



流感高发期 预防是关键

本报记者 王治 汪辉 通讯员 李国伟 王璞

流感有别于普通感冒

采访中记者发现,许多市民对“感冒”的概念并不清楚,大多市民都是一知半解甚至存在许多误解。

“实际上感冒、流感(流行性感冒的简称)、上感(上呼吸道感染的简称)的概念是不同的,预防和治疗的方法也不完全一样。感冒和流感虽然都是由病毒感染呼吸道引起的,但它们是两种不同的疾病。”市第六人民医院感染性疾病科主任胡继伟说。

据胡继伟介绍,流行性感冒,简称流感,是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,发病率高,易引起暴发流行或大流行,病原体为甲、乙、丙3种类型流行性感冒病毒,主要通过空气飞沫传播。临床上常有高热、乏力、全身肌肉酸痛、眼结膜炎明显和轻度呼吸道感染症状。流感的最主要特点是流行,可引起区域性、全国性,甚至世界性的大流行,因此流行是临床医师诊断流感的主要根据。由于流感病毒尤其是甲型病毒极易变异,因此每年发生的流感病毒株或病毒血清型往往是不一样的,一般3年一个流行高峰,发病人数多,全身症状严重,影响健康和劳动能力。

“流感和感冒症状比较类似,但也稍有不同。”胡继伟表示,流感比较典型的症状有高热、头痛、咳嗽、全身酸痛、疲倦无力、咽痛等,这些症状普通感冒也有,但普通感冒很少会出现全身酸痛症状等。

儿童防护 尤为关键

胡继伟提醒,身体虚弱的人群如老年人、儿童、糖尿病或肿瘤等慢性病患者,尤其应注意预防流感。因为冬季天气寒冷,风势强劲,人体容易受寒,抵抗力减弱,流感病毒便乘虚而入,侵袭我们的呼吸系统,流感病毒会通过空气传播。

在发病的最初3天,流感病毒的传染性最强,它随打喷嚏、咳嗽或者说话喷出的飞沫传播,老年人、体弱者、吸烟者、婴幼儿最容易被感染。老年人和慢性呼吸道疾病或心脏病患者易并发肺炎甚至危及生命。

专家强调,流感的预防关系到全家所有成员,尤其是儿童抵抗力较低,他们往往是最早感染流感的人群,家庭中的流感大部分也是孩子感染的。

一般来讲,孩子越小发烧越高,高烧可以导致孩子脱水、惊厥等。儿童流感有时还会出现胃肠症状,比如恶心、呕吐、拉肚子等,这些症状在成人流感中比较少见。家长需要注意的是,儿童流感转成肺炎的速度比较快,而且也比较隐蔽,尤其是在婴幼儿中,不易察觉。除了肺炎之外,儿童流感还可以引起其他许多并发症,比如心肌炎、中耳炎、支气管炎、脑膜炎等等。

所以,家长教育孩子重视流感,不仅仅是保护了孩子的健康,间接也是在保护自己的老人和周围的邻居。如果家长怀疑或者确定孩子得了流感,不要让孩子上学,要在家休息,注意通风。孩子的活

动范围也需要受到一定限制,其他孩子、老年人最好不要跟孩子接触,以避免孩子感染他人。

另外,家长要嘱咐孩子在幼儿园或学校发现有小朋友或同学发烧,回家后要告诉家长。家长要向孩子传输一些疾病预防的知识,包括流感,要教育孩子养成勤洗手的好习惯。

个人预防当先行

市疾控中心专家提醒广大市民流感流行高峰期应做好个人防护:要积极锻炼身体,勤洗手,保持良好的个人卫生习惯;尽量少去空气流通不畅、人员密集的公共场所,尤其是老年人、婴幼儿和慢性病患者。

具有发热症状的患者应离岗离校,避免带病上班上课,并减少与其他健康人员的密切接触。若症状加重,应及时就医,在前往医院就诊时,患者和陪同人员应佩戴口罩。

节日期间走亲访友时要尽量避免接触出现流感样症状的患者,如接触时尽量佩戴口罩;当接触流感样症状患者时,避免用手接触自己的眼睛、口和鼻;当接触流感样症状患者后,应立即用肥皂洗手;平衡膳食、补充营养、多喝水、少饮酒,避免身体过度疲劳,保持身体处于良好状态。

市疾控中心专家建议,未接种流感疫苗的市民应积极接种流感疫苗,尤其是老年人、小学生、幼儿园儿童和慢性病患者等人群。

医讯速递

专家聚郑研讨胃食管反流

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 连文鑫)为提高我省胃食管反流病临床诊疗水平,近日,由郑州陇海医院主办的“2015年首届河南省胃食管反流病诊疗技术推广会”召开。

推广会上,郑大一附院季锋博士、郑大四附院王天昌教授等专家和与会者分享临床胃食管反流等疾病治疗方面的经验。

据了解,胃食管反流病是一种常见的消化系统疾病,是胃、十二指肠内容物反流,如食管引起反酸、烧心、胸痛等症状或食管黏膜损伤,其典型症状是反酸、烧心,我国胃食管反流病的发病率达10%左右。此次诊疗技术推广会对胃食管反流病现状,与耳鼻喉、呼吸、消化、心脑血管疾病关系的最新研究进展,胃食管反流病指南解读,以及与肿瘤的关系等最新技术和动态做专题讲座。

6岁儿童患白血病 医护人员献爱心

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 王雷)日前,记者从郑州颐和医院获悉,来自周口的6岁白血病男孩豪豪因家庭经济困难无力负担高额医疗费用。该院血液内科全科医护人员为男孩捐款奉献一份爱心。

据介绍,豪豪来自周口郸城,一个月前,豪豪因为反复发烧不愈,经检查,被确诊为急性淋巴细胞性白血病。

据颐和医院血液内科主任丁现超介绍,如果坚持治疗,会有70%-80%以上的治愈率。但由于家庭贫困,近20万元的治疗费让他们一筹莫展。了解到豪豪的家庭状况,血液内科全科医护人员纷纷自发为豪豪捐款。在颐和医院血液内科病房,丁现超将全科10余医护人员的2500元爱心款交到豪豪母亲手中,一再叮嘱她不要轻言放弃,坚持治疗。

丁现超告诉记者,豪豪的病只要坚持治疗就有极大希望能治愈,现在豪豪家人仅有的一万余元连一周的治疗也维持不了,他希望社会上能有更多的人帮帮这个可怜的孩子。

我省10所医院获比第二周期“三级甲等”医院称号

本报讯(记者 汪辉 王治 通讯员 马一禾)日前,河南省卫生和计划生育委员会下发文件,正式批准郑州大学第一附属医院、郑州大学第二附属医院、郑州市儿童医院、平煤神马医疗集团总医院、郑州市人民医院、三门峡市中心医院、郑州市心血管医院、商丘市第一人民医院、南阳市第二人民医院、南阳南石医院等10所医院为第二周期“三级甲等”医院。

这是10所医院在继通过了省卫计委预评审、评审、复核后,通过不定期重点检查和动态考核,经国家卫生计生委医政医管局核准,正式成为“三级甲等”医院。至此,我省三甲评审工作完美收官。

图片新闻



近日,市一院开展“成就健康,开启美好未来”荥阳水镇大型义诊活动。 丁友明 摄



郑大五附院日前召开2014年度党员大会。 丁友明 摄

热点关注

医疗慈善进行时

郑州人民医院、郑州中心医院慈善项目启动

本报记者 汪辉 王治 通讯员 贺婉樱 封宁

郑州人民医院 “关爱女性”慈善项目落户该院

日前,“关爱女性”慈善项目落户郑州人民医院,为贫困癌症患者带来了福音。

据悉,“善行绿城”之“关爱女性”两癌救助慈善项目具体内容如下:

户籍为郑州市的家庭贫困(持有低保证、低收入证明或三级贫困证明)的患有乳腺癌或宫颈癌的女性患者均为救助对象。

凡由郑州慈善总会、郑州市妇女联合会确定,并且在郑州人民医院住院治疗的贫困两癌患者,持郑州市(含县、市、区)低保证、低收入证明或三级贫困证明,其医疗费用经社保、农合、民政等报销之后个人承担的部分,可由慈善项目资金给予最高5000元/人/年的救助。

另据悉,“善行绿城”之癌症救助慈善项目具体内容为:自1月1日~12月31日,户籍为郑州市的家庭贫困(持有低保证、低收入证明或三级贫困证明)患有肺癌、肝癌、胃癌、肠癌的住院患者均为救助对象。

凡在郑州人民医院住院治疗的患有以上四种疾病的患者,持郑州市(含县、市、区)低保证、低收入证明或三级贫困证明,其医疗费用经社保、农合、民政等报销之后个人承担的部分,可由慈善项目资金给予最高5000元/人/年的救助。

郑州中心医院 启动6个慈善项目

近日,记者从郑州大学附属郑州中心医院获悉,2015年该院将承担的慈善项目增加至6项。

该院承担的6个慈善项目分别为“善行绿城”之“关爱女性”——两癌(乳腺癌、宫颈癌)、“善行绿城”之“心的呼唤”——先天性心脏病患儿、“善行绿城”之“净化生命”——尿毒症患者、“善行绿城”之“癌症慈善救助”、“善行绿城”之“心希望”——老年人心脏病患者慈善救助、“携手前行 迈向明天”——贫困肢体残疾患者慈善救助。

救助对象是户籍为郑州市(包括六县六区)持有低保证、低收入证明和三级贫困证明的肺癌、肝癌、胃癌、肠癌患者,接受尿毒症透析治疗的患者,0~14岁的先天性心脏病儿童,60周岁以上的老年心脏病患者,持有第二代残疾证的肢体残疾患者等。

中原首届骨关节健康论坛举行



本报讯(记者 张磊)1月11日,2015年中原首届骨关节健康生命应用科学“中基1号”高峰论坛在郑州举行,论坛旨在探讨各型骨关节炎的预防及治疗技术。

中华医学会风湿免疫学分会全国委员、中老年人保健协会骨关节病分会主委、北京医院风湿免疫科黄慈波;中国中西医结合防治风湿联盟副主席、深圳市风湿病医

院院长叶志中;河南省风湿病学会副主任委员、郑州大学第一附属医院风湿免疫科主任刘升云;《风湿与骨关节炎》杂志编辑部主任、河南省风湿病医院院长姜玉珍;河南省医学会风湿病学分会风湿病专业委员会副主任委员、郑州大学第五附属医院风湿科王燕以及来郑州大学一附院、河南省人民医院、河南省中医院、洛阳正骨医院等医院的风湿科、疼痛科、骨科的临床专家共同参会。

专家表示,作为骨关节炎的治疗新技术,“中基1号”是一种获得国家FDA认可的提取自婴儿脐带血的干细胞治疗药物,当该药物注射进入磨损的膝关节腔内后,可以不断增殖分化出无数个软骨细胞,修复、再生受损的关节软骨面,从而使患者彻底摆脱关节炎病痛,为临床在保守膏药治疗和具有手术风险的膝关节置换治疗之间开辟了一条新的治疗出路。

健康提醒

中老年人健康需注意

本报记者 汪辉 王治 通讯员 李林林 王伟男 王黎明 原重行

警惕多发性骨髓瘤

64岁的张先生两年前突然觉得自己骨头疼痛,也仅仅觉得缺钙、骨质疏松是常事,但半年后因骑车摔伤而两次骨折住院的他,在又一次骨折后竟无法行走,经检查,最终被确诊为多发性骨髓瘤。

据省肿瘤医院血液科六病区主任张文林介绍,多发性骨髓瘤患者多在50岁以上的中老年人中发生,最常见的早期症状是骨痛,疼痛部位多在腰部,其次是胸廓和肢体。

此外,由于瘤细胞对骨质的破坏,会引起全身广泛性骨质疏松和病理性骨折,常有几处骨折同时发生。如果骨髓瘤细胞生长于椎管内,压迫脊髓,还会导致重度肌肉无力或者瘫痪、麻木以及大小便失禁。值得注意的是,由于多发性骨髓瘤会带来相关的蛋白质过多等因素,可能会引起肾功

能障碍,加上骨质破坏造成的血钙升高、血液黏稠等,则又会加重对肾脏功能的损害。张文林提醒,当中老年人出现骨痛并持续加重时,应提高警惕,早发现、早治疗才能获得更好的治疗效果。

泡脚需要讲方法

日前,一名46岁的女性在家用热水泡脚时突发脑血管动脉瘤破裂,经抢救无效后离世。郑州人民医院中医科主任张士金提醒,泡脚也要讲究方法。

张士金主任建议,每次泡脚的时间最好不要超过半小时,因为泡脚时人体血液循环和心率会加快,时间太会长会增加心脏负担。另外,水温不要过高,以40℃左右为宜。“心脑血管病人大冷天下热水泡脚,会令血管受到强烈刺激,有可能诱发心脑血管基础病,有人会因脑部供血不足,感到头

晕,老年人更要格外注意。”张士金解释,有些人群也不适合泡脚,比如糖尿病足患者、静脉曲张患者及儿童。

腹痛小心缺血性肠病

日前,56岁的李女士突然出现腹部疼痛,伴有恶心、呕吐,而且开始出现便血。家人将其送到郑州大学附属郑州中心医院,详细询问病史及体格检查,考虑李女士患了缺血性肠病。

该院消化二病区主任杜晓林介绍,缺血性肠病是指由于肠血管粥样硬化、栓塞等原因致使肠壁缺血、缺氧,最终发生肠梗死的一种疾病。多发病于有长期高血压、糖尿病或是心功能不全的中老年人。其临床表现多为突发的左下腹痉挛性疼痛,伴有便意、甚至便血,由于缺血使肠功能紊乱,还会出现恶心、呕吐、腹胀、嗝气等。