

科学防控儿童传染性疾病

■ 记者 戴余乐

记者从市人民医院了解到,近段时间,儿童传染性疾病发病呈上升趋势,家长要加强对孩子的健康监测和防护,发现异常应及时就诊。

——手足口病——

市人民医院儿科副主任医师岑琴介绍,手足口病是由多种肠道病毒引起的5岁及以下儿童常见急性传染病。

临床上,手足口病从感染到出现症状约为2—10天,一般3—5天。主要通过接触被病毒污染的毛巾、手绢、牙杯、玩具、食具等引起感染,当然也会通过呼吸道飞沫、受污染水体和食物传播感染。

“大多数手足口病患儿会在患病一周左右自愈,但也有个别患儿病情较重,危及生命,所以当孩子症状较重时,家长一定要带孩子及时就医。”岑琴介绍,每年4月至7月为手足口病春夏季感染高峰,市民在日常生活中要加强个人防护,注意保持家庭环境卫生,常通风,勤晒衣被,勤洗手。注意卫生饮食习惯,餐具在使用前后应充分清洗、消毒,不要喝生水、吃生冷食物。儿童出现发热、出疹等相关症状要及时到医院就诊。

岑琴提醒,手足口病高发期,家长不宜带孩子到人群聚集、空气流通差的公共场所,避免接触患病儿童。目前,接种疫苗是最有效的预防措施,建议家长带孩子去居住地预防接种门诊接种疫苗,预防重症与死亡病例的发生。

小贴士 科学识别手足口病

家长可以通过观察孩子的口腔、手脚有没有相应的皮疹,或者观察有无其他症状;有些孩子在早期可能会出现

低热或者拒食、口腔疼痛、流口水等;大一些的孩子会说嘴里面长东西或者是手上脚上不舒服。

——百日咳——

百日咳,是一种由百日咳杆菌感染引起的急性呼吸道传染病,主要通过空气中的飞沫传播,也可以通过密切接触传播,在我国属于乙类传染病。

今年春季以来,百日咳发病率较往年有所上升。

岑琴介绍,百日咳的潜伏期为5—21天,一般7—14天,症状包括初期阶段的流涕、喉咙痛等,以及持续的剧烈咳嗽、呼吸困难等。

由于很多疾病都会引发咳嗽,家长如何辨别咳嗽是普通感冒引起还是

百日咳引起的呢?对于小朋友来说,最典型的百日咳表现为阵发性痉挛性咳嗽,伴咳嗽末吸气的吼声,也被称作“鸡鸣样吼声”,反复多次,直至咳出黏痰,而普通感冒则不会有这个声音。

接种疫苗是预防百日咳最有效的措施,接种时间为:3月龄、4月龄、5月龄、18月龄,以上节点各接种1剂次。除了接种疫苗,大家还要加强防护意识,在百日咳高发季节,尽量避免人群聚集。合理作息,适当锻炼,增强自身抵抗力。

小贴士 出现这些情况要警惕百日咳

不管是成年人还是孩子,如果有以下情况之一,需要尽快到医院检查:

出现阵发性痉挛性咳嗽,且病程≥2周;婴儿有反复发作的呼吸暂停、窒

息、紫绀和心动过缓症状,或有间歇的阵发性咳嗽;大龄儿童、青少年、成人持续2周以上咳嗽,不发热,也没有其他原因可解释时,有百日咳流行病学暴露史或者确诊病例接触史。



市中医院肝病科护理团队

优质护理 为患者健康「加分」

■ 记者 戴余乐

俗话说:“三分治疗,七分护理”。护理工作“润物细无声”,点滴之间,为患者的健康“加分”。

2010年,国家卫生健康委办公厅(原国家卫生部办公厅)下发《2010年“优质护理服务示范工程”活动方案》,要求通过引导、示范、推广,夯实基础护理,全面提高医院临床护理工作水平。乐山市中医院积极响应,在护理部指导下,肝病科启动了优质护理服务示范工作。

14年来,该院肝病科护理团队围绕“做实基础护理、做精专科护理、做美人文护理”,多措并举开展优质护理服务,构建集预防、医疗、康复保健、延续护理一体化优质护理模式,“区域一流、省内知名”的中医特色护理品牌闪闪发光。

▶ 尽心尽责 守护患者健康安全

每天早上8点左右,市中医院肝病科护士长黄玲便会带领护理团队,开始一天的查房工作。“今天感觉怎么样?”“昨晚睡得好吗?”……亲切的话语,热情的服务,温暖了患者的心。

市中医院肝病科是国家重点中医肝病专科,每天都会收治来自各地的肝病患者。

肝衰竭病人病情变化快,死亡率高;肝硬化腹水病情特殊,并发症多;慢性病毒性肝炎病机复杂,病程长,花费大,病人依从性差……针对临床上一个个难题,肝病科护理团队根据患者不同的情况和需求,结合专科服务特色,将人文护理融入其中,制定个性化护理方案,改善患者就医体验,树立战胜疾病的信心。

▶ 中医护理 创新品牌发扬特色

“自从给我做了耳穴压豆,这几天睡眠质量好了。”“做了几次中药直肠滴入,皮肤和乳腺黄色变浅了,感觉全身轻松多了。”

中药直肠滴入、中药热敷包、耳针、穴位埋针、中药硬膏热贴……近年来,肝病科团队努力挖掘中医药宝库中蕴含的精华,以中医整体理论为指导,坚持内治外治与辨证施护相结合,广泛开展中医特

84岁的戴婆婆,系肝硬化失代偿期患者。刚入院时,戴婆婆因疾病焦虑不安,日不能食、夜不能寐。为缓解老人紧张情绪,科室随即制定缜密的护理方案,积极与老人沟通,了解其心声。当得知老人是人生中第一次住院时,护理团队化身“好闺女”,每天都到老人病床前和其谈心,给予心理上的支持和鼓励。在医护人员的积极治疗和精心护理下,戴婆婆很快康复出院。出院时,老人拉着护士的手说:“护士真的是没有翅膀的天使,是真善美的化身。”

“我们不仅要做好日常护理工作,还要做好人文关怀。一个甜甜的微笑,一个鼓励的眼神,一声亲切的问候,可以增进彼此信任。”黄玲说。

色护理,帮助患者预防疾病,协助患者愈后康复。

“我们非常重视人文关怀和优质护理工作的临床实践,坚持中西医理论学习,每年都会选派护理人员前往四川大学华西医院、重庆、浙江等地高等医学院进修学习。”黄玲介绍。

今年1月,55岁的杨女士再次来到该院肝病科住院治疗,这是她患病的第21个年头。

“常年患病,对患者情绪造成极大影响,而这也直接影响治疗效果。”黄玲告诉记者,为此,护理团队在配合临床医生完成常规护理工作的基础上,根据中医整体辨证施护,通过中药外敷、穴位埋针、灌肠等中医治疗方法,缓解病人气郁血瘀、恶心、失眠、腹胀等症状,增强免疫力。同时,辅以情志调节、饮食指导等干预,提高治疗效果,减少并发症的发生。

从过去抗拒治疗,到如今的积极配合,杨女士在肝病科既治病也疗心。

如今,该院肝病科护理人员在专科专病方面形成了独到的护理技巧和手段,成为病人眼中信赖的“专家型”护士。长期积累的护理经验,更为学术科研打下基础,护理工作不断取得新突破。

2023年,科室申报的《杯针疗法河车路阳命段、命强段对肝着肋痛的治疗研究》等市级护理科研项目已结题,同时成功申报1项市级护理科研项目,撰写和发表护理论文20余篇。



义诊活动

▶ “线上+线下”

提高全民健康水平

“婆婆,你看你的肝功有点不好哦,平时饮食一定要注意。”“肝病不可怕,一定要正视它,积极配合治疗,坚持定期复查。”……3月18日是第24个“全国爱肝日”,市中医院肝病科组织开展了以“早防早筛,远离肝硬化”为主题的宣传义诊活动。科室护理团队充分发挥长期以来积累的健康教育宣传优势,用通俗易懂的语言为患者、市民普及肝病防治知识。“她们讲得细、讲得好,我们都听懂了!”市民张婆婆对肝病科护理团队连连称赞。

护理服务从院内延伸到院外,走进社区,走进了千家万户。

“护理不应该局限在病房、科室,而是要走到人群中间,为百姓提供全方位的优质服务。”黄玲介绍,针对住院患者,护理团队制作了实物模型,撰写科普文章,从饮食、运动等方面,为患者提供个性化的健康宣教。患者出院后,他们会通过电话回访,了解患者出院后的状况,指导患者正确的生活方式、家庭护理、康复功能锻炼,为患者提供心理疏导。同时,护理团队积极探索“互联网+护理服务”,打破传统线下护理的时空阻隔,以“线上申请、线下服务”的模式,为高龄、失能等行动不便人群提供居家护理服务,满足患者多样化、多层次的护理需求。

为提高全民健康水平,实现“人人基本享有中医药服务”,肝病科护理团队还积极开展志愿服务,深入乡镇、社区、学校、单位等,举办主题宣传讲座,普及中医知识,不断将中医药文化发扬光大。

(本文图片由市中医院提供)



精心护理

健康

健康生活事业部总监:程和平
新闻热线:13981393110
邮箱:2008hepingvv@163.com

市人民医院乳腺甲状腺外科 成功救治肺栓塞患者

本报讯(记者 戴余乐)近日,市人民医院乳腺甲状腺外科上演了一幕“生死营救”。患者耿婆婆住院期间发生急性肺栓塞,医务人员与死神展开了两次殊死搏斗,成功将耿婆婆从死亡线上救回。

“医生医生,快去看一下我妈妈,她突然喘不过气了。”近日,市人民医院乳腺甲状腺外科住院病房传来一阵呼救声,老年甲状腺癌患者耿婆婆出现了胸闷气紧、憋喘不适的症状。

正在工作的医护人员立即拿出急救设备和药品,来到病房查看。此时耿婆婆血氧饱和度急剧下降,为其换上口罩吸氧后,也只能勉强维持氧饱和度,且胸闷不适症状未缓解。综合患者情况,主管医师赵雪云怀疑耿婆婆发生了急性肺栓塞,遂安排急诊行肺动脉平扫+CTA检查以及双下肢静脉床旁彩超,确诊为肺栓塞。

当即,乳腺甲状腺外科启动肺栓塞应急预案,嘱咐患者严格卧床,并请呼吸内科、重症医学科会诊,紧急转至重症医学科抢救,给予患者抗凝治疗。在抗凝治疗的第二天晚上,患者病情突然加重,经相关科室会诊后考虑患者发生过过敏反应,经过积极抢救治疗,患者病情平稳,后转至呼吸内科进一步康复治疗。目前,患者已康复出院。

肺栓塞是由于内源性或外源性的栓子堵塞肺动脉主干或分支,引起肺循环和呼吸功能障碍的一组疾病或临床综合征。目前,静脉血栓栓塞症已成为世界性的重要健康问题,发病率和病死率较高。早期发现,及时干预,是保障患者生命安全的关键。

组团义诊 科学防癌

本报讯(记者 严俊铭)今年4月15日至4月21日是第30个全国肿瘤防治宣传周,今年的宣传主题为“综合施策 科学防癌”。为提升市民科学防癌素养,培养健康生活习惯,4月15日,市中区肿瘤医院、市中区癌症防治中心联合在中心城区乐山广场开展大型义诊活动。

“医生,我体检时肺部有结节,麻烦你看看是良性还是恶性的?会不会是肺癌?”“医生,我乳房胀痛半年多了,会不会是乳腺癌,该如何预防?”……义诊活动吸引了许多市民参与,不少人还携带检查报告到场。针对提问,义诊专家详细询问病史、病情,并耐心给出建议。

活动现场,市中区肿瘤医院的医护人员还积极开展癌症防治科普宣传,免费进行血压、血糖检查。

“近年来,癌症发病率、死亡率呈逐年上升趋势,癌症防治刻不容缓。”市中区肿瘤医院相关负责人表示,该院将不断提升医疗服务能力,大力开展科学防癌宣传,推动“防、筛、诊、治、康”肿瘤全程管理体系建设,更好守护市民健康,助力健康乐山建设。



乐山日报·健康周刊

技术支持单位

乐山市人民医院 急救处:2119310 急救:2119328
仁爱济世 精诚行医

乐山市中医医院 院办:2441183 急救:2446120
倾心为病人 德技双馨

乐山市妇幼保健院 院办:6268111
仁心仁术 呵护生命

乐山市精神卫生中心 心理健康咨询:5868866
仁爱 至善 笃诚 求精

乐山老年病专科医院 急救:2150330
敬老·精医·创新·卓越

乐山市市中区人民医院 急救:2121999
厚德诚信 精医创新

乐山市市中区肿瘤医院 急救:2600241
敬慎 精诚 守正 革新

乐山友谊医院 健康热线:2555120
仁爱·精诚·责任