

●新闻热线
0853-8118959
13985729169
13985307161
●E-MAIL
anli7821@163.com

健康
Health
康

独家协办
安顺市人民医院

成人也会将手足口病病毒传给孩子

新华社记者4月19日从河南省卫生厅获悉,患手足口病的不仅仅是孩子,其实,大人也能感染手足口病病毒,且很容易将病毒传染给孩子。所以防范手足口病,更应该从自身做起。

如何护理手足口病患儿,才能提高救治成功率?护理要点要求,对于皮肤疱疹较小者,应注意保持皮肤清洁,避免破损;出现疱疹破溃者可先用0.25%安尔碘进行消毒,而后涂抹利巴韦林软膏预防感染。静脉穿刺时,应注意避开手、足有疱疹的部位。

口腔护理要勤喂水,以使口腔保持清洁湿润,并达到清洗口腔的目的。出现口腔溃疡,可涂抹碘甘油、双料喉风散或喷利巴韦林喷剂等药物;合并有细菌感染,可用3%双氧水和生理盐水清洗后,局部涂抹上述药物,以减轻患儿痛苦,促进溃疡面愈合。

饮食护理要给予清淡、易消化的流质或半流质饮食,禁食生冷、辛辣等刺激性食物;食物温度不宜过高,避免过热食物刺激破溃处引起疼痛。

患儿体温超过38.5℃时,应遵医嘱给予物理降温或药物

降温,并注意观察降温效果及末梢循环情况;禁忌衣物、包被过厚影响散热,当出现末梢循环不良时应注意四肢保暖。

对于重症手足口病患儿护理,必须对各系统功能进行持续监测,注意保持呼吸道通畅。末梢循环不良时,可给予热水袋保暖(水温50℃左右),注意防止皮肤烫伤。患儿用过物品(衣服、被褥)要煮沸消毒或暴晒。

河南省疾控中心有关专家介绍,患手足口病的不仅仅是孩子,大人也能感染病毒,且很容易将病毒传染给孩子。另外,一些家长用酒精等酸性的物质进行消毒,其实,手足口病病毒最怕的是碱性的消毒液如肥皂和84消毒液等。

手足口病的目标人群是5岁以下的孩子,但大人也可以感染且一般是隐性感染。携带病毒的大人,会将病毒传播给孩子。专家提醒家长,一定要注意卫生,回家一定要洗手。而酒精对于手足口病病毒是无能为力的。这位专家建议,一般可用肥皂水或洗手液消毒,另外还可用含氯的消毒剂。

(据新华网)

社区医疗真情为民服务

本报讯 近日,记者来到位于城区市西路上的市西路社区医疗站采访时,该站负责人赵医生告诉记者,市西路社区医疗站,以辖区居民为重点,面向社区和家庭提供融预防、保健、医疗、康复、健康教育和计生指导为“六位一体”。方便快捷、廉价、优质、综合性、连续性、全方位的卫生服务,努力提高社区成民的整体健康水平和生活质量。

据介绍,市西路社区医疗站于2007年5月1日正式开展工作,两年多来,该站对社区卫生工作初具规模,并取得了一定的效益,站内所有人员均参加电子计算机培训及母婴技术保健培训等,并经过考试取得了合格证书,站内工作人员平日加强学习不断提高医疗水平,更好的服务社区居民。为社区居民建立家庭健康档案231户,做到有病治病,无病防病的原则,积极开展计划免疫和传染病防治工作,两

年多来计划免疫接种638人次,开展妇女和儿童保健系统管理,尤其在围产期保健,产后访视推行母乳喂养,培训乳腺自查方法等方向取得明显的成绩。此举得到了社区居民的好评。

此外,该站以“五病”为重点的慢性病防治工作,指导恢复期伤残,人员进行功锻炬和康复训练促进早日康复。社区门诊更是以多种形式全天主动热情为社区居民服务,共收治病人43800余人次,手术1619人次,平产分娩28人次,上门服务约300人次,转诊284人次,病人治愈率为98%。

“为进一步做好社区医疗工作,提高社区居民的健康水平作出贡献,这必须是政府搭台,卫生唱戏,社区参与,更好的将社区工作做得更好,更实”该站负责同志医生说道。

(本报记者 袁源)

女性购买口红可利用戒指测试含铅量

女人买口红时,常常只关注其颜色,会在手背上试试涂抹后与自己的肤色融合的效果。你是否想过,口红中的含铅量更应该受到关注,而且检验方法很方便,一枚白金戒指即可。

第四军医大学西京医院皮肤科马翠玲副教授介绍说,铅这种元素可以增强亮泽效果,因此在口红化妆品中,大部分都含有铅,只是含量比例不同而已,顾客用肉眼是根本无法鉴别出它的含量多少来的。

铅会对中枢神经、肾脏等造成损害,而且铅含量没有安全线,即任何水平的含铅量都对人体有害。不断摄入的铅在体内日积月累,不会分解。

在选购口红时,有一种简便易行的鉴别方法,就是用白金戒指试色,其做法是:先将口红抹在手背上,然后用自己的白金戒指在口上来回擦拭,边缘边看口红在戒指上的颜色变化。

由于白金对口红中的金属元素十分敏感,如果沾在戒指上的口红颜色变黑,说明其中含有铅,黑色越重,其含铅量越高,选购时要谨慎。

马翠玲表示,如果没有戒指,也可以用项链、手链、耳环等,只要是白金首饰都可以。而且白金的纯度越高,试验效果越好。

也不用担心口红里含有的铅会损害你的白金首饰,沾上的“毒”口红,用纸巾稍加擦拭,再用水一洗就干净了。

马翠玲表示,除了买口红时要注意测试一下“毒性”,使用时也要注意,最好三个月一换,对已打开的化妆品尽量在3~6个月用完。在涂口红前,可先在嘴唇上抹一层薄薄的护唇膏,在用餐时,要用水或餐巾纸将嘴唇上的口红擦掉。

(据人民网)

日常伤病处理存在误区

在日常生活中,人们会根据经验“理所当然”地处理一些生活中遇到的伤病。然而事实证明,不少大家以为为常的做法,不仅不会缓解病情,在一定程度上甚至还会加剧病情的恶化。

误区一:理所当然”地处理日常生活中的小伤病。手指划破了不自觉地往嘴巴里一吮,流鼻血了赶紧拿棉花堵上,烫伤了涂点牙膏和酱油……浙江省人民医院急诊科主任蔡文伟告诉记者,这些大家以为为常的处理方法都是不正确的。手指划伤用嘴巴吮吸不但不能止血,还容易感染。用棉花堵住鼻血只是让血往后面流,却没有止住。涂牙膏、酱油在手上会让热气往皮下组织深处扩散,引起更深一层的烫伤。

“这些都是大家以为为常的做法,甚至还有人认为是秘方”。其实出血最好的方法就是压迫性止血。用手持续按压住伤口或者捏住鼻翼,就能很快止血。治疗烫伤最有效地是直接将其放用冷水处理,散发热量。”蔡文伟说。

误区二:日常小病胡乱吃药。发烧了吃退烧药,身体疼痛吃止痛药,小病也吃抗生素。很多人都习惯自己给自己当医生,不经医生专业诊断治疗就吃药。对此,蔡文伟认为,发烧、疼痛、感冒有时候可能是疾病的表现形式之一,而并非全部。根据疾病的表象胡乱吃药,很可能会产生副作用,让病情加重,严重的时候,甚至会对心血管系统、神经系统等产生损

伤。蔡文伟说:“身体不适要及时去医院检查,经医生诊断后正确使用药物。”

误区三:重大伤情处理失当。浙江省人民医院急诊科主治医师陈欣告诉记者,在他们接受的人院急救病人中,曾经发生过有人将断指直接放在冰中保存、将刺入身体的异物拔出,大家七手八脚把车祸伤员抬到医院等情况。

“这些缺乏医疗知识的做法后果非常严重。”陈欣说:“直接放在冰中的断指会因渗透压的关系导致断指浮肿,同时细胞也可能因此而被破坏。穿透性刺伤后,异物其实起到了一个压迫性止血的作用。盲目拔出,只会造成大出血以及血管破裂。搬动伤员如果不小心,很可能造成颈椎、腰椎损伤,严重的可能导致高位瘫痪。”

“对于断指,我们一定要保持其干燥。正确的处理方法是用手将其包起来再放入冰块中。被异物刺伤的病人要尽快送医院进行伤口处理。车祸病人搬动时一定要仔细保护他的颈椎、腰椎等部位。”陈欣说。

盲目或不科学的急救处理措施不仅不能有效缓解伤病,在一定程度上甚至会引发更严重的二次伤害,甚至会威胁生命。专家呼吁,进一步提高百姓正确、恰当处理日常伤病的常识,已成当务之急。

(据新华网)

饮用豆浆与抗生素服用需间隔

豆浆油条,这是人们经常吃的早餐,但是豆浆性质偏寒,并非人人皆宜!

1、豆浆性质偏寒,消化不良、嗝气和肾功能不好的人,最好少喝豆浆。另外,豆浆在酶的作用下能产气,所以腹胀、腹泻的人最好别喝豆浆。

2、豆浆里不能加红糖,因为红糖里面有多种有机酸,它们和豆浆里的蛋白酶结合,容易使蛋白质变性沉淀,不容易被人体吸收。而白糖就不会有这种现象。

3、有人喜欢用暖瓶装豆浆来保温,这种方法不足取,因为暖瓶温湿的内环境极有利于细菌繁殖。另外豆浆里的皂毒素还能够溶解暖瓶里的水垢,喝了

会危害人体健康。

4、由于豆浆是由大豆制成的,而大豆里面含嘌呤成分很高,且属于寒性食物,所以有痛风症状、乏力、体虚、精神疲倦等症状的虚寒体质者都不适宜饮用豆浆。

5、豆浆不但必须要煮开,而且在煮豆浆时还必须要敞开锅盖,这是因为只有敞开锅盖才可以让豆浆里的有害物质随着水蒸气挥发掉。

6、还需要提醒的是,豆浆一定不要与红霉素等抗生素一起服用,因为二者会发生拮抗化学反应,喝豆浆与服用抗生素的间隔时间最好在1个小时以上。

(据人民网)

行业资讯

国家计生委

流动人口计生服务将免费

据新华社电,国家人口计生委副主任王培安在全国流动人口计划生育“一盘棋”工作部署会议上透露,未来三年内,我国多以亿计的庞大流动人口群体,将实现免费计划生育服务全覆盖,流动人口可以享受与居住地市民同等的免费计划生育服务。

王培安指出,当前流动人口计划生育工作还面临着一些突出矛盾和问题,主要是流动人口违法生育比较突出,流动人口出生人口性别比偏高;服务缺失和不到位,使得流动人口计划生育合法权益得不到切实保障,流动人口计划生育免费服务还没有全面覆盖,流动育龄人群的生殖健康状况不容乐观。

国家药监局

停产以黄丹为原料爽身粉

据国家食药监局消息,国家食药监局今日通知要求,即日起所有化妆品生产经营企业一律停止生产、配制、销售以黄丹为原料的爽身粉等化妆品。

近日,接有关举报,反映某地区有使用中药材“黄丹”配制爽身粉的情况。“黄丹”又名铅丹,主要成分是四氧化三铅,属化妆品中的禁用物质。国家食药监局要求,各省化妆品卫生监管部门要立即对辖区内爽身粉等化妆品生产经营企业组织开展一次专项检查。严厉打击无证生产配制爽身粉尤其是使用黄丹配制爽身粉、非法经营爽身粉等化妆品,以及使用非化妆品级滑石粉原料生产化妆品等违法违规行为。

国家食药监局要求,各级化妆品卫生监管部门要切实加强对爽身粉等化妆品监督检查力度,督促生产经营企业切实履行产品安全第一责任人的责任,严格执行化妆品有关法规、标准和技术规范,严格按照备案的配方和工艺进行生产。

中医床位不低于

标准床位数的5%

中医科必须作为医院的一级临床科室,设立中医病床床位数不低于医院标准床位数的5%,三级医院开设中医专业不少于3个,二级医院则不少于2个。记者从昨天召开的2009年北京市中医工作会上获悉,到2010年底,全市所有综合医院都应设置达标的中医临床科室和中药房。

卫生部、国家中医药局在《关于印发城市社区卫生服务中心、站基本标准的通知》中明确:中医临床科室设置包括全科诊室、中医诊室、康复治疗室、抢救室和预检分诊室。市中医局要求各区县卫生局尽快对社区卫生服务中心和乡镇卫生院的中医科室设置情况进行摸底调查。对尚未设置中医科室的要制定时间表,力争一到两年内实现全市社区卫生服务中心、乡镇卫生院中医科和中药房科室设置全覆盖。

江苏质监部门

查获三千箱假宝洁产品

“飘柔”、“海飞丝”、“潘婷”……近3000箱高高地码在一起,却没有一瓶是真的!4月15日,江苏省质监局稽查处、稽查总队联合盐城质监和公安部门,端掉了一个特大销售假冒伪劣宝洁旗下洗化产品的窝点。记者随同质监部门现场行动发现,这里俨然是一个假货集散地,冒牌的洗发水、沐浴露应有尽有,总市值在80万元以上。据悉,这是近几年来江苏省查处的假冒伪劣洗化产品中,案值最大的一起。

北京零到6岁户籍儿童可免费健康体检

记者日前从北京市卫生局了解到,从今年6月1日起,北京将免费为零至6岁户籍儿童进行先天性疾病筛查和定期健康体检,体检项目包括体格测量及评估,以及听力、视力、口腔等方面的检查。

根据北京市卫生局、财政局联合印发的《北京市0—6岁学龄前儿童免费健康体检的实施意见(试行)》,先天性疾病筛查对象为在北京市住院分娩和接受社区儿童保健,且父母一方具有北京市户籍的新生儿;免费筛查项目为先天性甲状腺功能低下、苯丙酮尿症、先天性听力异常、先天性心脏病、先天性髋关节脱位。

西安报告去年246批药品不合格50批为假药

省食品药品监督管理局发布了2008年四季度药品质量公告,共有246批次的药品被检验不合格,其中50批药品为假冒药。

根据2008年全省药品抽检计划,省食品药品监督管理局四季度完成药品抽检2517批次,检验出不合格药品246批次,含50批假冒药品。

公告披露了三家三批次以上不合格企业,包括泌阳盘古药业有限公司生产的灭菌注射用水,生产批号为080521两批,肌苷注射液,生产批号为070916;山西运城天源制药有限公司生产的灭菌注射用水,生产批号为070907,维生素B6注射液,生产批号为070906,盐酸利多卡因注射液,生产批号为080110;黑龙江乌苏里江制药有限公司生产的刺五加注射液,生产批号为080612、070703、080801、080611、080402、071220、071019、080306。

(本栏据新华网)



资料图片

老年人一天吃四顿饭最适宜

老年人的消化功能日益减退,难以消化吸收吃的全部食物,如果每顿饭吃得比较多,容易引起消化不良增加心、肾的负担。但如果吃得过少,每日摄入的营养很可能不足,难以满足机体的正常消耗,出现饥饿、头晕、乏力、胃痛等不适症状。所以最好是少食多餐,每天四顿饭。

那么怎样安排四顿饭的时间呢?可以有以下几种方法:

1、通常早餐和午餐的间隔时间比较短,午餐和晚餐的间隔时间比较长。这种情况下可以把晚餐提前,再加一点夜宵。比如8点用早餐,12点用午餐,下午4点用晚餐,晚上8点再加一点夜宵。

2、老年人一般习惯早睡早起,所以可以把早餐提前,每隔四五个小时进行一次餐,比如7点用早餐,11点用午餐,下午3点和7点再用两次餐。

3、如果晚餐吃得较晚,可以加一次下午茶。比如7点半用早餐,11点半用午餐,晚餐选在晚上6点半或7点,那就可以在下午3点左右加一次下午茶。

总之,老年人可以根据自己的作息时间和消化情况,采取每顿少吃点,但多加一餐的方法调整饮食,这样就能既吃得饱,又吃得好了。

(据人民网)



资料图片