

应对呼吸道病原体混合感染 加强预防很重要

本报融媒体记者 张博

近期,呼吸道疾病进入高发季节,各地医院门诊和急诊的数量都出现不同程度的增长。

市疾控中心专家提醒,目前,肺炎支原体、流感、肺炎链球菌等多种呼吸道病原体处于流行阶段,不少人中招,并出现了多种呼吸道疾病交织叠加感染的情况。例如,肺炎支原体、甲流病毒、新冠病毒三者混合感染,呼吸道合胞病毒、腺病毒、副流感病毒混合感染,还有上述病毒与其他病原体之间产生的混合感染。

市疾控中心专家表示,呼吸道感染的主要成因包括病毒和细菌,常见的病毒有流感病毒、腺病毒、呼吸道合胞病毒等,常见的细菌包括链球菌、葡萄球菌、肺炎链球菌等。在秋冬季节,老年人、有基础病的人、孕产妇等人群更容易受到多种病毒、细菌的感染。

“这些病毒可能会引起多种不同的疾病症状,如发热、打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、鼻腔烧灼感、咳嗽、咳痰、呼吸困难、喘憋、咽喉肿痛、扁桃体淋巴结肿大等。”市疾控中心专家

称,病情严重的患者会出现呼吸衰竭、感染性休克,全身症状可出现头疼、发烧、疲乏无力、全身肌肉酸痛、恶心呕吐等。当各类呼吸道病原体混合感染后,其引起的症状很难区分,提醒广大群众切勿在家中自行诊断病情,或者自行使用药物来处理这些症状,这样不仅可能导致误诊和不当治疗,而且还可能使病情更加恶化,造成严重后果。广大群众要及时到正规医院就医,并遵循医嘱进行治疗。老人免疫力相对低,大多有基础病,感染后发生并发症或者发展成重症的风险也更高,因此需要密切关注。

市疾控中心专家表示,对于呼吸道病原体混合感染,做好以下预防措施很关键。

1.及时接种流感疫苗、肺炎疫苗、新冠疫苗。儿童是高危人群,在没有禁忌证的情况下,每年在流感季来临之前,至少提前2—4周预防接种,这是预防感染最经济有效的方法。

2.加强学生管理和校园消毒工作。学校督促受感染的学生及时请假治疗,症状消退后再准许返校;增加空气、

地面、物表消毒频次,确保学校环境安全。

3.儿童要养成良好的运动习惯,提高免疫力。刚开始运动时,父母要起到示范、引领的作用,陪伴孩子运动。等孩子养成习惯后,再让孩子独立运动,每天至少运动1次,每次连续运动不少于30分钟,每周确保运动5天。

4.科学戴口罩。孩子外出,在室内均要戴好口罩,避免与受感染的孩子接触,尽量少去人员密集的封闭场所。

5.保持健康生活方式,养成良好卫生习惯。均衡饮食,少吃油腻辛辣、油炸食物;注意保暖,及时增减衣服;多晒太阳,多参加户外活动;规律作息,避免过度劳累;坚持勤洗手、勤通风、公筷制,保持社交距离,注意咳嗽礼仪,做好环境清洁消毒工作。

6.及时就医,早诊断、早治疗。当人们出现持续干咳、发热、乏力、胸痛等症状时,应及时到医院就诊,早诊断、早治疗,尤其是儿童、老年人等重点人群,避免发展成病原体混合感染和重症。



69岁的夏邑居民侯女士是一名有8年阵发性胸闷的患者,患病以来时有眼前发黑、头晕乏力等症状。日前,侯女士在无明显诱因的情况下,上述症状再次出现,并伴有腹痛、乏力等,家人紧急将她送至市中医院就诊,被门诊诊断为慢性心力衰竭,心律失常,转至该院心病二科治疗。

该院心病二科主任段菊花带领科室医师团队对病人进行积极充分的病情评估后,诊断其为病态窦房结综合征心力衰竭,经讨论后决定行永久性起搏器植入治疗,但因侯女士基础心率较慢,为了避免长期起搏器工作带来的不良反应,便为侯女士采用了永久性起搏器植入新技术——左束支起搏。该科医生马召友主刀此次手术并成功完成,侯女士术后恢复良好,康复出院。

马召友介绍,传统起搏器植入术心室电极是由腋骨下静脉或腋静脉等进入右心室,然后固定在右心室心尖部或间隔部,起搏心脏时首先起搏激动右心室,然后带动左心室再激动。正常心脏搏动是左右心室同时激动,这样一来,随着起搏器工作频率的增加会出现一些因心室不同步导致的心功能不全等起搏器综合征。而左束支起搏是在原有的传统起搏器植入的技术上将右心室电极植入到左束支区域,可以实现左右心室同时起搏的效果,完全模拟生理性心脏搏动,优势更明显,其费用和传统起搏器差不多。

这项技术适应证主要是症状性心动过缓。段菊花表示,症状性心动过缓是指由于心率过于缓慢,导致心脏排水量不足、重要器官及组织灌注不足而引起的一系列症状,主要包括获得性完全性房室传导阻滞伴有一过性晕厥发作或近似晕厥发作、黑朦、活动耐量下降以及心功能不全;先天性完全性房室传导阻滞伴有严重的心动过缓及由于心动过缓而引起的明显症状及活动能力受限;症状性二度Ⅱ型房室传导阻滞;永久性Ⅱ度Ⅰ型房室传导阻滞伴有血液动力学不稳定者;严重的、窦房阻滞伴晕厥,近似晕厥、头晕、重度疲乏无力或充血性心力衰竭等。除此之外,还有由于长期应用抗心律失常药物而引起的症状性心动过缓,不能停用药物或采用其他方法治疗者;虽无症状但心率小于40次/分或心搏间歇大于3.0秒者;心房颤动、心房扑动或阵发性室上性心动过速合并完全性或高度房室传导阻滞或心动过速终止时有大于3.0秒的心室停搏者;双束支阻滞伴有间歇性完全性阻滞或晕厥发作者;双束支及三分支阻滞伴有Ⅱ度Ⅱ型阻滞,无论是否有症状者;急性心肌梗塞后出现持续的不可恢复的完全性或高度房室阻滞者;心内手术及治疗后并发的完全性或高度房室阻滞,经临时起搏持续3—4周的无恢复迹象者;原位心脏移植后,供心出现明显窦房结功能低下及完全房室传导阻滞者都是适合采用此技术治疗。

开展新技术 实现「心」跨越

本报融媒体记者 张博

市中医院心病二科

我市召开冬季无偿献血工作推进会议

本报讯(记者 张博)12月22日,我市召开冬季无偿献血工作推进会,市卫健委、市红十字会、市中心血站有关领导,各县(市、区)相关负责人及终身荣誉奖获奖代表、部分志愿团体、优秀献血团体等人员参加了会议。

会议通报了我市2023年度采供血工作情况,指出当前受多种因素的影响,我市存在的一些临床供血问题,要求各级卫生健康部门提高认识,增强无偿献血工作的责任感、使命感,充分发挥主观能动性,积极组织动员社会各界力量,进

一步做好血液供应保障工作,全力确保我市冬季用血安全。会上还宣读了省委、市委关于冬季无偿献血工作的要求,虞城县卫健委、民权县卫健委、博爱联合会、全国无偿献血终身荣誉奖代表作了交流发言。

会议要求参会人员高度重视冬季无偿献血工作,充分认识当前我市采供血工作面临的形势,积极按照会议对冬季无偿献血工作的安排部署,及早谋划,提前行动,提升谈判能力、健全联动机制,保证我市今冬明春的临床用血安全。

市中医院：成立医联体肛肠专科联盟

本报讯(记者 张博)近日,市中医院举行商丘市肛肠医院成立暨医联体肛肠专科联盟成立大会,市卫健委、市中医院有关领导和70家肛肠联盟单位代表参加了此次会议。据了解,市中医院肛肠科今年成功获批“河南省区域中医专科诊疗中心”“商丘市肛肠医院”。

医联体肛肠专科联盟是指医疗机构之间以肛肠专科为核心,以落实国家分级诊疗制度为目标,以技术协作为纽带的区域性联盟,旨在促进肛肠领域的学术交流与合作,推动行业进步与发展,共同研讨肛肠疾病最前沿、最有效的治疗方法。市中医院肛肠科作为牵头单位,携手睢县中医院、夏邑县中医院、民权县中医院等70家成员单位共同成立。

大会现场,市卫健委、市中医院领导共同为“河南省区域中医专科诊疗中心”和“商丘市肛肠医院”揭牌,并为联盟成员单位授牌。

“医联体肛肠专科联盟的成立,将充分满足商丘市肛肠病患者就医需求,最大程度发挥医疗资源共享优势,为患者打造更为便捷的就医绿色通道。”授牌仪式现场,联盟成员单位代表们纷纷表示。

“商丘市肛肠医院和医联体肛肠专科联盟的成立对我市肛肠专业的发展具有里程碑意义,各级医疗机构之间可以通过科研协作、技术推广、人才培养等方式,促进交流与合作,推进我市肛肠专业医疗水平的发展。”市中医院肛肠科主任丁建华说。



今年以来,市中医院坚持以“优质服务和医疗质量双提升”活动为抓手,规范窗口服务,改革服务流程,通过导诊台前移等一系列措施,持续提升服务水平,不断改进医疗质量。图为该院门诊楼前移的预检分诊台。 本报融媒体记者 张博 摄



近日,市第一人民医院组织医疗专家到梁园区开展义诊活动,为行动不便的老年人提供上门诊疗服务,为他们把脉问诊、测量血压,受到了群众的一致好评。 本报融媒体记者 张博 摄

高血脂患者如何合理使用他汀类药物 基因检测告诉你

商丘市中医院 刘云飞

报告单上给的低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)的正常上限是3.37mmol/L,那么超标了之后就一定要吃药吗?

高血脂对人体的危害很严重,血脂中的胆固醇水平与动脉粥样硬化的形成与进展密切相关,其中最重要的指标就是LDL-C,因为LDL-C是形成粥样硬化斑块的主要“原料”。当血液中的LDL-C水平升高,它会进入动脉内膜形成斑块。而当血液中的LDL-C水平下降,它可以从动脉内膜中逆流回血液。不过,进入动脉内膜的大部分LDL-C会被巨噬细胞吞噬,最终会形成泡沫细胞沉积在内膜之中。形成泡沫细胞的LDL-C不能再逆流回血液,所以动脉粥样硬化斑块一旦形成,就不能彻底清除了。而动脉粥样硬化是造成冠心病、心梗、脑梗等心脑血管疾病的主要原因,这些疾病会对人们的生命健康造成严重影响,所以我们一定要积极控制LDL-C,避免其升高。

对于合并其他有慢性病的人,则不能参考3.37mmol/L的标准。对于有高血压、糖尿病等基础疾病的人来说,如果已检出动脉粥样硬化,但还未发生心脑血管疾病,LDL-C的控制标准是在2.6mmol/L以下。如果是已经患有冠心病,或是既往已发作过脑梗、心梗等疾病的人,预防疾病复发,LDL-C的控制标准是1.8mmol/L以下。如若病情危重程度高,LDL-C可以进一步控制在1.4mmol/L以下。

降脂的主要药物是他汀类药物,他汀类药物是羟甲基戊二酰辅酶A(HMG-CoA)还原酶抑制剂,可显著降低血清TC、LDL-C水平。常用于高胆固醇血症、混合性高脂血症和冠心病患者的治疗。

临床常用的他汀:辛伐他汀(舒降之)、普伐他汀(美百乐镇、普拉固)、阿托伐他汀(立普妥、阿乐)、瑞舒伐他汀(可定)等。

他汀类药物的作用机制:他汀类药物主要通过抑制内源性胆固醇合成限速酶(HMG-CoA还原酶),阻断细胞内甲羟戊酸代谢途径,使细胞内胆固醇合成减少,从而反馈性刺激细胞(主要为肝细胞)膜表面低密度脂蛋白受体数量和活性增加,使血清胆固醇清除增加,水平降低。

他汀类药物副作用基因:2014年美国临床药物基因组学实施联盟(CPIC):《SLCO1B1 基因多态性与辛伐他汀所致肌病的CPIC指南》中指出SLCO1B1*5(即521T>C)多态性影响他汀类药物(尤其是辛伐他汀)的肌病不良反应,对于携带*5等位基因的患者建议减量或换药。

他汀类药物降血脂疗效的决定因素是ApoE基因多态性。ApoE属载脂蛋白家族,主要在肝脏和脑组织中表达,识别LDL受体和ApoE受体,介导VLDL和IDL的代谢是影响血脂水平的重要因素,与动脉粥样硬化发生发展密切相关。ApoE 基因主要有两种单核苷酸多态性,形成3种单倍型,分别为ApoE2、ApoE3和ApoE4。人群中有6种不同的ApoE表型:三种纯合子(E2/E2、E3/E3、E4/E4)和三种杂合子(E3/E2、E4/E2、E4/E3),其中,ApoE3/3 是野生型,ApoE2 携带者的他汀类药物降脂效果好,ApoE4 携带者他汀类药物的降脂效果较差。此外,ApoE基因多态性与阿尔茨海默病密切相关,携带有ApoE4的个体被认为具有较高的老年痴呆发病风险。同时,ApoE4亦是脑外伤、脑出血和脑局部缺血的风险因子,与卒中密切相关。

缝合器包皮环切术等,一般手术最佳时间为青春期前后。手术在各级医院得到了广泛开展及应用,但也存在操作不规范及过度治疗等问题。

包皮过长必须做手术吗?虽然有的人实施包皮环切手术减少了感染性传播疾病的概率,但并不是所有的人都能取得好的预防效果,有人还会因此影响性生活的快感,或因包皮过短牵扯阴茎产生明显疼痛等。目前随着卫生条件的不断改善,包皮感染和阴茎癌的发生概率已经小多了。对大多数包皮过长患者,只要注意保持局部清洁卫生即可,手术切除并不是必要的选择。当然,最佳的手术时机是选择在未出现任何继发病变之前。如果包皮有急性感染,则不宜手术,应待炎症消退后做。如果包内有慢性炎症且长期不愈,则不论年龄大小,应尽早做手术,这样有利于炎症的控制。如果婚后因包皮过长或包茎而影响性生活,造成不育时,也应采取手术。对上翻困难和包皮口有瘢痕狭窄的包茎,勃起后包皮口过紧龟头不易暴露,反复发生包皮龟头炎、生殖器部位的感染或其他包皮畸形患者也需要手术,而且要听取医生的建议。

关于包皮疾病需要了解的知识

商丘市第四人民医院泌尿外科 郑宇皓

回流明显受阻,造成局部水肿,更难以复位。如果长期嵌顿,阴茎头会因缺血而青紫、糜烂或坏死。如发生包皮嵌顿,需先手法复位,方法是用手握住包皮水肿处及龟头,逐渐加压促使水肿液体向阴茎根部扩散,使水肿减轻,然后用两拇指抵压阴茎头,同时用食、中指向下推拉包皮以复位。若手法复位失败,需入院对症处理。

包皮过长对健康有哪些影响? 1.包皮过长有时不能向上翻起,易形成包皮垢堆积在局部,产生奇臭,并刺激局部的包皮和黏膜发生炎症,引起感染,出现尿频、尿痛、排尿困难等症状。临床上常见的有急性浅表性包皮龟头炎、环状溃烂性包皮龟头炎、念珠菌性包皮龟头炎、滴虫性包皮龟头炎等。2.有时长期积存的包皮垢会变成坚硬的块状,导致包皮

与阴茎头经常发炎,并直接刺激阴茎头部诱发阴茎癌。有资料介绍,对包皮过长者实行包皮环切术后,尖锐湿疣复发率下降,艾滋病病毒感染率下降,罹患生殖器肿瘤的概率相对减少等。3.紧缩的包茎可使阴茎发育迟缓。4.偶有因包皮口梗阻,长期排尿困难,使尿路内压升高,严重者可致肾积水及肾功能损害。5.包皮过长还在一定程度上影响性生活。如果性生活时动作过大、时间过长,极易将过长的包皮拥挤到冠状沟以上,形成一个紧缩环,如不及时恢复原位,会阻断阴茎血液回流,以致包皮水肿、发红,形成包皮嵌顿。

包皮疾病是泌尿男科的常见病和多发病,其中包茎和包皮过长又占极大的比重,包皮环切术也是泌尿男科最常见手术之一。主要包括传统的包皮环切术、环套扎和

缝合器包皮环切术等,一般手术最佳时间为青春期前后。手术在各级医院得到了广泛开展及应用,但也存在操作不规范及过度治疗等问题。

包皮过长必须做手术吗?虽然有的人实施包皮环切手术减少了感染性传播疾病的概率,但并不是所有的人都能取得好的预防效果,有人还会因此影响性生活的快感,或因包皮过短牵扯阴茎产生明显疼痛等。目前随着卫生条件的不断改善,包皮感染和阴茎癌的发生概率已经小多了。对大多数包皮过长患者,只要注意保持局部清洁卫生即可,手术切除并不是必要的选择。当然,最佳的手术时机是选择在未出现任何继发病变之前。如果包皮有急性感染,则不宜手术,应待炎症消退后做。如果包内有慢性炎症且长期不愈,则不论年龄大小,应尽早做手术,这样有利于炎症的控制。如果婚后因包皮过长或包茎而影响性生活,造成不育时,也应采取手术。对上翻困难和包皮口有瘢痕狭窄的包茎,勃起后包皮口过紧龟头不易暴露,反复发生包皮龟头炎、生殖器部位的感染或其他包皮畸形患者也需要手术,而且要听取医生的建议。

口臭的原因和预防

宁陵县阳驿乡中心卫生院 董玉华

口臭是指人们说话或者呼吸时,从口腔散发出难闻的气味。我们可以尝试用双手捂住口鼻,并且轻轻地吹气来闻闻自己的气味。一般情况下,很少有人能够自己判断有无臭味,大多数是通过周围人的反应而知道自己是否有口臭,它是人群中普遍存在的一个问题,会影响自己的形象和社交,也会给他人带来困扰。

口腔问题是导致口臭的主要原因,例如牙垢、牙结石、过厚的舌苔、牙缝里嵌塞的食物,未经治疗的坏牙、牙周病等,口腔内的细菌会分解食物残渣,从而产生有异味的挥发性硫化物,这种物质具有恶臭味儿,大多数口臭来源于此,所以我们要及时刷牙漱口,及时清理软垢、牙结石,治疗坏牙和牙周病。早上起来偶尔闻到口臭,属于机体生理性反应,因为晚上睡觉时嘴巴呈现关闭状态,口水分泌明显减少,舌头运动基本停止,导致口腔正常的清洁活动明显降低。同时,口腔中未清除掉的食物残渣易被细菌分解代谢,从而产生异味,但是通过早晨的口腔卫生措施,如刷牙漱口、使用牙线,吃过早餐后,这些异味很快就消除了。

此外,口臭可以由胃肠道消化功能紊乱引起,抽烟、饮酒、熬夜后也会出现口腔异味,食用大葱、大蒜、洋葱等带有刺激性气味的食物也可导致口臭。我们的口腔上联鼻腔、下联咽喉,再到食管和胃肠,这些部位的健康问题也会引起口腔的异味儿,例如鼻窦炎、喉痛、急性胃炎等,还有一些内分泌系统的疾病,比如糖尿病也会引起口臭。

缓解口臭问题,首先要针对病因,针对上述提到的原因及时处埋,其次是针对性地做好口腔卫生,刷牙漱口、使用牙线、定期洁牙、每天清洁舌苔、戒烟限酒、少熬夜,去除不良嗜好,如果口臭还没有得到明显缓解,就要去口腔科就诊,让专业医生来判断和治疗,如果有其他器官的健康问题,需要去相关的科室比如消化科、内分泌科等做进一步的检查和治疗。温馨提示,保持良好的口腔卫生可以帮助我们远离口臭的困扰。

科普知识

