

今天是第25个世界结核病防治日

携手抗疫防痨 守护健康呼吸

□记者 娄刚

本报讯 3月24日是第25个世界结核病防治日,今年的主题是“携手抗疫防痨、守护健康呼吸”。在新冠肺炎疫情暴发的背景下,市传染病医院对传染病防控高度重视,以多种形式向市民传授健康卫生知识,增强其自我防护意识和能力。

据市传染病医院院长李延河介绍,今天9点至17点,该院在公众号“平顶山市第三人民医院”举办防传染病健康知识测试,此次活动设定1250个红包,测试达到满分可领取最高50元现金红包,请市民踊跃参与,更好地掌握防疫知识,有效保障我市复工复产工作顺利推进。

本次竞赛采取在线答题形式。竞赛内容主要包括结核病相关的基础知识、诊疗规范、防治政策和要求、前沿进展等内容,还包括部分新冠肺炎诊疗和防控知识要点。

结核病要早检查、早发现和早治疗

李延河介绍说,结核病是由结核杆菌入侵人体引起的一种慢性传染病,可以发生在人体的任何部位,其中以肺部最为多见。肺结核的主要症状有咳嗽、咳痰、疲乏、食欲减退等,患者体温一般在38摄氏度左右,午后逐渐升高,经常夜间睡眠时出汗,严重时胸痛、咯血。得了肺结核如果不能及早诊断和正规治疗,有可能带来严重后果。早期检查、早期发现肺结核是取得好的治疗效果的关键之一。

结核病是由结核杆菌侵入人体而引起的,该病的病原体是结核杆菌,它主要通过呼吸道经空气传播。但并非所有肺结核的病人都可将自身的结核杆菌传染给他人,只有在能将结核杆菌自体内排出体外的情况下才具有传染性。因此,仅有排菌的肺结核病人才能将结核杆菌排入空气之中,并传染给周围人群。

结核病的传播途径有飞沫传染和尘埃传染两种。当咳嗽、打喷嚏或大喊大叫时,从病人口腔中喷射出很小、含有细菌的痰液来,这种很小的痰液叫作飞沫。含菌的飞沫在空气中可停留多时,这时如果健康人离病人很近,就可能把含菌的飞沫吸入肺内而受到传染,这种传染叫飞沫传染。另外,如果病人把含菌的痰吐在地上,痰干燥后,结核杆菌就会附在尘埃上,遇到刮风或打扫卫生的时候,含菌的尘埃就会飞扬起来,如果吸入肺内就有可能受到传染,这种传染方式叫作尘埃传染。由于以上的传染方式是通过呼吸道而发生的,所以统称为呼吸道传染。

结核杆菌也能通过消化道传播。痰里有结核杆菌的病人吃剩的食物上或用过的碗筷上可能沾染有结核杆菌,吃了病人剩的食物或使用病人用过没有刷洗消毒的碗筷,也有可能受到感染,可引起肠结核、腹膜结核等,这些方式叫作饮食传染和接触传染。此外,饮用未经煮沸消毒的牛奶也可感染上结核杆菌。

预防结核病有讲究

应如何预防结核病呢?李延河说,一是接种卡介苗。卡介苗是一种无致病力的活菌苗,接种于人体后可获得对结

核杆菌的特异性免疫力,保护率约为80%,可维持5-10年,因而隔数年后对结素试验转阴者还需复种。接种对象是未被结核杆菌感染,结素试验阴性者,年龄越小越好,一般在出生后三个月内注射,主要为新生儿和婴幼儿。卡介苗接种效果肯定,但种卡介苗所产生的免疫力也是相对的,应重视其他预防措施。二是培养良好的卫生习惯。首先是不抽烟、不酗酒、勤洗澡,保证充足的睡眠,平衡膳食、合理营养,加强体育锻炼,预防感冒。其次是要注意隔离,减少接触传染源。人们应尽量减少与肺结核病人,特别是活动性肺结核病人的接触。家庭成员如果有肺结核病人,除积极治疗和经常通风换气外,病人最好单独住一间房,无条件者要分床睡。再次是经常呼吸新鲜空气,养成定时开窗通风的习惯,尽量让日光进入室内。然后是结核病患者咳嗽时应该以手帕掩口,不要随地吐痰。结核杆菌对湿热的抵抗力很差,煮沸15分钟即可杀灭,患者用过的餐具可煮沸消毒。患者的衣服、手帕、被单等洗涤后要在烈日下暴晒30分钟以上。其他用具日常消毒采用70%的酒精即可,结核杆菌接触15-30秒后即被杀死。最后是要注意肺部健康检查。人们如果发现低热、盗汗、干咳嗽、痰中带血、乏力、饮食减少等症状,要及时到医院检查。确诊结核病以后,患者要立即进行治疗。只要发现及时,治疗彻底,结核病是完全可以治愈的。

李延河说,在日常生活中做到讲卫生、戴口罩、勤洗手、多锻炼、劳逸结合,是普通人最可行有效的预防结核病以及其他传染病的方式。

导读

世界口腔健康日
市口腔医院
邀你做“承诺”

[B2]

我市第一批援鄂医疗队留守
医生曹飞向全体党员发出倡议:
继续以饱满的热情
战斗在武汉

[B3]

夫妻同一战线抗疫
却没机会见面

[B3]

防病毒
要保护好
孩子的鼻腔

[B7]



健康视界



平顶山金融圈

