

林州市妇幼保健院:

让中医绿色疗法惠及妇女儿童健康

□本报记者 朱亚芳 通讯员 吕贵德

日前,记者在林州市妇幼保健院走访,发现该院的妇孺国医馆中医内科、中医儿科、中医疼痛科等科室前都排起了队。在中医儿科诊室,李帅(化名)小朋友正舒服地躺在床上接受按摩,稚嫩的脸上满是笑容。“我家宝宝经常腹泻,有时还持续低烧,在这里做几次中医小儿按摩就好了。”按摩结束后,李帅的妈妈告诉记者。

林州市妇幼保健院妇孺国医馆成立于2022年4月,是全省中医药融入妇幼健康试点。开馆以来,得益于院领导对中医药和人才队伍建设的重

视,该馆开设“中医药融入妇幼健康大讲堂”,每周四晚上邀请中医名家讲授中医知识;聘请安阳市名中医长期坐诊带教,指导促进学科建设;每周组织中西医大查房,建立多学科会诊机制,提高综合服务能力;选派人员赴上级医院学习中医儿科、保健、推拿、艾灸、针灸等专业技术和知识;将中医门诊人次占比、中药处方占比、中医药治疗人次占比等指标纳入绩效考核范围,使中医药融入孕产保健、妇女保健和儿童保健各环节,走出了一条“妇幼+中医”的特色之路。如今的林州市妇幼保健院妇孺国医馆开设有中医内科、中医儿科、中

医妇科、中医疼痛科、中医康复、中医治未病、中医养胎等科室,应用推拿、按摩、针灸、中药贴敷、中药内服、耳穴治疗、姜疗等纯中药诊疗项目30余项,中医药服务使用人次逐渐增加。据统计,林州市妇幼保健院妇孺国医馆年门诊量已达5万人次,成为医院发展新的增长点。据了解,今年9月底,林州市妇幼保健院妇孺国医馆通过了河南省中医药科室标准化验收,全院医务人员“学中医、懂中医、用中医”的热情高涨,中医考核指标持续向好。

林州市妇幼保健院副院长申志慧告诉记者,随着经济的发展和与生活水

平的提高,妇女儿童的健康需求持续增加,中医药是中华民族瑰宝,在妇幼保健中融入中医药,必要且可行。该院领导班子提出“无中医不保健”的服务思路,经过积极准备,各种中医手段陆续登场,简便无痛苦的绿色疗法深得群众认可。

走访中,林州市妇幼保健院院长石颜平向记者展示了一条清晰的未来保健思路:“将原来按功能划分的服务体系转变为按人群划分的服务体系,挖掘、丰富中医诊疗项目,推广简便验廉的中医药适宜技术,形成链条式妇幼大健康服务新格局,为妇女儿童的健康保驾护航。”

安阳市中医院医疗集团召开宣传工作座谈会

本报讯(记者 田丹丹)为进一步做好医疗集团宣传工作,提高医院的知名度和影响力,10月27日,安阳市中医院医疗集团宣传工作座谈会安阳市中医院召开,安阳市中医院、安阳市第三人民医院、安阳市脉管炎医院、安阳市殷都区人民医院、安阳市殷都区中医院及安阳市融媒体中心有关部门负责人参加座谈会。

座谈会上,各参会部门负责人依次介绍了本单位目前的宣传相关工作,并就如何提高医疗集团宣传合力、如何将党建与业务深度融合等展

开讨论。参与座谈的相关部门负责人一致表示,安阳市中医院医疗集团正式挂牌成立后,宣传工作要进入新时代,展现新作为。要牢牢把握正确政治方向、舆论导向、价值取向,守正创新,推动集团宣传工作精准精确、高质量高效发展;要加强能力建设,锤炼过硬本领;要增强新闻敏感性,善于挖掘典型案例和事例,以情动人;要坚守初心,保持热爱,弘扬社会正气;要锚定目标,奋勇前进,让宣传工作助力集团高质量发展。

重点疾病 防控专栏

为什么会骨质疏松

1.骨组织量减少
这是最基本的病变,其特征是骨量减少导致单位骨体积内的骨组织含量减少即骨密度降低,留下的骨组织的化学组成并没有改变。

2.骨的微结构异常
骨量逐渐减少,使骨变薄变轻,骨小梁变细。骨的继续减少使一些骨小梁之间的连接消失,甚至骨小梁也消失。这种情况在人的中轴骨上表现较为清楚。中轴骨即脊柱,其椎体内部由海绵网状结构的松质骨构成。骨小梁消失,可使孔隙变大,原来有规则的海绵网状结构变成不规则的孔状结构。这就破坏了骨

的微结构,易骨折。
3.骨的脆性增高,骨力学强度下降,骨折危险性增加
由于上述两种改变,皮质骨变薄,松质骨小梁变细、断裂、数量减少,孔隙变大,这样的骨支撑人体及抵抗外力的功能减弱,脆性增高,变得容易骨折。当骨密度严重降低时,有时咳嗽、开窗、弯腰端水等这样的小动作也可能导致骨折。与骨质疏松密切相关的骨折即非暴力下的骨折,通常称为骨质疏松性骨折。

安阳市疾病预防控制中心
安阳市健康教育所

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

呼吸道传染病高发季节 这些知识您知道吗?

秋冬季节是呼吸道传染病的高发季节。秋冬季节有哪些常见的呼吸道传染病呢?对应的疫苗接种手段有哪些?

1.流行性感冒

流行性感冒(以下简称流感)是由流感病毒引起的对人类健康危害严重的急性呼吸道传染病。该病主要通过呼吸道飞沫传播,具有发病率高、传播快、人群普遍易感的特点。流感的潜伏期一般为1天~7天,主要表现为发热、头痛、肌痛和全身不适等。

流感疫苗安全有效,接种疫苗是预防流感、降低流感相关重症和死亡负担的有效手段。由于每年流感病毒成分会根据当年流行的毒株进行相应调整,且既往接种疫苗产生的保护性抗体一般可持续6个月~8个月,之后保护效力随着时间的推移而减弱,因此需要每年接种流感疫苗才可以持续获得免疫力。

原则上,6月龄及以上所有愿意接种疫苗且无接种禁忌的人都可以接种流感疫苗,接种剂次与接种者年龄及接种疫苗类型有关。为了在流感高发季节前获得保护,大家应当在当年流感疫苗上市后尽快接种,最好在10月底前完成接种。如果在10月底前未接种,整个流行季节都可以接种。在同一个流感流行季节,已经完成流感疫苗接种的人不需要重复接种。

2.流行性脑脊髓膜炎

流行性脑脊髓膜炎(以下简称流脑)是由脑膜炎奈瑟菌引起的急性化脓性脑膜炎,有明显的季节性特点,冬春季高发,为急性呼吸道传染病。该病病死率高、危险性大,是严重危害儿童健康的传染病。

流脑的主要传播形式是呼吸道飞沫传播和密切接触传播。各年龄组人群均有流脑病例报告。流脑的潜伏期为2天~10天,一般为3天~4天。流脑的主要临床症状为发热、头痛、呕吐和(或)有脑膜刺激征,婴幼儿可见前凶隆起,重症患者可有不同程度的意识障碍和(或)感染中毒性休克。

目前,国家免费流脑疫苗接种

程序为6月龄和9月龄婴儿接种流脑A群多糖疫苗,3周岁和6周岁幼儿接种流脑A+C群多糖疫苗。如未接种流脑疫苗或未完成规定剂次,可前往当地预防接种门诊,由医务人员根据补种者的年龄进行补种。

3.流行性腮腺炎

流行性腮腺炎简称腮腺炎,多见于4岁~15岁的儿童和青少年,亦可见于成人,好发于冬季,在学校、幼儿园等儿童集中的地方易流行。该病由腮腺炎病毒引起,人是腮腺炎病毒唯一的宿主,主要传染源是早期患者和隐性感染者,主要传播途径为飞沫传播。孕妇感染腮腺炎病毒后,可通过胎盘传染胎儿,导致胎儿畸形或死亡,流产发生率增加。人群普遍易感,其易感性随年龄的增加而下降。病愈后可以获得持久免疫力。

该病是急性自限性呼吸道传染病,预后一般良好,但也有部分病例可能出现严重并发症。接种疫苗是预防腮腺炎最有效的方法,目前的预防疫苗是麻疹、腮腺炎和风疹三联疫苗(即麻腮风疫苗)。儿童在8月龄、18月龄各接种1剂次,可起到有效的保护作用。

4.麻疹

麻疹是由麻疹病毒引起的严重危害儿童健康的急性呼吸道传染病,传染性极强,易引起暴发流行,属于乙类传染病。人是麻疹病毒的唯一自然宿主,麻疹患者是唯一传染源。麻疹病毒主要通过飞沫传播,也可以通过直接接触感染分泌物传播。该病全年均可发生,但以冬季为主。人群对麻疹病毒普遍易感,自然感染后可获得持久免疫力。未患过麻疹又未接种过麻疹疫苗者,暴露麻疹病毒后的显性感染率为90%以上。

预防麻疹的关键措施是易感者主动接种麻疹疫苗。自2020年6月起,我国在全国范围内使用麻疹、腮腺炎和风疹三联疫苗(即麻腮风疫苗)进行儿童常规免疫,共接种2剂次,8月龄、18月龄各接种1剂次。

(本报记者 朱亚芳 整理)

图说新闻

10月23日,北关区老年人空竹舞协会在贞元广场开展交流展示活动。本次活动共准备了9个节目,有《中国龙》《开场鞭26响》等。图为活动现场。

(张武杰/文 周利/图)



赛出友谊 畅享幸福

我市举办第三十三届“长寿杯”老年乒乓球赛

本报讯(记者 张武杰)10月25日上午,由市老年人体育工作委员会主办的安阳市第三十三届“长寿杯”老年乒乓球赛在“全国老年人健身活动示范基地”市老年文体苑拉开序幕。

安阳市“长寿杯”老年乒乓球赛已成功举办了三十二届,为全市的老年朋友架起一座交流球技、快乐健身、畅享幸福的友谊之桥。本届比赛为期两天,比赛项目包括男子团体和女子团体两大项,吸引了来自各县(市、区)及有关部门的男子代表队21支、女子代表队14支近200名运动员参加。

根据赛事安排,比赛采取分组循环赛制,小组前两名实行交叉赛。简短的开幕式后,比赛正式开始。虽然参赛选手都是老年人,但精气神完全不输年轻人。只见他们在赛场上你拼我抢、斗志昂扬,赢得现场观众阵阵喝彩。比赛现场气氛热烈,展现了新时代老年人坚韧不拔、奋勇争先的精神风貌。

此次比赛是一场互相学习、快乐幸福的老年体育盛会。比赛过程中,全体运动员遵循“重在参与、安全第一、科学文明、友谊为重”的原则,发挥最佳水平,展示了健身风采。经过激烈角逐,比赛决出了男女团体前三名。



比赛现场(本报记者 张武杰 摄)

专家话健康

警惕化妆品中汞中毒

□王志强

近年,随着生活水平的提高,人们越来越注重皮肤的美白。汞离子可以导致蛋白变性,能够通过抑制黑色素形成过程中酶的活性,减少黑色素的合成,从而达到迅速美白祛斑的效果。因此,一些不法商家为了追求产品的即时效果,在利益的驱使下铤而走险,在化妆品生产中违法添加汞,但在化妆品中随意添加过量的含汞原料,可导致使用者慢性汞中毒。近年,含汞化妆品的使用已成为生活性汞中毒的重要原因。汞及其化合物(化妆品禁用防腐剂中的汞化合物除外)已被收录在《化妆品禁用原料目录》中,并且《化妆品安全技术规范》规定,化妆品中汞含量应当小于1mg/kg(含有汞防腐剂的局部化

妆品除外)。

美白祛斑化妆品中的汞大多是无机汞,大部分美白产品中的无机汞可通过皮肤吸收并在体内积累。汞对人体的神经系统、肾脏、免疫系统、生殖功能等具有严重的危害和影响。对人体神经系统来说,长期接触低浓度汞可导致神经行为发生变化,出现学习和记忆能力下降的情况;肾脏作为汞在体内的主要蓄积和排泄器官,易发生损伤,各种形式的汞都可在肾脏蓄积,造成肾小管重吸收障碍甚至肾病综合征等肾损伤疾病;对人体免疫系统而言,汞的蓄积可引发自身免疫性疾病;对男性而言,汞能够透过血睾屏障在睾丸组织中蓄积,从而对精子数量和质量的。除此之外,需特别注意的是,汞还可以透过胎盘屏障和血脑屏障,直接损害胎儿的神经系

统。

长期使用含汞量超标的化妆品会导致慢性中毒,较为常见的临床表现包括乏力、记忆力减退、头晕、失眠、多梦、肢体疼痛、烦躁和头痛等。部分患者中毒严重时,会出现双手震颤、双下肢可凹性水肿等情况,通过实验诊断还可查出蛋白尿或低蛋白血症。

为避免买到汞超标化妆品,消费者在选购产品时应注意以下三点:

- 1.仔细查看产品标签
- 2.正规化妆品标签中会标注全成分,为产品功能提供充分的科学依据,而问题产品通常采取夸大产品功效的方式来吸引消费者。
- 3.辨认相关信息

建议消费者检查产品外包装上的生产许可信息、执行标准信息、经销商名称及地址等内容是否完整真实,切勿购买包装简陋的“三无”产品和DIY(手工)产品。

- 3.通过正规渠道购买

应通过正规途径选择经国家药监局注册备案的正规品牌化妆品。特别提醒的是,美白祛斑通常需要一定的周期,正规的美白祛斑类化妆品不会出现立竿见影的效果。

总之,我们应正确看待化妆品功效,通过正规途径科学理性选购,切忌急于求成而落入不法分子的营销圈套,损害身体健康。

(作者系安阳市疾病预防控制中心理化检验副主任技师)

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