在省、市、县(区)各级卫健委的大力支持下,取得了阶段性成效。目前,已有14家医院启动了胸痛救治单元建设,其中两家已通过现场认证。

相约六院·健康相伴

## 下肢深静脉血栓的病因及治疗

下肢深静脉血栓的形成有三大原因:1.血管损伤。外伤或医源性损伤可导致血栓形成。2.血液淤滞。高血压、高血脂、肿瘤等疾病患者血液始终处于高凝状态,易形成血栓;3.血流缓慢。通常见于长期卧床者,血液流速较慢,易导致下肢深静脉血栓。

下肢深静脉血栓患者应遵循从无创到有创的检查方式。血管超声检查是下肢深静脉血栓患者的首选方法。出现下肢深静脉血栓后,可进行下肢静脉造影检查,有助于治疗方式的选择。深静脉血栓患者在排除是否有腔静脉和肺动脉栓塞情况的基础上,应进行肺动脉增强CT检查。

下肢深静脉血栓的治疗目的是消除肿胀,减少血栓后遗症的发生,避免致死性肺栓塞的发生。治疗方式主要有以下几种:绝对卧床,减少血栓沿着血液流动;溶栓抗凝治疗,有效防止血栓形成,减少血栓后遗症的发生;根据造影评估血栓堵塞发生概率后才能判断是否进行手术治疗。

那么,日常生活中,下肢深静脉血栓患者如何饮食呢?

低热量饮食。饮食总热量能够维持正常体重就可以。如果摄入过多热量会导致患者胆固醇血脂含量升高。

低胆固醇、低动物性脂肪饮食。有不少静脉血栓患者年纪较大,内分泌代谢失调,如果此时摄入胆固醇和脂肪含量高的食物,患上动脉粥样硬化的概率就会升高。

低盐饮食。盐分摄入过多会使患者血压明显升高,进而增加心脏负担。

多维生素和膳食纤维饮食。摄入维生素C能够增强血管韧性,降低血管破裂的概率。同时,要戒烟限酒,忌食刺激性食物。

张伟



### 专家链接

张伟,市六院(市中心血管病医院)心血管内科三区主任、副主任医师,兼任中华医学会冠心病分会专业委员、省心衰学会专业委员、市康复学会专业委员。他多次到郑大一附院、郑州市中心医院进修,师承张彦周教授、毛幼林教授,可独立完成内科冠脉造影、急诊及择期冠脉支架植入、临时及永久起搏器植入、射频消融术、肾动脉造影及支架植入等心内科手术,擅长心血管急危重症的抢救及治疗。他获市科技成果一等奖一项、二等奖一项,先后被评为市十佳市民、青年技术岗位能手等,获五四青年奖章。



诚信二院·健康万家

## 横纹肌溶解综合征是什么

超强度的锻炼导致横纹肌溶解综合征的病例屡见不鲜。人体肌肉分为三类,即骨骼肌、心肌与平滑肌。其中,骨骼肌及心肌是有横纹的,横纹肌大多为骨骼肌,负责运动的肌肉。横纹肌溶解症是指一系列影响横纹肌细胞膜、膜通道及其能量供应的多种遗传性或获得性致病因素导致的横纹肌损伤,导致细胞膜完整性改变、细胞内物质(如肌红蛋白、肌酸激酶、小分子物质等)外溢,患者多伴有急性肾功能衰竭及代谢紊乱。

横纹肌溶解综合征主要表现为患者运动后出现肌肉疼痛、肿胀、触痛,同时伴有发热、全身乏力等症状。由于横纹肌溶解会产生毒素损伤肾脏,所以患者会出现尿液颜色异常及少尿、无尿等情况,导致急性肾功能衰竭;甚至有些患者的肾功能无法得到恢复,需要长期进行透析治疗。

如何预防横纹肌溶解综合征呢?我们要根据个人情况选择适合自己的运动方式,比如长期伏案工作者可以选择慢跑、拉单杠、游泳、散步等,肥胖者可以选择跳绳、慢跑、骑自行车等。运动时要按照循序渐进的原则,即运动强度由弱到强、运动难度由易到难。不要在过短时间内进行高强度的运动,不要在闷热潮湿的天气或环境下进行高强度运动。运动前应进行热身;运动中要补充水分尤其是电解质,预防脱水及电解质紊乱,并促进代谢。

当出现肌肉疼痛、无力、头晕、尿少、尿颜色改变时,要停止锻炼、

去除诱因、大量饮水、加强休息。如果症状未好转要立即就医,以免引发严重后果。

胡漪玲



### 专家链接

胡漪玲,市二院消化肾病科副主任医师,兼任市肾脏病专业委员、市血液净化专业常务委员。她曾在中国人民解放军总医院国家肾脏病临床培训基地、郑大一附院肾脏病中心及血液净化中心进修,擅长急性慢性肾炎、肾病综合征、糖尿病肾病、高血压肾病、自身免疫性相关肾损害、横纹肌溶解症、慢性肾衰竭、多脏器功能障碍综合征、药物中毒及风湿免疫性疾病的诊治,并可熟练开展血液透析、血液灌流、血浆置换、床旁连续性血液净化、肾脏病理学穿刺等治疗技术。



图片新闻



日前,市中医院医护人员走进临颍县固厢乡小山村为村民进行义诊。 韩影摄

中医大讲堂

## 痰湿的中医疗法

痰湿指人体质的一种症状,多由饮食不当或疾病困扰而导致。在中医学理论中,痰是指由肺功能失调、气血运行不畅等原因导致的人体津液异常积聚,是病理性的产物。湿分为内湿和外湿。外湿指人体受空气潮湿、环境潮湿影响,湿气侵犯人体而致病;内湿指消化系统运作失常,对水在体内的流动失控以致津液停聚,或因饮水过多、饮用生冷饮料使体内津液聚停而形成内湿,多伴脾胃功能失调、内分泌失调等症状。

中医治疗痰湿的原理是通过调理脏腑功能改善气血运行,消除湿浊积聚。中医强调平衡,认为身体的健康与脏腑功能的平衡紧密相关。当脏腑功能失调时,湿浊物质容易积聚,形

成痰。因此,治疗痰病的关键在于调理脏腑,恢复其正常的功能和协调的相互作用。痰湿与肺、脾、肾关系密切,故重点在于调补肺、脾、肾。中医会根据患者痰的性质和所在部位,选择温燥化痰药物进行治疗,以改善症状。

常青建



## 市儿科呼吸论坛举办

儿科呼吸系统疾病进入高发季节。9月21日下午,市级继续医学教育项目——市儿科呼吸论坛在市妇幼保健院(市三院)举办,旨在进一步提升我市儿科呼吸系统疾病诊治能力。全市相关医务工作者近500人参加论坛。

此次论坛邀请了河南省妇幼保健院张艳丽、漯河市中心医院郭晓燕、漯河市第二人民医院郭先锋和漯河市

妇幼保健院牛红四名专家进行授课。他们分别以《儿童肺功能测定》《儿童社区获得性肺炎的病原治疗建议》《呼吸道过敏性疾病的综合管理》《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南解读》为题进行了详细讲解。参与人员积极与专家互动,学术氛围浓厚。四名专家精彩的讲解让大家受益匪浅,为我市儿科医疗技术水平的提高起到了推动作用。

胡航嘉

## 市五官科护理新进展研讨会举行

本报讯(记者 刘彩霞 通讯员 耿志惠)9月22日,市五官科护理专业委员会换届暨五官科护理新进展研讨会在市妇幼保健院举行。市第三届五官科护理专业委员会全体委员、全市各级医疗机构的护理专家等500余人参加会议。

会上,市护理学会第三届五官科护理专业委员会成立。第三届五官科护理专业委员会主任委员、市妇幼保健院眼科病区护士长吴幸娜对今后的工作进行了汇报。市妇幼保健院负责人表示,将全力支持五官科护理专业委员会开展工作,广泛凝聚共识,加强交流合作,助力市五官科护理专业委员会高质量发展。

在随后举办的研讨会上,河南省护理学会五官科专委会主任委员王宇鹰以《护士长自身建设与人性化护理》为题,结合实例进行分享,引导护士长加强自身建设、增强护理管理能力、构建和谐团队。市妇幼保健院眼科主任崔瑞、口腔科副主任王晓燕,市中心医院五官科护士长索茜及市妇幼保健院主管护师、手术室专科护士魏莉莉分别以《ICL晶体植入治疗高度近视患者的护理》《牙周病的手术治疗与护理》《鼻腔冲洗护理技术——中华护理学会团体标准》《定制你的SMILE——全飞秒手术的中配合》为题进行了详细讲解,并与听课人员积极交流。

市新生儿重症专业医疗质控中心

## 举行质控专题培训

本报讯(记者 刘彩霞)9月24日下午,市新生儿重症专业医疗质控中心2023年度质控专题培训会在市中心医院举办。市新生儿重症专业医疗质控中心专家委员会成员及各医疗机构新生儿重症专业医疗质控中心质控员30余人参加培训。

培训会上,市新生儿重症专业医疗质控中心主任委员郭晓燕从基本情况、收住病人情况、运营情况等方面

对全市新生儿重症专业质控现状进行了汇报,并精准分析,挖掘问题。市新生儿重症专业医疗质控中心副主任委员杨翠芬、祁亚平和委员张海霞围绕本年度新生儿重症专业重点质控目标,分别以《关注新生儿晚发型败血症提高质控质量》《新生儿高胆红素血症的规范化治疗》《新生儿亚低温治疗的规范化实施》为题进行授课,进一步提高了全市新生儿重症医疗水平。

市药品不良反应监测服务中心

## 开展党员志愿服务

本报讯(记者 刘彩霞 通讯员 武文可 陈一菲)9月26日上午,市药品不良反应监测服务中心联合顺河街街道建设西路社区,组织党员到金地雅苑小区开展以“学思想见行动 为奋进新征程凝心聚力”为主题的志愿服务,增强党员为民服务意识,助推药品安全社会共治。

党员志愿者通过悬挂宣传条幅、发放宣传资料、现场答疑解惑等方

式,向社区居民讲解药物滥用的危害,介绍药食同源中药的正确使用方法以及在食用中遇到不良反应时如何采取救治措施。同时,提醒社区居民服用高血压药的注意事项,并教他们辨别生活常用药品的类型,指导群众安全用药。此举增强了社区居民的安全用药意识,受到广泛好评。活动现场,党员志愿者还向社区居民发放了家用药品箱。



为进一步做好狂犬病暴露预防处置工作作出指引



狂犬病暴露预防处置工作规范(2023年版)

国家疾控局、国家卫生健康委印发

国家疾控局、国家卫生健康委近日印发《狂犬病暴露预防处置工作规范(2023年版)》,为进一步做好狂犬病暴露预防处置工作作出指引。新版规范明确,根据接触方式和暴露程度将狂犬病暴露分为三级。 新华社发



明确将进一步规范口腔诊疗行为,提升口腔医疗保障水平

国家卫健委等四部门日前联合印发《关于进一步推进口腔医疗服务和保障管理工作的通知》,明确将进一步规范口腔诊疗行为、提升口腔医疗保障水平。

新华社发

国家卫健委、国家医保局、金融监管总局和国家药监局四部门日前联合印发《关于进一步推进口腔医疗服务和保障管理工作的通知》,明确将进一步规范口腔诊疗行为、提升口腔医疗保障水平。 新华社发