

市疾控中心发布7月健康提示

本报讯(记者 刘涛)7月,我市高温、雨水天气增多,高温环境引发中暑;夏季食物易变质,食物中毒、肠胃不适多发;雨后积水滋生蚊虫,蚊媒传播疾病也进入高发阶段。7月7日,市疾控中心发布健康提示,夏季公众要做好防暑降温,防范食物中毒,防护蚊虫叮咬。

防暑避高温

高温天气,老人、孕妇、儿童、户外务工人员较易中暑,严重时危及生命,要做好以下防护。

避开高温时段出门。尽量避免正午高温时外出活动,出门戴好遮阳帽、

穿防晒衣,不在阳光下长时间停留,累了及时到阴凉通风处休息。

科学补水,不猛灌冰水。夏日出汗多,水分消耗大,日常要多补水,少量多次,不一次性大量喝冰水、甜饮料,避免刺激肠胃。

关注身体,识别中暑信号。若身边有人出现体温快速升高、意识模糊、皮肤干热无汗等症状,立即将其转移至通风阴凉处,冷水擦拭降温,同时拨打120。

饮食防中毒

暑热病菌繁殖,凉菜、卤味、剩饭等易变质,误食后容易导致食物中毒

等肠道疾病,日常饮食要多留心。

严控采购,慎选就餐渠道。要从正规商超、农贸市场选购食材,挑选新鲜安全食材,不食用野菜野味。

生熟分开,科学备餐。烹饪加工时,要做到生熟分开、饭菜彻底煮熟,保证饮食入口安全。

远离病患,注重卫生。避免接触肠道不适患者,远离其呕吐物、排泄物及被污染的物品,勤打扫居室、勤洗手。

防蚊清积水

低洼积水处是蚊子繁殖源头,被蚊虫叮咬后皮肤瘙痒,还有传染病的感染

风险,外出游玩、居家都要做好防护。

翻盆倒罐,从根源减少蚊子。每周清理花盆托盘、闲置水桶、瓶罐积水;水培植物勤换水;庭院、楼道废旧轮胎要及时排空积水。

物理防蚊,出门穿戴到位。居室安装完好纱窗、纱门,夜间使用蚊帐、电热蚊香;清晨、傍晚蚊虫活跃时段外出时,穿浅色长袖长裤,裸露皮肤涂抹驱蚊剂,减少在草丛、树荫处长时间停留。

关注症状,有旅居史主动报备。近两周有户外长时间活动、外地旅居史者,若突发高烧、全身酸痛、皮疹,第一时间就疹,主动告知医生蚊虫叮咬及出行史,不自行服用退烧药以免延误诊疗。



幼童车祸受伤 显微手术保肢

本报讯(记者 魏薇)一场交通事故导致一名2岁儿童下肢严重缺血,面临截肢风险,山医大二院南院区多学科团队日前实施手术,成功保住患儿肢体,避免了截肢风险。

患儿被送到山医大二院南院区后,骨科显微手外科董建峰主任团队迅速评估病情。当时患儿下肢血运受阻时间较长,足部发凉,踝关节僵硬,足背部动脉搏动难以触及,医生初步判断患儿的腘血管已严重损伤并栓塞。考虑到患儿年龄小、血管细,而且缺血时间较长,医院立即启动急诊创伤绿色通道,

组织骨科显微手外科、麻醉科、手术室、重症医学科等多学科团队会诊,制定保肢救治方案。

经过缜密评估,团队决定为患儿实施自体血管移植,来重建下肢供血通路。手术中,董建峰主任团队在显微镜下精细探查损伤血管,切除受损并发生栓塞的血管段,又取患儿自身健康静脉血管作为桥接血管,在显微镜下完成毫米级血管吻合,重建下肢血液循环。

术后两周,患儿病情平稳,已转入普通病房。目前患儿下肢血运稳定,踝关节僵硬较前缓解,足部感觉和活动功能逐步恢复。

医邮驿站落地 解决就医痛点

本报讯(记者 魏薇)山医大二院与中国邮政太原市分公司共建的院内医邮驿站日前投用。这是该院打造“医疗+邮政”便民服务的新模式,将专业寄递服务打通就医便民服务“最后一公里”,让群众就医更省心、舒心。

长期以来,患者完成就诊、各项检查后,往往需要专程返院领取检验报告单、病历资料、影像胶片等材料。对于异地就诊患者、老年群体及行动不便人士而言,耗时耗力。为精准回应患者急难愁盼,山医大二院联动太原邮政推进便民服务,依托双方资源优势搭建院内专属寄递服务平台,从而引入寄递服务。

山医大二院医邮驿站配备专职邮政工作人员,全天候驻场值守,提供业务咨询、流程引导、寄件信息填报、登记收寄等一站

式代办服务。患者无需在院内等候取件,也不用二次折返医院,就诊结束后便可在驿站现场办结寄递业务,体检报告、检验单据等各类纸质诊疗文书,以及CT、核磁、放射胶片等影像资料均可直接邮寄到家。

针对老年患者、不会操作智能手机的特殊人群,驿站还专门开设人工登记绿色通道,全程无操作门槛,实现便民服务无死角、全覆盖,切实保障各类患者平等享受便捷寄递服务。

医邮驿站投用,既是山医大二院深化医疗便民服务、创新“医疗+民生”融合模式的重要举措,也是太原邮政发挥寄递优势、赋能民生服务的生动实践。自投用运行以来,驿站已累计安全寄出各类检验检查报告、影像资料50余份,暖心便民服务收获患者广泛认可与好评。

山西省眼科医院视觉训练中心开诊

本报讯(记者 魏薇)山西省眼科医院视觉训练中心日前开诊。该中心以“科学干预、精准康复”为核心,致力于解决儿童青少年近视、弱视、斜视等视功能问题,提供全周期、系统化的视觉健康服务,填补了我省省级公立专科医院标准化儿童视功能康复服务的空白。

近年来,儿童青少年屈光不正、双眼视功能异常、斜视术后康复困难、学生顽固性视疲劳问题日益凸出,已成为备受关注的公共卫生问题。省眼科医院结合临床就医刚需,依托院内重点学科——斜弱视与小儿眼科的人才技术优势,组建专业化的视觉训练中心。专家可以为有视功能康复需求的患者提供精准眼部筛查、无创物理康复、个性化方案定制等一系列眼健康诊疗服务,打通了眼部疾病筛查、临床诊断、屈光矫正、视功能康复全链条诊

疗闭环,也推动医院眼健康服务从疾病治疗转向视功能养护与修复。

据介绍,区别于传统手术、药物类眼科治疗,该中心主打非手术、精准靶向视视觉康复治疗。该中心以0岁至18岁儿童青少年为核心服务对象,对处于3岁至6岁视觉发育关键期学龄前儿童,开展弱视、屈光参差、注视异常、轻度先天性斜视等的早期干预;为7岁至18岁的在校青少年,专项解决进展性近视、视疲劳、眼调节与集合功能障碍、视物重影、阅读串行等用眼问题。此外,还为斜视及屈光术后患者、顽固性视疲劳、低视力等特殊康复人群提供针对性训练。下一步,省眼科医院将以中心为平台,深耕临床康复诊疗、大众眼健康科普,全力打造省级视功能康复标杆平台,助力提升我省儿童青少年眼健康水平。

日常防暑“躲补防” 急救谨记“搬降拨”

本报讯(记者 刘涛)连日高温天气,有不少人出现热疹、热痉挛等不适。7月6日,太原市疾病预防控制中心公共卫生科的医护人员提醒,高温已非“难耐”那么简单,其引发的热射病致死率极高,公众要高度重视,学会科学防护,安然度夏。

“高温热浪,简单说就是气温高、湿度大、持续时间长,让人感觉特别不舒服的天气过程。”太原市疾病预防控制中心公共卫生科的张梦介绍,它的危害远不止热得难受,可直接引发热疹、热晕厥、热痉挛,最严重的是热射病,危及生命。同时,它还会诱发心脑血管疾病、呼吸系统疾病急性发作,加重原有基础病的病情。

高温天气,三类人群必须重点保护:第一类是敏感人群,如儿童、孕妇、老人,特别是独居老人;第二类是慢性病患者,如高血压、糖尿病、心脏病患者,高温会使病情更容易波动;第三类是户外作业人员,如建筑工人、环卫工人、快递员、外卖员等,长时间暴露在烈日下最容易中暑。

面对高温天气,采取哪些有效防护措施?张梦给出三字诀,“躲、补、防”。躲,尽量避开12时至14时最热时段出门,在家如果温度超

过32摄氏度,要适当开空调,温度设置在26摄氏度左右,别直吹,定时通风;补,不要等渴了再喝水,要少量多次饮水,每天喝水量可以比平时多一半,大量出汗后可以喝淡盐水或运动饮料,忌饮用含酒精或大量糖分的饮料;防,出门穿浅色、透气、宽松的衣服,多吃水果蔬菜,少吃油腻食物,出门必备遮阳伞、遮阳帽、太阳镜。

“中暑是一个由轻到重的过程,先兆中暑会出现头晕、头痛、乏力、口渴多汗等症状,此时要马上到阴凉处休息,补充水分,就能缓解。”张梦说,最危险的是热射病,它有两个核心信号,一是体温高达40摄氏度以上,身上摸着滚烫,但不出汗或皮肤干热;二是出现意识障碍,如胡言乱语、抽搐、昏迷。

一旦出现这些情况,要立即执行“搬、降、拨”三步急救法。第一步“搬”,迅速把患者转移至阴凉通风处,解开衣扣、腰带;第二步“降”,用湿毛巾或冰袋敷在脖子、腋窝、大腿根处,或者用凉水擦拭全身,扇风加速散热;第三步“拨”,如果患者昏迷抽搐或体温极高,在降温的同时立即拨打120。这里特别提醒,在意识不清时不要强行喂水,容易呛到气管。