

关爱你我他（她） 温暖千万家

免费送药传真情 爱心善举暖人心

——市中医院开展免费送药活动掠影

□本报记者 朱亚芳

受新冠肺炎疫情、冬季呼吸道疾病高发等影响,退烧、止咳、抗病毒等药品供不应求。日前,市中医院推出惠民举措,向广大市民开展免费送药活动,将温暖和关爱融入一袋袋中药中,让冬日的古城充满了温暖。

冬至当天,市中医院扁鹊堂(传统疗法科)门前,市中医院副院长仇丽伟、传统疗法科主任袁一展等在现场为市民派发中药汤剂。前来领药的市民有序排队领取,纷纷竖起大拇指点赞。记者在现场了解到,此次医院派发的中药为连苓清肺合剂,每份3剂(6包),可服用三天。当天活动现场共发放200人次中药汤剂。

据悉,安阳市中医院作为河南省中医系统建院较早、规模较大的中医院之一,自新冠肺炎疫情发生以来,根据自身特点,按照国家《关于新冠病毒感染中医药防治的指导意见》要求,结合安阳市地域、气候特点及临床表现,组织院内国家、省、市名老中医和中医临床专家研制了针对新冠病毒的两种中药制剂——连芪防感合剂和连苓清肺合剂。

此次派发的连苓清肺合剂选用连翘、黄芩、芦根等中药,清肺祛痰、解毒利咽,针对确诊后的一些症状疗效显著,受到广大患者认可。“病毒无情人有情,感谢中医院的大爱之举。”“感谢中医院雪中送炭。”领到中药的市民说。

“健康关系着千家万户的幸福。恰逢冬至节气,在这寒冷的日子里,我们医院举行此次赠



市民在市中医院扁鹊堂免费领取中药汤剂(医院供图)

药活动,既是关心关爱患者,回报患者对市中医院的信赖,同时也是为了致敬医圣张仲景。为了此次活动顺利开展,我院工作人员加班加点熬制药包,希望能惠及更多患者,服务好百姓健康。”袁一展说。

“截至目前,已经有将近15万人次的群众及时服用了我院的中药汤剂和院内制剂。为感谢广大群众对我们的信赖,帮助更多的人,冬

至当天,我们举行赠药活动,免费发放200人次药剂。同时,为了关心关爱疫情中特殊岗位的坚守者,我们的赠药活动还将继续进行三天,把关爱送给我们身边的快递人员、环卫工人和交通民警。”市中医院副院长仇丽伟说,“中医药在抗击新冠肺炎疫情中一直发挥着重要作用,我们医院将继续发挥中医药优势,为人民群众的健康保驾护航!”

重点疾病 防控专栏

艾滋病的分期及症状

从感染艾滋病病毒到发病有一个完整的自然过程,临床上将这个过程分为四期:急性感染期、潜伏期、艾滋病前期、典型艾滋病期。

不是每个感染者都会完整的出现四期表现。四个时期不同的临床表现是一个渐进的和连贯的病程发展过程。

1.急性感染期 HIV 侵袭人体后对机体的刺激所引起的反应。病人发热、皮疹、淋巴结肿大、还会发生乏力、出汗、恶心、呕吐、腹泻、咽炎等。有的还出现急性无菌性脑膜炎,表现为头痛、神经性症状和脑膜刺激症。急性感染期时,症状较轻轻微,容易被忽略。

2.潜伏期 感染者可以没有任何临床症状,但潜伏期不是静止期,更不是安全期,病毒在持续繁殖,具有强烈的破坏作用。潜伏期指的是从感染HIV 开始,到出现艾滋病临床症状和体征的时间。

3.艾滋病前期 潜伏期后开始出现与艾滋

病有关的症状和体征,直至发展成典型的艾滋病的一段时间。这个时期,病人已具备了艾滋病的最基本特点,即细胞免疫缺陷,只是症状较轻而已。主要的临床表现有:

(1)淋巴结肿大 此期主要是浅表淋巴结肿大。

(2)全身症状 病人常有病毒性疾病的全身不适,肌肉疼痛等症状。约50%的病入有疲倦无力及周期性低热,常持续数月。夜间盗汗,1月内多于5次。约1/3的病人体重减轻10%以上。有的病人头痛、抑郁或焦虑,有的出现感觉神经末梢病变,有的可出现反应性精神紊乱。

(3)各种感染 此期除了上述的浅表淋巴结肿大和全身症状外,患者经常出现各种特殊性或复发性的非致命性感染。反复感染会加速病情的发展,使疾病进入典型的艾滋病期。约有半数病人有比较严重的脚癣,通常是单侧的,

对局部治疗缺乏有效的反应,病人的腋窝和腹股沟部位常发生葡萄球菌感染大疱性脓疱疮,病人的肛周、生殖器、负重部位和口腔黏膜常发生尖锐湿疣和寻常疣病毒感染。口唇单纯疱疹和胸部带状疱疹的发生率也较正常人群明显增加。口腔白色念珠菌也相当常见,主要表现为口腔黏膜糜烂、充血、有乳酪状覆盖物。此外,口腔可出现毛状白斑,毛状白斑的存在是早期诊断艾滋病的重要线索。

4.典型的艾滋病期 此期具有三个基本特点:严重的细胞免疫缺陷 发生各种致命性机会性感染。发生各种恶性肿瘤。

确诊艾滋病不能光靠临床表现,最重要的根据是检查者的血液检测是否为阳性结果,所以怀疑自身感染HIV 后应当及时到当地的卫生检疫部门做检查,千万不要自己乱下诊断。

安阳市疾病预防控制中心
安阳市健康教育所

●专家话健康

老年人跌倒不容忽视

□翟倩倩

近期气温下降,道路结冰,随后还会有雨雪天气到来,老年人跌倒事件将会增多。据统计,65岁以上老年人每年有30%的人发生过一次或多次跌倒,80岁以上高达50%。跌倒是我国伤害死亡的第四位原因,是65岁以上的老年人中伤害死亡的“头号杀手”,并且死亡率随着年龄增加而上升。跌倒不仅可导致老年人伤残、失能,严重影响老年人的生活质量甚至引起死亡,而且会给家庭和社会带来巨大的负担。

老年人跌倒看似是一种意外,其实是存在某些潜在的内、外危险因素,那么,老年人应从以下几方面防止跌倒。

1.增强防跌倒意识,克服不服老心理,加强防跌倒知识和技能学习。在寒冷的冬季里更应该注意,特别是雨雪天,尽量避免外出,外出需要携带应有的辅助工具。

2.坚持规律的体育锻炼,以增强肌肉力量、柔韧性、协调性、平衡能力、步态稳定性和灵活性,从而减少跌倒的发生。但是在进行锻炼之前需要注意预热,避免出现肌肉拉伤、跌倒或扭伤等。在锻炼时,不要选择不适合自己身体情况的器材,注意器材周围的环境,器材旁边有积雪、积水的地方尽量不要去。

3.合理用药:多数老年人都合并有基础疾

病,特别是心脑血管疾病、神经系统疾病和精神方面的疾病,需要按医嘱服药,不要随意乱用药,用药后应休息片刻,有些药物对中枢神经系统还是有一定抑制作用的,切不可认为自己吃过药就一定没事。老年人常用的可能引起跌倒的药物包括:镇静催眠类药物、三环类抗抑郁药、利尿剂、血管扩张药、降糖药、镇痛剂等。

4.老年人在冬季更需要保暖,建议穿高质量、舒适、宽松的保暖衣物。鞋子要大小合适,鞋底硬度适中。走路应走“企鹅步态”,技巧关键是:走路摇摆。这么做的目的是控制身体平衡。还有,要双脚不停地小步向前走路,外八字是最好的,保证自身重心在脚下,步伐短,曳步走。

5.调整生活方式:老年人变换体位时一定要慢,日常生活起居做到3个“30秒”,即醒后30秒再起床,起床后30秒再站立、站立后30秒再行走。上下楼梯习惯使用扶手。走路要稳住步态,小步伐慢频率才是安全的。夜间尽量避免猛然起床去大小便,腿脚不好的最好床旁放置小便器;避免在他人看不到的地方独自活动。切忌单腿站立。避免搬重物,避免猛然下坐等不良习惯。

老年人不建议七点前起床,也不建议七点前就出去晨练,由于天气寒冷,全身血管处于收缩状态,肌肉处于不灵活状态,加上天气寒冷,更容易出现心脑血管意外,一旦跌倒,在人很少

的情况下不能得到有效的救治,可能会出现低体温或出血性休克导致死亡。

6.防治骨质疏松:老年人要加强膳食营养,保持均衡的饮食,适当补充维生素D和钙剂,增强骨骼强度,降低跌倒后的损伤严重程度,因此经常晒太阳是必要的,注意避免隔着玻璃,防止紫外线受阻。

7.居室环境因素:室内光线不易过暗或过强,地面平整无障碍物,椅子要有扶手,床的高度和膝盖的高度差不多;衣柜的高度以不需要垫脚即可以取物为宜。尤其浴室地面应保持干燥、防滑、有安全扶手;马桶、洗手台及浴缸旁都应装上坚固的扶手。

8.有视、听及其他感知障碍的老年人应佩戴辅助设备,如眼镜、助听器及其他补偿器械等。

预防老年人冬季跌倒,需要个人、家庭和社会共同努力,从多方面做好老年人健康管理,让更多老年人“懂健康知识,做健康老人”,助力健康老龄化。

(作者系安阳市疾病预防控制中心健康教育副主任医师)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办

当前疫情十大热点问答

康复后二次感染的概率有多大?是不是“早阳早好”?能否及时监测到病毒最新的变异情况?……针对当前公众关切的诸多疫情热点问题,“新华视点”记者采访了国务院联防联控机制专家进行解答。

热点一:病毒是否存在多个“版本”且北强南弱?

近期,网络上出现一种说法,认为南北方流行的奥密克戎变异株不同,导致北方的感染症状比南方的更明显。

中国疾控中心病毒病预防控制所所长许文波介绍,我国现阶段流行的新冠病毒以奥密克戎变异株BA.5的亚分支BA.5.2和BF.7为主,其中,北京流行的变异株以BF.7为主,广州流行的变异株以BA.5.2为主。

从临床医学角度看,两种略有不同的毒株是否有症状强弱之分?首都医科大学附属北京朝阳医院副院长、北京市呼吸疾病研究所所长童朝晖表示,只要这个病毒还是奥密克戎分支,毒性、致病力和传染性不会有本质改变。至于有人会发烧明显一点,有人会咳嗽明显一点,主要还是因人而异,同自身免疫力、年龄、基础疾病等有关关系。

热点二:康复后二次感染的概率高吗?

部分群众非常关心,自己感染奥密克戎并康复后,是否会二次感染?

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强介绍,二次感染是指感染康复后,经过一段时间再次感染新冠病毒,常常由于新冠病毒变异导致。从二次感染出现的时间来看,一般有一段间隔期,不会说感染以后很快二次感染,同一毒株的二次感染概率极低。

王贵强表示,二次感染主要还是指变异株的突破性感染,突破性感染的时间间隔和临床表现是密切相关的;间隔时间越短,症状越轻,间隔时间长了以后症状就偏重,这和人体内的免疫抗体有直接关系。

热点三:康复者为什么有的“复阳”?

不同于二次感染,“复阳”指的是感染者在同一感染周期中两次出现阳性结果。

王贵强表示,准确地说,“复阳”应该叫“再检出”,在既往研究中并不鲜见。实际上病毒核酸持续存在,只是因为检测、采样方法不规范以及排毒的间歇性,导致出现时阳时阴的情况。是否“复阳”,应该以核酸检测作为标准。

王贵强介绍,从传染性来看,以往大量研究中没有从“复阳”感染者体内分离到病毒,也没有看到其导致进一步的传播,因此,“复阳”以后的传染性是极低的。从危害性来看,只有个别人出现咳嗽、不适等残留症状,“复阳”的人群基本没有症状。

热点四:是不是“早阳早好”?

王贵强表示,奥密克戎的致病力明显下降,但感染后仍有部分人出现临床症状,包括发热、肌肉关节酸痛、咽喉肿痛等表现,会严重影响生活质量和正常工作。为避免短时间内出现大量病人,对医疗机构造成巨大压力,专家不主张、不建议主动感染病毒。老年人尤其是没有打疫苗的老年人,一定要做好防护,尽量不要在第一轮流行高峰感染。

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆表示,感染奥密克戎之后,仍存在重症和死亡的风险。这种风险在各个年龄段都会有所体现,老年人、有基础性疾病的人群风险比例会更高一些。接种疫苗可以降低这种风险,建议尽快接种疫苗或完成加强接种。

热点五:居家患者如何判断症状加重需尽快就医?

奥密克戎病毒致病力下降,从目前数据看,感染后大部分表现为轻型或无症状,重症病例非常少,大部分感染者都可以居家监测和治疗。如何判断症状加重需尽快就医?

王贵强介绍:一是出现呼吸困难和气短;二是经过药物治疗后仍发烧超过38.5℃,持续3天以上;三是原有基础病加重,用药也控制不住,或出现胸前区疼痛;四是儿童出现嗜睡、呕吐、腹泻、拒食等情况;五是孕产妇出现头痛头晕、心慌气短或者胎动异常等情况。

中日友好医院呼吸中心副主任杨汀提

醒,有呼吸疾病的患者感染后容易给原发基础疾病带来进一步变化,患者可以通过及时监测血氧饱和度,了解病情是否有变化。

热点六:部分地方买药难何时能缓解?

近期部分地方感冒药、退烧药紧缺。工业和信息化部消费品工业司副司长周健表示,正在千方百计推动企业迅速稳产达产,扩能扩产,加大重点药物市场供给。我国医药工业基础坚实,相关药品的产能会很快得到释放,能够有效保障群众的用药需求。

精准投放药品,是解决资源错配、避免药物浪费的关键。周健表示,已经指导各地有关方面制定工作方案,按照患者优先、精准投放的原则,优先保障医疗机构、养老院等重点场所药品供应。同时,组织大型网上药店开发患者线上购药平台。

热点七:能否自行服用抗新冠病毒药物?

王贵强表示,第九版诊疗方案中推荐了三种抗新冠病毒药物,包括单克隆抗体、奈玛特韦片/利托那韦片组合包装和阿兹夫定,早期使用都可能减少重症的发生,缩短病程、缩短病毒排毒的时间。但这三种抗新冠病毒药物都应在医疗机构和医生的指导下合理使用。

其中,单克隆抗体需要静脉给药,需要在住院期间使用,在门诊或者家里不适合使用;奈玛特韦属于小分子抗病毒药,适应症人群是轻型和普通型,使用时要特别注意药物之间的相互作用;阿兹夫定可以用于治疗新冠肺炎,但有一些注意事项,需要在医生的指导下使用。

热点八:发热门诊排队问题如何解决?

近一段时期来,部分城市发热门诊的诊疗需求增加比较快,供需矛盾比较突出。

国家卫生健康委医政司司长焦雅辉表示,有关部门已采取了一系列措施,包括要求所有二级以上医院和基层医疗卫生机构都要开设发热门诊或发热诊室,进一步简化发热门诊就诊流程,很多地方也开设了发热门诊的简易门诊。

同时,推动分级诊疗,大力推动互联网医疗服务。焦雅辉介绍,基层主要是实施健康监测,特别是重点人群的健康监测和健康管理;二级医院提供技术、人力各方面的支持保障,满足一般诊疗的需求;三级医院重点满足急危重症患者的诊疗需求。通过这些方式,削减医疗机构瞬时的就诊高峰,降低交叉感染的风险。

热点九:如何保障老人、孕产妇、慢病患者基本医疗服务?

国家卫生健康委医疗应急司副司长高光明表示,已要求基层医疗机构对空巢独居的老年人、孕产妇、有基础疾病的患者、血液透析患者等特殊人群,建立台账,做好必要的医疗服务保障。

同时,也要做好相应的转诊衔接工作。高光明表示,轻症、无症状和基础性疾病比较稳定的患者,还是建议在家进行隔离,进行居家治疗。对于重症和有重症高风险因素的患者,可以到定点医院进行救治。要把宝贵的120急救资源留给行动不便或者急危重症的患者使用,保障120生命通道始终高效畅通。

热点十:能否及时监测到病毒最新的变异情况?

许文波介绍,疫情防控策略优化之后,中国疾控中心病毒病所根据多个新冠病毒亚型在我国共循环的现实情况,制订了我国人群新冠病毒变异株监测工作方案。方案要求每个省选三个城市,每个城市选一个哨点医院,每个哨点医院每周采门诊急诊病例15例、重症10例和所有死亡病例的标本进行基因组测序和分析,并且在一周上传测序数据。

许文波表示,通过该方案的实施,可以实时动态监测奥密克戎系列变异株在我国流行的动态和各个亚型的构成比例,以及具有潜在生物学特性改变的新变异株的临床表现、传播力、致病力等,为疫苗研制、核酸和抗原等诊断试剂评价提供科学依据。

(据新华社)

公告

为切实提升0岁~3岁婴幼儿照护服务质量和水平,根据《安阳市卫生健康委员会关于印发创建市级示范托育机构工作方案的通知》(安卫人口〔2022〕1号)要求,经机构自评、县(市、区)推荐、市级审核和现场评估,拟命名2家机构为2023年度~2024年度安阳市示范托育服务机构,现将机构信息予以公示(公示期为5个工作日,2022年12月27日~2023年1月3日),如有异议,请在公示期间联系市卫生健康委。联系人:刘阳,联系电话:2532609。

拟命名安阳市示范托育服务机构信息:

1.机构名称:安阳市龙安区盛世嘉园托育服务有限公司
统一社会信用代码:91410506MA9GCHH088

法定代表人:徐兰平
机构地址:安阳市龙安区文明大道与烟厂路交叉口盛世嘉园小区内
联系人:魏九利
联系电话:18603727177

2.机构名称:安阳翔华托育服务有限公司
统一社会信用代码:91410500MA9G318G9Q
法定代表人:代志娟
机构地址:安阳市高新区朝阳路与弦歌大道交叉口南50米路西
联系人:董莎
联系电话:1593667111

安阳市卫生健康委员会
2022年12月27日