

市疾控中心发布提示：

呼吸道病毒高发 幼童要做好防护

本报讯(记者 刘涛)冬春季是呼吸道传染病的高发季,近期我国呼吸道合胞病毒检测阳性率显著上升,北方更明显。在所有人中,0岁至4岁孩子感染率高于其他年龄段,成为威胁婴幼儿健康的主要呼吸道病毒之一。近日,市疾控中心发布健康提示,家长要高度重视,帮孩子做好日常防护。

呼吸道合胞病毒是一种常见的RNA病毒,可引起呼吸道感染,是5岁以下儿童急性下呼吸道感染的常见病因,更是1岁以下婴儿因该类感染住院的首要原因,家长需重点关注。

该病毒主要通过三种途径传播,一是呼吸道飞沫传播,如身边感染者咳嗽、打喷嚏时喷出的飞沫;二是亲密接触传播,如和生病的小伙伴牵手、拥抱,或家长接触感染者后再抱孩子;三是间接接触传播,孩子摸到被病毒污染的玩具、餐具、门把手、滑梯等,再去

触碰口鼻眼,就可能被感染。

市疾控中心专家指出,部分5岁以下儿童感染后更易发展为重症,要重点防护。这些高风险儿童包括:低龄婴幼儿,尤其是6个月以下宝宝、早产儿、低体重儿,此阶段宝宝免疫系统未成熟,感染后易引发支气管炎、肺炎,严重时导致呼吸困难;特殊健康状况儿童,有支气管发育不良、先天性心脏病、唐氏综合征患儿及免疫力低下的儿童,这类孩子感染后病情进展快,可能加重基础病,需提前防护。

孩子感染后的症状因年龄而异。2岁以下婴幼儿(重症高发人群)感染初期,表现为低热、鼻塞、流涕、食欲不振、精神稍差等类似感冒的症状,但在发病2天至4天后,可能出现咳嗽,喘息,呼吸急促、费力等表现。专家提醒,若孩子出现鼻翼扇动、嘴唇或指甲发青、吸气时胸口凹陷、精神萎靡或烦躁、尿量显著减少等“重症信号”,必须

立即送医。2岁至5岁儿童感染后症状通常较轻,类似普通感冒,如鼻塞、流涕、咽痛、咳嗽、声嘶,可能伴低热、乏力,数日内可好转,但患有基础病的孩子仍需警惕下呼吸道感染的可能。

如何科学预防?市疾控中心建议:

一是加强个人卫生。家长应帮助孩子养成勤洗手的习惯,尤其是在接触公共物品、饭前便后、玩耍后,用肥皂或洗手液在流动水下按“七步洗手法”洗手至少20秒;家长接触患者后,先洗手再接触孩子,咳嗽、打喷嚏时用肘臂或纸巾遮挡,避免用手触碰孩子口鼻眼。

二是减少暴露风险。在病毒高发期,尽量避免带孩子前往人员密集、通风不良的公共场所;家中如有成员出现呼吸道感染症状,应注意与孩子适当隔离,佩戴口罩并减少密切接触。

三是保持环境清洁。定期对孩子

的玩具、餐具以及家中桌椅、门把手等高频接触部位进行清洁消毒;每日开窗通风2次至3次,每次至少30分钟;保持室内湿度适宜,适度使用加湿器,可保护呼吸道黏膜。

四是增强自身免疫力。婴幼儿建议母乳喂养至少6个月;2岁以上儿童,要保证均衡饮食、规律作息、保证睡眠,适度户外活动,增强体质。

五是免疫预防。对于在呼吸道合胞病毒高发季节出生或即将迎来首个高发季的婴儿,家长可咨询医生,评估为宝宝接种呼吸道合胞病毒单克隆抗体的必要性,以有效降低重症感染风险。

市疾控中心提醒,家长无需过度恐慌,关键在于掌握科学防控知识,做好日常防护,即可有效降低孩子的感染风险。一旦孩子出现相关症状,要及时就医、规范护理,绝大多数患儿均可顺利康复。

豆角烧熟 切忌“脆生”

本报讯(记者 刘涛)豆角是百姓餐桌上的常见蔬菜,但若烹调不当,便存在食物中毒风险。1月27日,市疾控中心发布健康提示,公众务必在完全烧熟煮透豆角后方可食用,以防毒素危害健康。

疾控专家指出,豆角中毒的“元凶”主要是其天然含有的皂甙和植物凝集素。这两种毒素对胃肠道有强烈刺激性,并可引发红细胞凝集,需在100℃高温加热烹调足够时间方可破坏。若烹调时间不足、受热不均,未能完全破坏毒素,食用后可能在短时间内引起恶心、呕吐、腹痛、腹泻等急性胃肠炎症状,或伴有头晕、头痛、四肢麻木等,严重者需及时就医。

为有效预防中毒,市疾控中心提醒市民牢记以下食用要点:一是在持续100℃沸腾状态下充分加热10分钟至15分钟,确保豆角彻底软烂,切忌追求“脆生”口感;二是建议烹调前先焯水,再均匀翻炒,做到“双保险”;三是通过观察颜色与气味判断,豆角应由鲜绿转为暗绿,且无豆腥味,方可安全食用。

疾控专家提醒,豆角中毒潜伏期较短,一旦进食后出现不适,应立即停止食用并尽快就医。日常生活中应注意食材处理安全,尤其在学校食堂、单位餐厅及家庭烹饪中,要规范加工流程,确保豆角类菜肴烧熟煮透,保证食品安全。

抓住干预“窗口期” 守护青少年健康

本报讯(记者 刘涛)寒假即将到来,儿童青少年健康管理迎来重要节点。1月27日,北大医院太原医院推面向3岁至18岁儿童青少年健康管理服务,聚焦体重、视力、口腔、骨骼、心理五大核心健康,通过多学科专家协作与“筛查-诊断-干预-康复”一站式闭环服务,为青少年成长全面赋能。

该项服务依托医院营养、运动康复、脊柱骨科、心理、口腔、眼科、儿科、内分泌科八大核心科室的优质资源,创新实施“1+5+N”全周期健康管理模式。具体而言,即为每位参与健康体检的儿童青少年提供1份个性化健康评估报告与管理计划;针对“体重、视力、口腔、骨骼、心理”五大成长关键领域进行深度干预;开通N项院内绿色通道,确保筛查发现异常者可快速转诊、优先检查与治疗,实现健

康问题的无缝对接与全程管理。

据介绍,此项服务旨在抓住寒假健康干预的“窗口期”,通过专业团队一对一科学评估,早期发现并干预孩子在生长发育过程中常见的健康隐患,如肥胖、脊柱侧弯、视力下降、龋齿及情绪困扰等,帮助孩子筑牢健康基础。

有需要的家长可在周一至周五工作时间,拨打电话预约,府城院区电话:0351-5656021,汾东院区电话:0351-5658999,也可携带孩子身份证或户口本,前往医院健康管理中心前台现场预约。医院提示,体检当日需空腹(前一日晚10点后禁食、水),避免油腻、高糖饮食;体检当天,建议孩子穿宽松易穿脱衣物,便于检查;体检前1天,保证充足睡眠(不少于8小时),避免剧烈运动和熬夜;预约时,要告知孩子年龄、年级及既往健康史,方便专家提前准备。



1月25日从市妇幼保健院获悉,医院开展“门诊电子病历展评”活动,通过规范病历书写、精准诊疗记录,进一步提升医疗内涵质量与安全水平,为患者提供更加优质高效的诊疗服务。本次展评创新采用“全员参与、随机抽检、交叉互评”的模式,通过系统随机抽取全院26个临床科室的185份门诊电子病历,围绕临床思维逻辑性、诊疗规范性、数据完整性三大维度进行评估。

刘涛 摄

省人民医院 呼吸内镜介入诊疗中心启用

本报讯(记者 魏薇)省人民医院呼吸内镜介入诊疗中心日前启用,标志着该院呼吸内镜介入诊疗进入资源整合、技术升级、服务提质新阶段,为病患提供更精准、舒适、高效的诊疗服务。

据了解,该中心以资源平台共享为基础,打破科室壁垒,整合院内呼吸、胸外、麻醉等多学科优质医疗资源,构建多学科协同诊疗体系,实现医疗资源高效联动、优势互补。

该中心全面推行无痛气管镜检

查诊疗,进一步规范麻醉管理与精细化操作流程,最大程度减轻患者在检查与治疗过程中的不适与恐惧。同时,聚焦技术创新突破,开展气管镜下冷冻、氩气、电凝消融,硬质气管镜下支架置入,磁导航定位下外周肺结节的诊疗,胸腔镜下胸膜疾病的诊疗等各类高难度介入技术,大幅提升疑难、危重肺部疾病的救治能力,填补区域内复杂呼吸介入诊疗技术空白,让患者足不出市就能享受到国内前沿的介入诊疗服务。