



市疾控中心发布提示

# 外出游玩 莫忘健康第一

本报讯(记者 刘涛)“五一”假期将至,外出游玩需求增加,跨区域人员流动加大,聚会聚餐频率上升。4月29日,市疾控中心发布健康提示,目前,我市新冠、流感疫情处于较低流行水平,但新冠病毒仍在变异,疫情仍存在一定反复性,随着节日期间人员流动、聚集增加,感染疾病风险会有所上升,市民外出一定要做好防护,注意饮食安全,警惕蚊虫叮咬,健康平安过节。

“五一”期间正值春夏交际,加上外出就餐、食材采购等活动增加,食源性疾病和其他感染性腹泻病易多发,有孩子的家庭,要重点关注百日咳、水痘、流行性腮腺炎、手足口病等疾病。同时,随着气温回升,要

提高对登革热、疟疾等虫媒传播疾病的警惕。

市疾控中心提醒,要保持健康生活习惯。出行前,准备好充足的口罩、免洗手消毒液、酒精棉片等防护用品;旅途中,保持手卫生,不用脏手接触口、眼、鼻等部位;乘坐飞机、火车、长途车等公共交通工具,或前往超市、影剧院等环境密闭、人员聚集场所时,建议科学佩戴口罩;保证平衡膳食、充足睡眠、适度运动,及时增减衣物。

注意饮食安全,预防食源性疾病和感染性腹泻病。勤洗手,不喝生水,不吃生食;外出就餐时,选择证照齐全、卫生条件好的餐厅就餐;不食用腐败变质、超过保质期的食品和饮品;海产品易受到副溶血性弧菌等微生物污染,要深度加工熟

透后食用;不采摘、不食用野生蘑菇和野果野菜。

警惕蚊虫叮咬,预防虫媒传染病。前往野外活动时,建议穿长衣长裤,裤腿要扎紧或塞进袜子或鞋里,裸露皮肤可涂抹含有避蚊虫的驱避剂或花露水,避免在草地、树林等环境中长时间坐卧,不要穿凉鞋,不要在草地、树木上晾晒衣物。

加强健康监测。假期出行期间和返回后,加强自身健康监测,若出现发热、咳嗽、皮疹等不适症状,要及早就医,并如实告知医生近期的旅居史、可疑病例接触史。

重点场所和机构要落实好疫情防控措施。各旅游景区景点、游乐园、交通场站等场所要动态调整客流,避免室内场馆大规模人员聚集,做好室内游乐等人员密集、空间密闭场所的清洁消毒、通风换气等工

作,适当增加对公共用品、游乐玩具和设备设施的清洁消毒频次。旅客进入客运场站和乘坐公共交通工具时,要科学佩戴口罩。景区、景点、游乐园、交通场站、养老机构、社会福利院等场所,要保持环境卫生清洁,每次通风30分钟以上,加强员工健康监测,员工如出现症状,建议居家休息,尽量不带病上班。



肛门癌发病率逐年上升

## 北大医院太原医院肛门癌筛查门诊开诊

本报讯(记者 刘涛)近年来,肛门癌发病率及死亡率逐年上升。4月27日,北大医院太原医院肛门癌筛查门诊开诊。北京大学第一医院胃肠外科专家出诊,为患者进行肛门癌筛查。

肛门癌的发生和高危型人乳头瘤病毒(HPV)的感染密切相关。肛门癌作为一种相对罕见的恶性肿瘤,近年来其发病率及死亡率呈逐年上升趋势,规范开

展肛门癌筛查刻不容缓。

据了解,需要进行肛门癌筛查的人群,包括有长期肛交史,如男男性行为者;女性广泛下生殖道癌前病变(包括外阴、宫颈、阴道等);接受器官移植术后者;自身免疫性疾病者,如系统性红斑狼疮等;免疫抑制状态或正在接受免疫抑制治疗者等。

专家提醒,为保证细胞学检测的准确性,肛门癌筛查前,不需要肠道准备(如泻

药、灌肠等),需要前一天晚上或检查当天早晨提前排便,保证直肠呈空虚状态;检查过程中会有轻微不适,需要心情放松,避免过度紧张,保持肛门括约肌呈松弛状态;检查后,病理、HPV检测结果一般需等待2周;由于高分辨率肛门镜引导下活检为有创性检查,术后需要规律用药1周,部分患者会出现便血、疼痛等症状,属于正常现象,若症状严重,要及时就医。

## 假期出诊时间调整 提前查询方便就诊

本报讯(记者 刘涛 魏薇)4月29日,记者从省城各医院了解到,“五一”假期,省城部分医院门诊的出诊时间有调整,市民如有就医需要,要提前查询,做好准备。

山医大一院,节日期间,医院解放路院区门诊全天开诊。医师出诊情况、预约挂号、缴费均可在山医大一院官网和“健康山西”App上完成。患者到医院就诊,需携带身份证、医保卡、既往就诊病历资料。

山医大二院,节日期间,门诊全天开诊。医院心血管内科、消化内科、血液内科、内分泌科、肾脏内科、神经内科、风湿免疫科、皮肤科,集中于门诊4层中区内科诊区出诊;普通外科、血管外科、神经外科、乳腺外科、心胸外科、心脏大血管外科,集中于门诊一层骨科诊区出诊;呼吸与危重症医学科、泌尿外科、妇产科、耳鼻咽喉头颈外科、整形外科、口腔科、眼科、精神卫生科、儿科、康复医学科、中医科、疼痛科、核医学科,在原诊区出诊。

山西白求恩医院,节日期间,门诊全天开诊。医院检查、手术都正常进行。

省人民医院,5月1日停诊一天,5月2日出周六门诊,3日出周日门诊,4日出周六门诊,5日出周

日门诊。

西苑医院山西医院(山西中医药大学附属医院),节日期间,门诊正常开诊。医生出诊信息以医院公众号和“健康山西”App预约挂号源为准。医院全部门诊号源均可提前7日预约挂号,每日16时起开放预约。

山西省中西医结合医院,节日期间,门诊上午开诊。

北大医院太原医院,节日期间,医院的府城院区、汾东院区门诊正常开诊,影像科正常工作。

市人民医院,节日期间,医院迎泽院区、晋源院区的主要科室门诊上午开诊。

市第二人民医院,节日期间,门诊上午开诊,其余时间为急诊。医师出诊情况、预约挂号,可在太原市第二人民医院公众号及“健康山西”App上查询。

市中医医院,节日期间,医院结合春季特点,儿科、肺病科、皮肤科等患者较集中的科室门诊正常开诊,其他科室出诊情况可在“健康山西”App上查询。

市妇幼保健院,节日期间,医院南内环院区、长风院区的主要科室门诊正常开诊,超声科、影像科、检验科24小时值班,保证门诊患者的就医需求和诊疗服务。

## 预防疟疾 防止蚊虫叮咬最有效

本报讯(记者 刘涛)4月26日是第17个全国疟疾日,今年主题是“防止疟疾再传播,持续巩固消除成果”。市疾控中心发布健康提示,疟疾是一种可防可治的寄生虫病,是通过蚊子叮咬传播的,而预防疟疾的最好方法就是防止蚊虫叮咬。

疟疾,俗称“打摆子”“瘧气”,是最常见的危害人体健康的寄生虫病之一。引起疟疾的病原体是疟原虫,疟原虫是一种很小的寄生虫,由蚊子传播,当蚊子咬人吸血时,把疟原虫带入人体血液,引起传播流行。寄生于人体的有4种,包括恶性疟原虫、间日疟原虫、

三日疟原虫、卵形疟原虫。疟疾是以周期性发冷、发热、出汗等症状和脾大、贫血等体征为特点的寄生虫病,可从略感头痛、不适直至谵妄、昏迷,甚至死亡。

疟疾是全球范围内最严重的公共卫生问题之一,目前主要流行于非洲、东南亚等地区。疟疾在我国属于乙类传染病。我国已于2021年实现消除疟疾目标,但每年仍有数千例国外流行区旅行、务工回国人员输入性病例,时有重症和死亡,疟疾输入再传播的风险持续存在。

如何预防疟疾?防蚊灭蚊,避免蚊虫叮咬,是预

防疟疾最重要的手段。市疾控中心特别提醒,准备前往非洲、东南亚等高疟地区的人员,一定要做好个人防护,户外活动时,要穿上长袖衣裤、涂抹驱蚊剂;避免在树林、草丛等户外阴暗处逗留;睡觉时,要使用蚊帐,关好纱门、纱窗;室内用蚊香薰蚊或灭蚊药喷洒,使用时要注意安全;院落杂草、各种积水要定时清理,避免蚊虫滋生。如果出现发冷、发热、出汗等不适症状,应及时到专业机构就诊,并主动告知医生疟疾流行区旅居史,以便开展疟疾的早期诊断和规范治疗,可避免重症甚至死亡病例的发生。