

第二波甲流来袭 疫情可防可控可治

本报记者 安华 梁晓/文 宋晔/图

随着天气转冷,我国甲流疫情出现重症病例不断增加,死亡病例出现,聚集性疫情病例比重增大等新情况。相关专家提醒,甲流疫情第二波已经开始,公众应该继续做好个人防护。

疫情提前进入高发期

根据卫生部通报,截至11月2日,内地31个省市自治区累计报告48748例甲型H1N1流感确诊病例,已治愈36309例;累计报告甲型H1N1流感重症病例118例,已治愈34例,死亡7例。从上周末开始,我国北方地区持续降温,低温干燥天气将使甲流病例增多。我市从上周末也开始明显降温,从11月1日始最低温度已经骤降至0℃左右,气温降低、气候干燥,使病毒更容易传播。市疾控专家预测,流感疫情已经提前开始进入流行高发期和持续快速上升期。

专家认为,随着秋冬季节来临,甲流将取代季节性流感成为本地呼吸道感染流行中的高发疾病。但是,甲流感病毒

在本次流行期内发生严重变异的可能性不大,公众只要做好个人防护,甲流可防可控可治,不必过于担心。

注射疫苗是最有效手段

据市疾病预防控制中心主任王松强介绍,目前,注射疫苗是防控甲流疫情的有效手段。10月31日上午,我市在全省18个省市中率先启动甲流疫苗接种工作。“感觉挺好的,不疼。”郑州市六院隔离病区主任孙燕是我省甲流疫苗接种“第一人”。在市六院京广南路社区卫生服务中心,近百名重点人群代表,首批接受了疫苗接种,没有不良反应发生。

“郑州市首批分配疫苗12万人次,已按计划分配到各县(市、区)接种点。”市卫生局局长顾建斌说,全市共有215家甲流疫苗点,第一批接种的重点人群是一

线医疗卫生服务人员,口岸检疫边检及公路交通服务人员,一线交警等。

市卫生局副局长原学岭表示,第二批、第三批甲流疫苗将在年底前陆续调配到我市,对其他重点人群,例如在校中小师生、慢性病患者及老年人等,到时将根据国家疫苗分配情况,逐步进行。他提醒广大市民,不要自行前往接种点,要安心等待,所有人员都将根据国家疫苗分配计划得到安全预防接种。

保持良好卫生习惯

科学研究证明,疫苗接种能够提升受种群体的免疫力,从整体上保护易感人群,但任何疫苗接种都难以保证每个受种者得到保护,不排除个别接种者仍会感染。国内外研究表明,甲型H1N1流感疫苗保护率可达85%以上,

因此,其接种将极大增强易感人群的整体免疫力,已接种人群中不会出现大规模甲型H1N1流感暴发的现象。

王松强提醒市民,接种疫苗是有效防控甲型H1N1流感的手段,但不是唯一手段。对接种者和市民来说,减少或避免到人群拥挤的公共场所、在公共场所佩戴口罩、注意室内开窗通风、勤洗手、注意个人卫生等行之有效的措施仍然要坚持下去。保持良好的个人卫生,增加洗手的频率很重要。



健康快讯

全省医院急救技能大比武

本报讯 近日,省直医院急救技能大比武活动在郑州拉开帷幕。来自省直医院的18支参赛队共108名医护人员参加了这项比赛,比赛项目包括单人徒手心肺复苏术、经口气管插管术、密闭式周围静脉输液术、创伤院前急救技术、三人心肺复苏术等。经过激烈角逐,省人民医院、郑州大学第一附属医院并列取得“团体一等奖”。崔燕燕、谢薇、韩旭等人分别摘取三项个人操作项目单项冠军,并将按照有关程序申报全省“五一劳动奖章”。

“医疗急救工作是有有效处置各类突发事件的重要组成部分,是保障人民生命健康,维护社会稳定的中坚力量。”省卫生厅副厅长夏祖昌强调,在当前和今后一段时期,我省急救任务仍将十分繁重和艰巨。

据了解,对于急救培训,各级医疗机构都非常重视,在省人民医院和郑州大学第一附属医院,从年轻护士到专家,每年都要系统地接受基本技术考核,心电图、静脉输液、无菌操作等最基础的技能都列入在内。(魏研平 曹咏)

我省首家血友病专业门诊成立

本报讯(记者 梁晓 通讯员 魏妍平 陈召超)近日,我省血友病诊疗管理门诊在省人民医院挂牌成立,这是我省首家对血友病进行综合、规范治疗的专业门诊。

据了解,血友病是一种常见的遗传性出血性疾病,轻微的活动就可能引起患者流血不止,如果长期缺乏合理治疗将引发患者肢体残疾,甚至危及生命。

据悉,省人民医院设立血友病诊疗管理门诊,就是为普及血友病知识,让血友病患者得到更及时更全面更规范的治疗和帮助,并培养河南地区的专业医护人员,提高血友病的诊断率,降低致死率,从而提高血友病患者的生活质量。该门诊成立后,将为病人提供日常诊断和综合治疗;家庭护理指导;建立血友病患者联谊会等一系列的服务。

健康视点

郑州市疾病预防控制中心

小小关节镜发挥大作用

本报讯 11月2日,刚做完韧带重建手术的市民张女士,没想到自己会恢复得这么快。她手术完20多天就能下地走路,而且腿上留下的疤痕仅有黄豆大小。市第二人民医院骨科主任孙晓堂告诉记者,这主要是关节镜立了大功。

10月中旬,张女士出车祸后被送入市第二人民医院,经医生检查,确诊是右膝韧带前交叉韧带断裂。主治医师孙晓堂和王鸿雁在神奇“小镜子”——关节镜的帮助下,成功地张女士实施了“同种异体肌腱移植重建前交叉韧带”

微创手术,帮助膝关节的结构及功能恢复正常。

孙晓堂介绍,普通关节手术需要在关节部切开15到20厘米的切口,不但影响美观,术后还容易造成粘连。而应用关节镜的手术,只需开两个“黄豆”大的小切口,术后即能进行康复锻炼。

该手术创伤小,痛苦小,术后恢复快且住院时间短,为患者节省了费用,可以广泛应用于关节疾病与创伤的诊断和治疗。该手术的成功实施标志着市第二人民医院在微创关节外科领域已经取得突破性的进展。(陈燕)

两家医院冒雨到社区义诊

本报讯 10月31日,市妇幼保健院和市骨科医院的“万名医护送健康”医疗服务队冒着绵绵细雨到社区义诊,为社区居民免费发放药品、提供体检、健康咨询,宣传甲流防控知识。

两家医院分别在鑫苑名都社区和二七区碧波园广场进行义诊和甲流防控知识宣传。市骨科医院的工作人员告诉记者,目前气温骤降,疫情将进入第二个高发期。为了进一步强化甲流防控工作,

该院将组织医护人员深入到社区、学校等人群密集的场所进行冬季常见病、多发病的预防知识宣传和义诊。

据市儿童医院队队的党委书记刘法启介绍,该院将把11月份作为义诊、宣传月,通过医护人员到居民身边强化宣传甲流防治知识,让群众更多地了解到甲流只是呼吸道传染性疾病,只要做到勤洗手、讲卫生、吃熟食,就能预防,甲流是可防、可控、可治的。(李蔚卜春梅)

新生建立“心理电子档案”

本报讯 日前,由信息工程管理学院筹划建立的“新生心理电子档案”系统制作完成。至此,每名新生都有了个人心理电子档案。

据了解,为掌握新生心理动态,了解新生心理行为特点,在新生入学报到后,该院心理咨询中心专家就采用《SCL-90症状自评量表》进行心理普查,组织召开座谈会、开展现场答疑活动等多样形

式,了解掌握新生心理一手资料。根据所得的各项数据,专家们对新生的心理状况进行分析、归类、评价,最终为每名新生建立心理档案。

针对发现的心理问题,该院开通了“心理服务热线”,为部分心理“疙瘩”较重的新生制定相应的措施,对他们追踪治疗,帮助他们迈好入学第一步。(杨克功 樊净芷)

社区片医严守甲流防控第一关

本报讯 “我们的片医不仅要做好日常的公共卫生服务,还要承担社区里的甲流防控任务,对与甲流患者密切接触者进行居家医学观察。”东风路社区卫生服务中心主任张耀秋告诉记者。

据悉,在甲流防控工作中,社区片医主要承担执行预检分诊和疫情监测任务。各社区卫生服务机构要在社区

人口集中地方设立预检分诊台,对社区居民进行体温检测,做好发热及流感样病人的预检分诊,发现流感样症状要按照要求及时处理。若发现体温37.5℃以上的发热病人,片医要指导其做好防护工作,到就近医院的发热门诊就诊,并做好登记,记清其家庭住址、联系电话,确保可追溯。(阎涛涛)

藏族喇嘛师兄妹先后来郑就医

本报讯(记者 梁晓 通讯员 张毅)“这里技术好,人也热情……”39岁的藏族喇嘛索郎他生,在省胸科医院治好病后,又介绍自己的师妹喇嘛尼曲益卓玛来郑就医。

据了解,索郎他生在2003年患上肺结核,一直没有得到很好的治疗。2007年11月,他慕名来到我省胸科医院,经过手术治疗,他的病得到根

治。他听说师妹由益卓玛患胆结石需要做微创手术,马上介绍她来这里。10月27日,由益卓玛在姐姐和索郎他生的陪伴下来到省胸科医院,经微创病区主任薛颖雨诊断后确诊为胆结石。11月2日,只用了10分钟,由益卓玛的胆囊摘除手术就顺利完成。“手术创口只有两厘米。”薛颖雨说,“贴两个创可贴就行了”。

学术动态

海峡两岸专家 探讨脑中风预防

本报讯 近日,由省人民医院主办的海峡两岸中防治和抗栓治疗学术研讨会上,台湾著名药物基因专家李明达、华裔哈佛大学流行病学教授徐希平、省人民医院神经内科医学博士朱良付等与全省500多名医生一起,探讨中防治问题,提出了多学科合作建立脑中风的预防、筛查干预平台,并在食品中补充叶酸等,预防中风的有效措施。

据省人民医院副院长杨朝宽介绍,中风是我国目前致死率第一、致残率第二的高发疾病,每年全国新发病例250万,每年死于中风的病人达150万。过去,脑中风的神经内科医生负责诊疗,在这次研讨会上,专家们在最新研究成果介绍中认为,脑中风的最大致病因素高血压的发现者和治疗者恰恰是心血管内科医生,因此心血管内科医生应该站在脑中风防控的上游,建立多学科合作共同预防脑中风的新型医学模式。在农村就可以推广的“一口水、一片药”的最基础的高血压控制措施,就能使基层群众的脑中风发生率降低40%。专家呼吁临床医生树立大卫生、大健康的理念,在日常诊疗行为中大面积动员社会力量共同预防疾病。

专家指出,食用添加叶酸的食物,也有利于脑中风的防治,建议将常规补充叶酸纳入政府的食物政策,来降低脑血管病的发病率。

(魏妍平)



打鼾“急刹车” 不能掉以轻心

60多岁的吴先生只要一睡下来,就鼾声大作,但有时好像急刹了车,呼吸会突然停止。有时,一夜会发生10余次,搞得老伴不敢睡觉,害怕他“睡过去”。

严重影响健康及生活质量

耳鼻喉科主任周世华说,吴先生这种睡眠打鼾并伴有憋气或窒息的现象,被称为“阻塞性睡眠呼吸暂停综合征”。通常表现为打鼾、憋醒、头重乏力、记忆力减退、反应迟钝等;严重者可导致高血压、冠心病、呼吸衰竭等。频繁睡眠中窒息可导致低血氧症,久而久之会使全身各个器官组织处于缺氧状态,引起心肺功能障碍,甚至可能在睡眠中出现猝死。

哪些人易患发生呼吸暂停

上呼吸道任何解剖部位的狭窄或堵塞,都可导致阻塞性睡眠呼吸暂停。常见的有肥胖、鼻和鼻咽部疾病、口咽部疾病、内分泌紊乱等。

在检查时,医生要对患者做“多导睡眠呼吸监测”,全面了解睡眠、呼吸、心脏等情况,根据病人的具体情况,选择不同的治疗方法。打鼾者应选用综合治疗,如减肥,戒烟,治疗鼻腔疾病、保持鼻腔通气,应用呼吸机等;严重者手术治疗,常用的方法是“悬雍垂腭咽成形术”,术后,能扩大气道,改善通气状况,减少并发症。

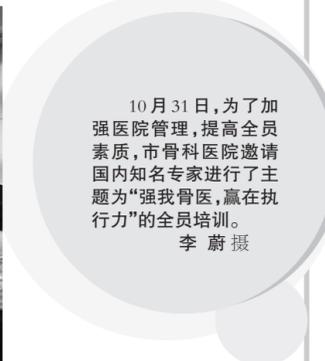
陈锦屏

地址:郑州市菜市街1号 耳鼻喉科电话:0371-66905292 周世华电话:0371-66588701

图片新闻



南京正大天晴医院管理百家讲坛一强我骨医 赢在执行



10月31日,为了加强医院管理,提高全员素质,市骨科医院邀请国内知名专家进行了主题为“强我骨医,赢在执行”的全员培训。李蔚摄

健康提醒

脑中风发病呈低龄化趋势 熬夜酗酒等是高危因素

本报讯(记者 汪辉 通讯员 曹咏/文 丁友明/图)10月29日是世界卒中日,当日上午,中华医学会神经病学分会脑血管病学组、郑大一附院联合在我市举行大型义诊活动。有关专家提醒,脑血管病已上升为我国城乡居民死因第一位,同时中风不再是老年人“专利”,已向年轻人“进攻”。

“目前,我国每年200万新发中风患者中约10%是中青年,且呈上升趋势,年龄最小的患者只有十几岁。”据郑大一附院神经内科主任许明教授介绍,“卒中”即中风,包括脑溢血和脑梗塞。脑血管病是所有单病种中致死率最高的疾病,存活的患者中大约有

3/4遗留不同程度的残疾。根据2008年我国居民的第三次死因抽样调查结果表明,脑血管疾病排在第一位,其中,脑卒中是最常见的脑血管疾病。

为什么发病不断上升和年轻化?许明教授说,诱发年轻人脑中风的罪魁祸首是不健康的生活方式。那些长期过夜生活、酗酒、抽烟的人就是高危人群。暴饮暴食、高血压、高血脂、精神紧张都是脑中风的诱因。年轻人更应该戒烟限酒、均衡饮食、坚持运动、规律作息、保持平和健康心态,预防卒中疾病的发生。

适量饮用咖啡可降低心血管病发病率

本报讯 高血压是常见的心血管疾病,它涉及面广,危害严重,是全球范围内的重大公共卫生问题。10月29日,为期4天的2009年世界高血压大会在京召开。此次会议由世界高血压联盟和中国高血压联盟联合主办,众多中外知名学者、专家出席了会议。今年学术项目的亮点集中在高血压诊断和治疗方面,并且在如何提高初级和二级防御方法方面进行了突破性交流和深入探讨。

世界高血压联盟主席刘力生教授在会上作了题为“盐与高血压及心血管病的关系”的学术讲座。刘力生介绍了国内外有关盐与高血压方面的最新研究进展,重点阐述了涉及低钾和镁与高血压的关系。他提醒市民,低盐膳食最利于日常预防高血压。同样引起与会者兴趣的是近年来咖啡与心血管病关系的争论。数个国际流行病研究议题都是有关“咖啡具有预防脑卒中和二型糖尿病的作用”

方面的。其中哈佛大学 Frank B Hu 教授主讲的“咖啡饮用与心血管病的发病率与死亡率的关系”引起大家广泛关注。北京雀巢研发中心张卫国客座教授的议题是“牛奶来源的肽类对血压调节的作用”,张卫国说,牛奶来源的多肽已在日本和芬兰被证实有抑制血管紧张素转换酶(一种升高血压的激素)的作用,多项动物和人体实验均证明其有一定降低血压的作用。(何彤)

郑州市口腔医院

口腔爱牙热线 62806000 62806655 郑州市二七路224号

中华慈善总会唇腭裂免费治疗定点医院

牙齿不齐可以预防吗

起牙颌畸形。后天不良习惯:不良习惯包括咬唇、吐舌、张口呼吸、要异物、偏侧咀嚼、托腮、吮手指和俯卧睡眠等,常会影响口腔颌面部正常发育。而吮手指、咬舌、咬硬物会使相应部位的上下牙外扇出现间隙。咬上唇会导致牙齿反颌“地包天”等。

替牙障碍:孩子在换牙过程中,如果乳牙不到换牙年龄过早脱落或到换牙年龄迟迟未脱,恒牙早萌或萌出推迟容易引起牙颌畸形。

针对上述三个方面预防如下: 1.保证孕妇的健康和合理营养;孕妇饮食健康、营养全面、孕期精神愉

悦,尽量避免有害物质对胎儿的影响。提倡母乳喂养,正确的哺乳姿势,加强母婴交流,促进婴儿生理、心理健康成长。

2.不良口腔习惯早发现、早纠正、早治疗,促进孩子颌面部的正常发育。3.清除替牙期障碍:注意孩子口腔卫生和口腔健康,学龄前期及小学阶段最好每半年检查一次牙齿,做到龋齿早防、早治,发现多生牙、滞留乳牙及早拔除,做好咬合诱导。

4.家族性遗传导致的牙颌畸形无法预防,但牙颌畸形的遗传不是绝对的,应定期到专业的口腔医院检查,进行早期干预治疗。