

市疾控专家提醒：

# 冬季应加强流感预防

**本报讯** (记者牛璞璞 通讯员李河新) 冬季是呼吸道传染病的高发季节,常见的呼吸道传染病主要有流感,还有风疹、水痘、流脑等。在一些易感人群聚集场所,一旦有流感病原体传入,即可通过飞沫和密切接触传播。为此,市疾病预防控制中心专家提醒市民,冬季应注意预防流感。

据市疾控中心专家介绍,流感是流行性感冒的简称,是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,分为甲、乙、丙三型。流感具有潜伏期短、传染性强、传播迅速等特点。潜伏期大约1-2天。起病大多突然,全身症状较重而呼吸道症状较轻。开始可表现为畏寒、发热,体温可高

达39℃-40℃,同时患者感到头痛、全身酸痛、软弱无力,且常感到眼干、咽干、轻度咽痛。部分病人可有喷嚏、流涕、鼻塞症状。感冒或流感流行时,办公室是大聚集地和暴发地,如果不加提防,感冒病菌和流感病毒就容易入侵,在同事间相互传播。

降低接触办公室病菌概率的最好方法,就是经常性地彻底地洗手。患病同事打喷嚏或咳嗽时,你就可能接触到被感染的飞沫;如果你用未曾用过的手摸眼睛、嘴唇或鼻子,就有可能被传染。然而避开同事在你身边打喷嚏或咳嗽几乎是不可能的,但你可以尽量控制自己不要在办公室内同他们亲密接触,尤其要和那些患病

同事保持一定距离;如果你要和他们握手或交接东西,就必须确保及时洗手。如果患病同事就坐在你周边,在他长时间咳嗽时,你应有意识地用高领或围巾捂住鼻子和嘴。

密封的办公室使感冒细菌和感冒病毒最易传播,办公室工作者最好一进门就打开窗户。如果是远离窗户的计算机室,则一定要使用空气清新器。一旦办公室里有感冒者,一定要提醒中央空调的控制者,及时进行空气流通和清理,并通知保洁人员加强消毒和清洁。

对于那些易发生感冒的群体,如儿童、老人及身体较弱者。预防感冒首先要

特别关注天气变化,天气转冷时应及时添衣,做好防寒保暖。保持适当的体育锻炼,增强体质,提高机体的耐寒能力。早上起床后把门窗打开,保持室内空气流通,同时,要经常晒洗被褥、枕头,利用日光消毒。保证足够的睡眠,尤其是儿童,每天应保证10小时左右。尽量避免到人群聚集的公共场所活动,减少被感冒病毒传播的机会。另外,每年可以接种感冒病毒疫苗。如果患上感冒,要卧床休息,给予流质或半流质饮食,适宜补充营养,饮食不宜过饱,多吃青菜、水果、瘦肉、蛋类和豆类食品,少吃油腻食品;多喝开水,注意补充适量的水分来稀释血液中的毒素,加速代谢物的排泄。

## 新华区人民医院纳入我市慢性粒细胞白血病救治定点医院

参保患者常用三种贵价药可报销

**本报讯** (记者牛璞璞)12月1日,市民李女士在新华区人民医院血液科接受治疗,病情开始稳定。近日,新华区人民医院被纳入我市慢性粒细胞白血病救治定点医院,今后像李女士一样受益的患者将会越来越多。

据介绍,李女士是一名慢性粒细胞白血病患者。刚来新华区人民医院血液科时,该科主任陈玲发现她精神消沉。经过耐心交谈,陈玲了解到,前一年,李女士在外地一家医院被确诊为慢粒(慢性粒细胞白血病),治疗一年后,家里积蓄几乎被花光,巨额的医疗费用和疾病的折磨让李女士失去了对抗疾病的信心。随后,陈玲对李女士进行了心理疏导,讲解了各种救助政策和措施,帮助她重新燃起战胜疾病的信心。

陈玲说,慢性粒细胞白血病简称慢粒,是一种发生在多能造血干细胞的恶性骨髓增生性肿瘤,病程发展缓慢,早期有乏力、低热、多汗或盗汗症状,伴有体重减轻,血常规白细胞明显增高,伴有pH染色体和BCR-ABL融合基因为特征的白血病。听起来可怕,但慢性粒细胞白血病已不是不治之症。20世纪90年代末甲磺酸伊马替尼成功用于临床以来,开创分子靶向治疗肿瘤时代,临床试验结果令人鼓舞,越来越多的慢粒患者从中受益。患者不再考虑进行造血干细胞移植,每天在家口服4粒药,生存期明显延长,甚至治愈。

“以前,此类贵价药物并不在医保报销范围内,让不少患者不堪经济重担选择停药。”陈玲惋惜地说,“现在好了,今年,我市决定对慢性粒细胞白血病门诊治疗试行单病种结算管理,参保患者常用的3种贵价药今后纳入了医保报销范围。城镇居民最高报销比例达到80%。其中,新华区人民医院被确定为慢性粒细胞白血病患者定点医疗机构之一。”另外,除了政府负担,社会对慢粒患者的援助也在进行。作为中华慈善总会指导医生,陈玲还可为贫困慢粒患者申请9个月免费药费,为患者节省大笔开支。

## 为慢性病防控与营养政策制定提供科学依据

郑县启动成人慢性病与营养监测居民调查工作

**本报讯** (记者牛璞璞 通讯员王博伟)11月4日,作为全国成人慢性病与营养监测点,按照国家统一部署,郑县正式启动了中国成人慢性病与营养监测(2015)居民调查工作,目前已完成一半的调查任务。

据了解,此次调查工作共涉及该县渣园、薛店、王集3个乡镇6个行政村的270户居民,采用进村入户“面对面”方式开展,并实时将所有数据及音频资料等上传至数据搜集与管理平台,保证调查数据的时效性和准确性。此次调查的目的主要是掌握辖区成人居民高血压、糖尿病、血脂异常等主要慢性病的患病、知晓、治疗和现状及其变化趋势;成人居民慢性病相关行为和生活方式,包括烟草使用、饮食、膳食和身体活动等现状及变化趋势;成人居民身高、体重、腰围、血压、血糖、血脂及重要营养因素等指标的现状及变化趋势;居民食物消费量、食物摄入频率、膳食结构、膳食中宏量和微量营养素的摄入量及变化趋势;居民营养不良、营养素缺乏及营养素过剩等主要营养性疾病的患病现状及变化趋势;孕妇和老年人等重点人群的营养与健康状况及变化趋势等,为政府制定慢性病防控与营养政策提供科学依据。



## 雾霾天谨防呼吸道疾病

12月8日下午,平煤神马医疗集团总医院病房大楼呼吸内科住满了呼吸道疾病患者。

据该科负责人介绍,受近日全省雾霾天气影响,我市也连日出现雾霾天气,加上气温较低,使得呼吸道疾病患者骤增,由于老人和儿童抵抗力较弱,成为主要患者群体。专家提醒,老人和儿童冬季要注意多饮水,加衣保暖,并确保室内经常通风,出现咳嗽、流鼻涕等症状应及时到医院就诊。

本报记者 牛智广 摄

## 孕妇破裂子宫被成功修复,市妇幼保健院专家提醒——

### 避免切口处妊娠 保护女性健康

**本报讯** (记者牛璞璞)近日,因患切口处妊娠导致子宫破裂,生命垂危的刘女士,在市妇幼保健院产五科医生的及时抢救下,子宫被成功修复。该院产五科主任杜幸琴说,应注意降低剖宫产率,避免切口处妊娠,保护女性健康。

据介绍,11月16日下午,怀孕两个多月、有过一次剖宫产史的刘女士,在某医院做人流手术时出现大出血,遂急诊来到市妇幼保健院产五科。杜幸琴接诊后,发现病人脸色苍白,意识模糊,出血量大,生命危在旦夕。彩超急诊检查结果疑似为切口处妊娠,盆腹腔内大量积血,经验丰富的杜幸琴初步诊断为子宫疤痕处妊娠破裂。

时间就是生命。杜幸琴立即为病人

开通绿色通道,直接把病人推入手术室,实施急诊开腹手术。术中印证了杜幸琴的诊断是正确的:刘女士子宫下段破裂,大量鲜血外涌,盆腹腔严重粘连,且腹腔内有大量积血。杜幸琴等医务人员凭借娴熟的专业技能,立即为刘女士清除积血,取出妊娠组织,止血,实施子宫整形修复手术,使病人的子宫基本恢复原样。据了解,近一年来,该科成功救治切口处妊娠患者20余名,赢得患者好评。

“近年来随着剖宫产率的提高,切口处妊娠正在逐年攀升。切口处妊娠的专业术语叫子宫疤痕妊娠,是指有过剖宫产史的女性再次妊娠时,孕囊恰巧长在在了上次剖宫产后留下的子宫疤痕处,它是一种非常凶险的异位妊娠,实施人流术或清宫术时,容易导致大出血,危及患者生命,甚至会造紧急实施开腹手术切除子宫等不良后果,严重危害女性身心健康。”杜幸琴说。

杜幸琴提醒广大鹰城女性,应尽量降低剖宫产率,避免切口处妊娠。一是准妈妈在条件许可的情况下最好选择自然分娩,降低第二胎剖宫产率,从而减少切口处妊娠。二是孕妇在怀孕期间应保持适量运动,合理饮食等,避免因巨大儿、妊娠期糖尿病等增加剖宫产率。对于剖宫产后的女性,一是应做好避孕措施,避免两年后才能再次怀孕。二是有子宫疤痕史的女性再次怀孕时,应尽早进行彩超检查,确定是否为疤痕妊娠,争取做到早诊断、早干预。

杜幸琴提醒广大鹰城女性,应尽量降低剖宫产率,避免切口处妊娠。一是准妈妈在条件许可的情况下最好选择自然分娩,降低第二胎剖宫产率,从而减少切口处妊娠。二是孕妇在怀孕期间应保持适量运动,合理饮食等,避免因巨大儿、妊娠期糖尿病等增加剖宫产率。对于剖宫产后的女性,一是应做好避孕措施,避免两年后才能再次怀孕。二是有子宫疤痕史的女性再次怀孕时,应尽早进行彩超检查,确定是否为疤痕妊娠,争取做到早诊断、早干预。

杜幸琴提醒广大鹰城女性,应尽量降低剖宫产率,避免切口处妊娠。一是准妈妈在条件许可的情况下最好选择自然分娩,降低第二胎剖宫产率,从而减少切口处妊娠。二是孕妇在怀孕期间应保持适量运动,合理饮食等,避免因巨大儿、妊娠期糖尿病等增加剖宫产率。对于剖宫产后的女性,一是应做好避孕措施,避免两年后才能再次怀孕。二是有子宫疤痕史的女性再次怀孕时,应尽早进行彩超检查,确定是否为疤痕妊娠,争取做到早诊断、早干预。

## 淇河区为全区中小學生进行健康体检

**本报讯** (记者牛璞璞 通讯员陈新峰)近日,受淇河区卫计委委托,淇河区人民医院抽调医护人员组成体检小分队,利用1个多月时间,为全区52所学校的23349名中小學生进行了全面身体检查。

据介绍,此次体检项目包括心肺听诊、视力检查、身高、体重、口腔、眼科、外科、内科8个项目,医护人员对检查结果进行详细记录,针对检查中发现的龋齿、近视、缺钙等普遍现象,及时向老师及学生提出有针对性的保健意见,引导学生养成良好的卫生习惯。同时,检查出有异常情况的反馈给学校,学校与家长联系,使学生得到及时治疗,确保有病早治、无病预防。

为慢性病防控与营养政策制定提供科学依据。郑县启动成人慢性病与营养监测居民调查工作。据了解,此次调查工作共涉及该县渣园、薛店、王集3个乡镇6个行政村的270户居民,采用进村入户“面对面”方式开展,并实时将所有数据及音频资料等上传至数据搜集与管理平台,保证调查数据的时效性和准确性。此次调查的目的主要是掌握辖区成人居民高血压、糖尿病、血脂异常等主要慢性病的患病、知晓、治疗和现状及其变化趋势;成人居民慢性病相关行为和生活方式,包括烟草使用、饮食、膳食和身体活动等现状及变化趋势;成人居民身高、体重、腰围、血压、血糖、血脂及重要营养因素等指标的现状及变化趋势;居民食物消费量、食物摄入频率、膳食结构、膳食中宏量和微量营养素的摄入量及变化趋势;居民营养不良、营养素缺乏及营养素过剩等主要营养性疾病的患病现状及变化趋势;孕妇和老年人等重点人群的营养与健康状况及变化趋势等,为政府制定慢性病防控与营养政策提供科学依据。

为慢性病防控与营养政策制定提供科学依据。郑县启动成人慢性病与营养监测居民调查工作。据了解,此次调查工作共涉及该县渣园、薛店、王集3个乡镇6个行政村的270户居民,采用进村入户“面对面”方式开展,并实时将所有数据及音频资料等上传至数据搜集与管理平台,保证调查数据的时效性和准确性。此次调查的目的主要是掌握辖区成人居民高血压、糖尿病、血脂异常等主要慢性病的患病、知晓、治疗和现状及其变化趋势;成人居民慢性病相关行为和生活方式,包括烟草使用、饮食、膳食和身体活动等现状及变化趋势;成人居民身高、体重、腰围、血压、血糖、血脂及重要营养因素等指标的现状及变化趋势;居民食物消费量、食物摄入频率、膳食结构、膳食中宏量和微量营养素的摄入量及变化趋势;居民营养不良、营养素缺乏及营养素过剩等主要营养性疾病的患病现状及变化趋势;孕妇和老年人等重点人群的营养与健康状况及变化趋势等,为政府制定慢性病防控与营养政策提供科学依据。

为慢性病防控与营养政策制定提供科学依据。郑县启动成人慢性病与营养监测居民调查工作。据了解,此次调查工作共涉及该县渣园、薛店、王集3个乡镇6个行政村的270户居民,采用进村入户“面对面”方式开展,并实时将所有数据及音频资料等上传至数据搜集与管理平台,保证调查数据的时效性和准确性。此次调查的目的主要是掌握辖区成人居民高血压、糖尿病、血脂异常等主要慢性病的患病、知晓、治疗和现状及其变化趋势;成人居民慢性病相关行为和生活方式,包括烟草使用、饮食、膳食和身体活动等现状及变化趋势;成人居民身高、体重、腰围、血压、血糖、血脂及重要营养因素等指标的现状及变化趋势;居民食物消费量、食物摄入频率、膳食结构、膳食中宏量和微量营养素的摄入量及变化趋势;居民营养不良、营养素缺乏及营养素过剩等主要营养性疾病的患病现状及变化趋势;孕妇和老年人等重点人群的营养与健康状况及变化趋势等,为政府制定慢性病防控与营养政策提供科学依据。

## 为大龄妈妈提供贴心服务 市二院开设“二孩门诊”

**本报讯** (记者牛璞璞)二孩政策一出台,不少女性开始备孕。然而,怀孕难、易流产、出生缺陷多、孕产风险等众多“拦路虎”,让不少大龄妈妈担心自己是否能够再次生育。近日,市第二人民医院针对二孩咨询量大、问题多等情况,特别开设了“二孩门诊”。

据该院妇产科主任安莲英介绍,二孩政策出台以后,前来咨询的市民明显增多。其中,超过50%为40岁左右的夫妇,他们普遍关注的问题集中在还能不能生,上环再生的概率大不大,长期避孕还能不能怀上,做过人流或子宫肌瘤手术的再次怀孕的风险大不大等。

“高龄是导致胎儿出生缺陷最主要的原因。”安莲英表示,从优生学上讲,女性最佳生育年龄为25-29岁。35岁后,卵巢功能开始衰退,卵子质量下降,容易造成死胎、流产或畸形,新生儿先天性出生缺陷的发生率也会增高。安莲英说,该院住院分娩最大年龄的产妇为47岁,如果大龄妇女实在无法自然怀孕,也可通过试管婴儿辅助生殖的办法实现愿望。

咨询中,大家最关注的问题是:到底要不要生二孩?什么样的身体条件符合生二孩?胎儿生出来是否健康?如果准备怀孕需要注意哪些事项?第一胎剖宫产会

市第五人民医院:

# 加快建设“远程会诊”造福本地患者

**本报讯** (记者牛璞璞 通讯员李涛)“没想到在这儿就能和郑大一附院的专家直接对话,真是太方便了。”11月6日,在市第五人民医院,患有胸腔积液慢性病的李先生接受该院“隔空合作”诊疗模式后说。

据介绍,2009年,市第五人民医院以新病房楼启用为契机,与郑州大学第一附属医院建立友好协作关系,成为郑大一附院友好协作医院,并成立了郑大一

附院远程会诊分中心。今年以来,市第五人民医院不断加快中心建设步伐,由郑大一附院免费提供一条10M带宽光纤、一套远程会诊设备、免费数字资源共享等10项帮扶措施,对原有远程会诊分中心进行升级改造,在学科建设、人才培养、教学科研等方面接受全面指导,努力为中心提供优质服务。

作为一种创新的技术指导形式,郑大一附院的专家可以通过远程音视频,对区域医疗协作医院的病人进行病情诊断,提出治疗指导意见,使疑难患者不出当地就能享受到高水平的医疗服务,根据需还可通过系统进行双向转诊。同时,依托郑大一附院的医疗和教学资源,市第五人民医院的数字图书馆,接受远程培训授课,使医务人员不出医院就能得到高水平的业务指导。

附院远程会诊分中心。今年以来,市第五人民医院不断加快中心建设步伐,由郑大一附院免费提供一条10M带宽光纤、一套远程会诊设备、免费数字资源共享等10项帮扶措施,对原有远程会诊分中心进行升级改造,在学科建设、人才培养、教学科研等方面接受全面指导,努力为中心提供优质服务。

作为一种创新的技术指导形式,郑大一附院的专家可以通过远程音视频,对区域医疗协作医院的病人进行病情诊断,提出治疗指导意见,使疑难患者不出当地就能享受到高水平的医疗服务,根据需还可通过系统进行双向转诊。同时,依托郑大一附院的医疗和教学资源,市第五人民医院的数字图书馆,接受远程培训授课,使医务人员不出医院就能得到高水平的业务指导。

附院远程会诊分中心。今年以来,市第五人民医院不断加快中心建设步伐,由郑大一附院免费提供一条10M带宽光纤、一套远程会诊设备、免费数字资源共享等10项帮扶措施,对原有远程会诊分中心进行升级改造,在学科建设、人才培养、教学科研等方面接受全面指导,努力为中心提供优质服务。

作为一种创新的技术指导形式,郑大一附院的专家可以通过远程音视频,对区域医疗协作医院的病人进行病情诊断,提出治疗指导意见,使疑难患者不出当地就能享受到高水平的医疗服务,根据需还可通过系统进行双向转诊。同时,依托郑大一附院的医疗和教学资源,市第五人民医院的数字图书馆,接受远程培训授课,使医务人员不出医院就能得到高水平的业务指导。

附院远程会诊分中心。今年以来,市第五人民医院不断加快中心建设步伐,由郑大一附院免费提供一条10M带宽光纤、一套远程会诊设备、免费数字资源共享等10项帮扶措施,对原有远程会诊分中心进行升级改造,在学科建设、人才培养、教学科研等方面接受全面指导,努力为中心提供优质服务。

作为一种创新的技术指导形式,郑大一附院的专家可以通过远程音视频,对区域医疗协作医院的病人进行病情诊断,提出治疗指导意见,使疑难患者不出当地就能享受到高水平的医疗服务,根据需还可通过系统进行双向转诊。同时,依托郑大一附院的医疗和教学资源,市第五人民医院的数字图书馆,接受远程培训授课,使医务人员不出医院就能得到高水平的业务指导。

附院远程会诊分中心。今年以来,市第五人民医院不断加快中心建设步伐,由郑大一附院免费提供一条10M带宽光纤、一套远程会诊设备、免费数字资源共享等10项帮扶措施,对原有远程会诊分中心进行升级改造,在学科建设、人才培养、教学科研等方面接受全面指导,努力为中心提供优质服务。

作为一种创新的技术指导形式,郑大一附院的专家可以通过远程音视频,对区域医疗协作医院的病人进行病情诊断,提出治疗指导意见,使疑难患者不出当地就能享受到高水平的医疗服务,根据需还可通过系统进行双向转诊。同时,依托郑大一附院的医疗和教学资源,市第五人民医院的数字图书馆,接受远程培训授课,使医务人员不出医院就能得到高水平的业务指导。

本版联系方式:  
13937569899