



六大举措做好夏季病媒生物防制工作

夏季是蚊蝇等病媒生物繁殖高峰期和虫媒传播疾病高发期。进入夏季以来，市爱卫中心积极采取有力措施，有效控制病媒生物密度，防范基孔肯雅热等疫情的发生和流行。

开展集中灭蚊蝇活动。5月至10月，在全市组织开展夏秋季集中灭蚊蝇活动。截至目前，全市累计清除蚊蝇类孳生地2100余处，出动消杀人员2316人次，消杀面积8688万平方米，投入消杀药品价值29万余元。

开展应急演练和培训。在全省率先开展病媒生物应急处置演练，全面提升

协同作战和应急处置能力；7月和8月，分别组织开展全市汛期病媒生物防制培训和市直单位物业服务人员培训，提升各单位应对蚊媒传染病的综合防控能力。

开展科普知识宣传。以每月开展的“健康漯河行 爱卫下基层”活动为契机，深入学校、社区、村庄，通过展示标本和组织趣味互动游戏等方式，普及病媒生物的种类、习性和预防控制方法，共发放宣传折页及苍蝇拍、粘蝇板等防制药械1.8万余份。

开展专项技术指导行动。在佛山等

地基孔肯雅热流行期间，组织专家对全市10家市直医疗卫生单位病媒防制工作进行全面技术指导与评估；指导各单位健全长效工作机制，规范使用捕蝇笼、毒饵站、防蝇帘和纱窗等防制设施，对药房、绿化带、下水道等重点隐患部位进行分析研判，要求加强日常清洁和消杀，切实消除病媒隐患。

开展小区能力提升行动。联合市住建部门开展居民小区病媒生物防制活动，督促小区物业落实病媒防制责任；在居民小区张贴宣传海报6000份；对发生病媒生物侵害的居民小区

开展调查处置，共同打造清洁、健康家园。

开展“夏日送健康”活动。8月，市爱卫中心购置清凉油、风油精、蚊香、防蚊手环等用品，投放在市民之家、市图书馆及部分社区、农贸市场等人员密集场所，供市民免费取用；摆放基孔肯雅热防制知识展板，普及蚊虫防制知识，引导群众做自己和家人健康的责任人；为环卫工人等户外劳动者发放防蚊灭蚊“健康防护包”2.3万余份。

齐淑賢

河南省第八届卫生健康监督技能竞赛决赛举行

市卫生健康委(疾控局)代表队获多项殊荣

8月18日至21日，河南省第八届卫生健康监督技能竞赛决赛在郑州举行。市卫生健康委(疾控局)代表队凭借扎实的理论功底、丰富的执法经验、精湛的实操技能和出色的团队协作，在大赛中勇创佳绩，彰显了全市卫生监督队伍的专业风采。

竞赛中，参赛的八名队员沉着应战，在模拟执法、理论考试、快

速检测的比拼中展现出扎实的业务功底和较高的执法素养，用专业能力展示了卫生监督执法人员的核心本领。经过数轮竞赛环节，最终，传染病防治监督队以全省第二名的优异成绩荣获团体二等奖、公共卫生监督队获团体三等奖。参赛队员中，市疾控中心(市卫生监督所)的何昱铮、临颍县疾控中心(卫生

监督所)的张佳佳、郾城区疾控中心(卫生监督所)的李鹏辉3人获个人二等奖，市疾控中心(市卫生监督所)的安晓明获个人三等奖，郾城区疾控中心(卫生监督所)的疾控监督员蔡艳华、源汇区沙澧社区卫生服务中心的卫生监督协管员叶静均以全省第二名的成绩荣获个人优秀奖。

此次优异成绩的取得，是市卫生健康委(疾控局)强化能力提升、深化岗位练兵的成果。市卫生健康委(疾控局)将以此次竞赛为起点，进一步强化监督队伍建设，持续提升卫生监督工作水平，以赛促练、以练促干，为保障全市人民群众的身体健康和生命安全作出更大的贡献。

胡倩倩

诚信二院·健康万家

铅中毒：孩子身边的“隐形威胁”

铅作为毒性最强的重金属之一，即使微量暴露，也会对儿童造成不可逆的伤害。铅中毒被称为儿童智力的“隐形窃贼”。研究表明，血铅浓度每上升10μg/dL，儿童智商可能下降2分至3分。令人担忧的是，铅对神经系统的损害具有累积性和不可逆性，即使脱离污染环境，已造成的认知损伤仍会持续。

铅中毒的典型危害

- 智力损伤。影响神经元突触形成，导致记忆力下降、学习能力受损等。
- 行为异常。多动、注意力缺陷、攻击性行为增加等。
- 生长发育迟缓。抑制钙、铁、锌的吸收，导致贫血、骨密度降低等。

4.器官损伤。长期暴露引发肾脏疾病、高血压及生殖系统损害等。

儿童铅暴露的“隐形通道”

- 居家环境中的“铅陷阱”。含铅油漆。老房子墙面、家具漆层(尤其红色或黄色涂料)是主要污染源。儿童啃咬家具时易摄入铅。劣质玩具。彩色塑料玩具、喷漆蜡笔可能含铅稳定剂，劣质文具(如印花书包)染料含铅风险高。厨房隐患。传统皮蛋、老式爆米花机制作的食物含铅量超标。陶瓷餐具釉料不合格可能析出铅。
- 户外环境的“铅炸弹”。汽车尾气。老旧车辆排放的含铅废气沉积于道路扬尘，儿童在路边或地下车库玩耍时吸入风险大。工业污染。蓄电池厂、冶炼厂周边土壤铅含量超标，儿童接触污染土壤后易经手、口摄入。
- 日常用品的“慢性投毒”。化妆品。部分美白面霜、染发剂含铅，母亲使用后接触婴儿可导致间接暴露。中药偏方。含铅丹、密陀僧的传统药

物可能引发急性中毒。

如何科学检测

检测标准与方法有血铅检测。静脉血检测最准确(末梢血误差大)，血铅≥50μg/L须警惕、≥100μg/L可确诊中毒。辅助指标。红细胞游离原卟啉(FEP)升高，提示铅干扰血红素合成，尿铅检测反映总铅负荷。建议居住在工业区、交通繁忙区、有异食癖(啃墙皮或泥土)、反复腹痛的儿童应每年筛查。1岁至2岁幼儿建



议进行首次筛查，青春前期建议每年复查。

家庭防铅方法

- 环境净化。隔离污染源。老房子装修前检测墙面铅含量，换掉含铅油漆；避免使用劣质塑料玩具；饭前用肥皂洗手，定期湿擦家具表面，及时修剪儿童指甲。
- 行为干预。饮食禁忌。避免空腹饮用老式饮水机存水(铅管析出风险)，少吃街边膨化食品。玩具选择。认准国家认证标准，不要购买色彩过于鲜艳的玩具。新玩具使用前用清水浸泡两个小时。需要注意“无铅产品”≠绝对安全。国家标准允许皮革含铅量≤0.5mg/kg，儿童仍应限量食用。

李锦璐

■专家简介

李锦璐，市二院儿童保健科、营养科副主任，主治医师，擅长儿童生长迟缓、精神发育迟缓、孤独症的诊断和治疗；发育行为指导与干预，婴幼儿喂养指导，常见营养性疾病的诊断及治疗。她工作十余年，具有丰富的临床经验。

如何科学应对常见皮肤问题

脸上反复泛红、痘痘此起彼伏……你是否也曾因为这些皮肤问题感到焦虑？随着生活节奏加快、饮食结构变化以及环境因素的影响，各类皮肤问题的发生率持续上升。正确识别皮肤问题、掌握科学的防治知识，是守护皮肤健康的重要一环。重庆市中医院皮肤科副主任中医师戚东卫说，临床上常遇到一些患者因护理方式不当，皮肤问题反复发作。以玫瑰痤疮为例，很多患者因面部泛红、干燥而频繁使用补水面膜，甚至每日多次敷用。实际上，皮肤干燥往往不仅是因为缺水，还与

皮脂及细胞间脂质缺失导致皮肤锁水功能下降有关。频繁敷面膜可能会使皮肤更加敏感，出现泛红、刺痛现象。戚东卫建议，医用类面膜每周使用2次至3次为宜，特殊情况如暴晒后次数可适当增加，每次敷用不宜超过15分钟。患者应从修复皮肤屏障入手，采取温和清洁、适度保湿和严格防晒的综合策略，同时使用含有修复成分的乳霜，逐步减少对面膜的过度依赖。

“除了玫瑰痤疮外，急性荨麻疹也是一种需要正确认识和处理的常见皮肤问

题。”戚东卫说，急性荨麻疹属于过敏性皮肤病，主要特征是皮肤上突然出现形态不一、伴有剧烈瘙痒的红色或苍白色风团。这些风团来去迅速，单个风团通常在24小时内能自行消退、不留痕迹，但病情容易反复发作。应对急性荨麻疹，要在医生指导下规范使用抗组胺药物，以控制过敏反应、缓解瘙痒症状。出现涉及呼吸道的严重症状如呼吸困难、喉头肿胀，必须立即就医。

此外，还有一类皮肤问题容易引发人

们的担忧——那些可能癌变的痣。人们对黑色素瘤的认知程度较高，一旦身上的痣在大小、颜色、形状等方面发生改变，或出现破溃、长期不愈合等征状，很多人便会十分紧张。其他如脂溢性角化、皮赘、血管瘤、表皮囊肿等良性病变，也常被误认为是恶性肿瘤。

戚东卫建议，预防这类问题应注意日常防晒、避免反复摩擦刺激，并定期观察皮肤变化。一旦发现异常，最关键的是通过皮肤镜、活检等专业检查明确诊断。

据《人民日报》

出现三个信号 警惕视网膜脱离

“眼前突然飘过小黑点”“看东西时总觉得有层黑影挡着”……生活中，不少人都有过类似体验。大多数情况下，这些症状可能只是生理性飞蚊症，不用过度担忧，但如果同时伴随其他异常表现，就要警惕视网膜脱离。

信号一：“飞蚊”数量骤增，伴随闪光感

生理性飞蚊症多表现为视线中偶尔出现一个至两个小黑点，且长期无明显变化，常见于中老年人或高度近视人群。如

果短时间内“飞蚊”数量突然增多，如同眼前有“蚊虫群飞”“蛛网状漂浮物”，同时伴有眼内闪光感，可能是视网膜脱离的早期预警。

信号二：视野出现固定黑影，范围逐渐扩大

视网膜脱离初期，患者可能会发现视野某一区域出现固定不动的黑影，如同被幕布遮挡。黑影多从周边视野开始，比如看正前方时，眼角余光处总有阴影，且随着时间推移，黑影范围会慢

信号三：视力突然下降，看东西变形

如果视网膜脱离累及黄斑区，患者会突然出现视力下降、视物模糊、视物变形或者看东西时中间部位凹陷、放大。

黄斑区是视网膜上感光最敏感的部位，一旦脱离，视力会急剧受损。由于黄斑区的感光细胞对缺氧、缺血极为敏感，脱离超过48小时就可能造成视力不可逆损伤。即使后期手术复位，视力也难以完全恢复。

视网膜脱离的高危人群包括高度近视者、有视网膜脱离家族史者、受过眼外伤者、白内障术后患者等。这类人群应定期进行眼底检查，及时发现视网膜变性、裂孔等隐患，通过激光治疗提前封闭裂孔，预防视网膜脱离的发生。

据《大河健康报》

健康快讯

市中心医院获批

全国泛血管疾病管理中心建设单位

本报讯(记者 熊勇力)8月22日，第七届“儒道心学”心血管病学大会在合肥召开。会上，市中心医院被国家泛血管疾病管理中心评为全国泛血管疾病管理中心建设单位。

据悉，泛血管疾病管理中心是搭建标准化泛血管疾病综合管理平台，通过多学科合作，开展早筛、早诊，将高危人群

和动脉硬化性心血管疾病患者纳入统一筛查范围，围绕泛血管病变，为患者提供一站式筛查和全景式评估，整合综合性治疗策略，优化专科转诊流程，重视长期随访，逐步完善覆盖泛血管疾病全周期的科学管理模式和体系，实现降低终点事件率和提高生活质量的目

标。

市眼科专业年会暨健康快车眼科论坛举行

本报讯(记者 熊勇力)8月24日，2025年漯河市眼科专业年会暨健康快车眼科论坛在市三院(市妇幼保健院)举行。本次会议特邀英国眼科专家Nitin Gupta教授、郑州大学第一附属医院眼科李志刚主任授课。市卫生健康委相关负责人以及全市近200名眼科医生参会。

现场，Nitin Gupta教授围绕“葡萄膜炎患者的白内障手术”“巩膜炎”“揭开迷雾”等内容分享国际最新研究成果与临床案例，为复杂眼科疾病诊疗提供国际视角。李志刚主任以《上斜肌

手术的精准化治疗策略》为题，结合临床经验讲解手术方案、技巧及问题应对策略，内容实用，获参会者认可。在互动环节，参会人员结合临床困惑进行提问，Nitin Gupta教授耐心解答，并分享了国外眼科医疗服务体系、人才培养、学科规范化发展经验。

此次会议是市三院(市妇幼保健院)深化“健康快车”惠民实践的重要举措，为该院后续实施“健康快车”项目、提升我市眼科诊疗水平、优化眼健康服务模式奠定了基础。



今年8月25日是第九个全国预防残疾日，主题是“预防伤害致残，共创健康生活”。图为市三院(市妇幼保健院)组织医疗专家团队在黄河广场开展义诊。

荆明摄

健康课堂

四招防范过敏性鼻炎

立秋后，不少人出现明显的鼻塞、打喷嚏、流鼻涕等症。首都医科大学附属北京中医医院耳鼻咽喉科副主任医师闫新宇认为，这些都是过敏性鼻炎的常见症状，部分患者还会出现眼痒、流泪、咽痒、咳嗽等黏膜过敏表现。

如何防范过敏性鼻炎？闫新宇表示，一是避邪护表。外出戴口罩避花粉、尘螨，遇冷空气时注意鼻部保暖；卧室定期除螨，避免养宠物，减少过敏原接触。二是食疗调理。肺卫不固者可喝

黄芪防风粥(黄芪15g、防风10g、粳米100g)，益气固表；脾肾气虚者用山药莲子汤(山药30g、莲子20g、红枣60g)，健脾补肾，增强正气。三是穴位保健。每日按摩迎香穴(鼻翼旁)、鼻通穴(鼻根两侧)各1分钟至2分钟，疏通鼻窍；每周艾灸足三里(健脾)、肺俞穴(补肺)2次至3次，每次10分钟，温阳固表。四是生活调理。避免生冷饮食，适度运动，护正气，可从根本上降低过敏性鼻炎的发作频率。

据《工人日报》



据斯德哥尔摩消息，瑞典卡罗琳医学院研究人员牵头的一项国际研究发现，抑郁症不仅是一系列健康问题的后果，同时也是引发多种疾病的原因。

新华社发

本版组稿：王夏琼