

一校一表 精准防疫 市疾控中心为春季开学保驾护航



□记者 王潇

本报讯 今天，全市中小学开学了。为确保各级、各类学校安全有序开学，连日来，市疾控中心派出30余名专业人员，对全市100余所中小学、幼儿园开展包括防疫措施、防疫制度、应急预案等内容的全方位指导。

“校门口的温度计能正常使用吗？”“这批消毒液的保质期限是什么时候？”“开学当天的引导工作如何安排？”日前，记者跟随市疾控中心

检查指导人员来到横店影视学院、横店高中、横店中心小学等学校。现场，检查指导人员通过查阅台账、现场查看等形式，检查师生员工健康状况全员排摸、临时观察区设置、师生员工疫苗接种等工作落实情况，并了解学校公共区域日常消毒、突发事件应急处置和防疫物资储备等内容。

检查过程中，市疾控中心检查指导工作人员根据《2022年春季学校卫生防疫工作检查清单》上的检查要求，仔细询问学校相关负责人

相关工作开展情况，对指导过程中发现的消毒剂过期、饮用水消毒不到位、部分工作人员未完成新冠疫苗全程接种等问题进行精准指导。检查指导工作人员还提醒学校相关负责人，要严格根据最新防控要求，对中高风险地区、有省外旅居史行程卡带星的师生员工，实施相应健康管理措施。同时，做好学校后勤、保安、保洁、食堂等重点工作人员的疫苗接种查验工作，安排所有工作人员在开学前48小时内进行核酸检测采样。

“春节期间，师生接触人员及行动轨迹较为复杂，学校又是人员密集型场所，把控好校内外疫情防控关卡尤为重要。”市疾控中心相关负

责人说，“我们根据疫情防控要求，制定了《东阳市驻校助学健康指导建议表》，并实行一校一表，就健全完善“二案八制”、新冠知识宣传培训、应急演练等工作，与学校进行逐一核对，确保学校疫情防控工作落实落细。”

据悉，14日至15日，市卫健局、教育局、公安局、市场监管局等部门还联合组建了4个检查小组，走进全市19所重点学校和校外培训机构进行防疫工作检查。接下来，市疾控中心将继续组织上门检查，指导学校落实一日三检、重点公共场所消毒、缺课学生追踪、人员信息排摸等疫情防控常态化工作。



环保药袋 进医院

为进一步提高公众环保意识，减少白色污染，助力生态环保，市中医院在门诊西药房旁放置了两台自助取袋机，提供全降解、无污染的环保药袋，患者可扫码免费领取。图为市民在扫码领取环保药袋。

通讯员 葛丽君 记者 包康轩

胆囊结石患者如何防止疼痛发作 医生：管住嘴 早就医

□通讯员 陈兴芳

春节，无论是家人团聚还是走亲访友，都避不开一个“吃”字。殊不知吃多了容易长胖外，还可能诱发胆囊结石疼痛发作。近日，陆先生就因为管不住嘴，在春节期间大吃大喝后，原本安静的胆囊结石又出现了剧烈疼痛。

在一年前的一场饭局上，陆先生跟朋友推杯换盏后，当晚就闹肚子。他回忆，胀痛感先是从后背开始，慢慢地往右边肚子转移，坐卧

不安，这种胀痛持续了七八个小时才好转。第二天一早，害怕身体出问题的陆先生便赶到医院检查，这才得知自己的胆囊里竟然有多颗结石。由于害怕手术，陆先生拒绝了医生的手术建议。自此之后，因担心结石发作，陆先生一直不敢大吃大喝。

春节期间，胆囊许久没有异样的陆先生放松了警惕。正月初五晚上，他和家人一起吃完大餐后，开始感觉右上腹疼痛异常，后来甚至恶心、呕吐不止，被吓到的家人赶紧把他送到了市红十字会医院急诊

中心。经医生检查，诊断为胆囊结石引发的急性胆囊炎。如果不及时手术，可能会导致胆囊坏疽、穿孔、破裂，部分患者会因为反复的长期炎症导致胆囊壁明显增厚，在后期可能会出现小概率癌变的风险。另外，胆囊结石中某些小的结石，有可能会通过胆囊管掉入胆总管引起梗阻的症状，从而出现腹痛、发热、黄疸。在该院结石(碎石)中心张军平手术团队的综合评估下，当日决定为陆先生急诊施行腹腔镜下胆囊切除手术。

对于陆先生这样在暴饮暴食之

后诱发胆囊结石发作的情况，市红十字会医院结石(碎石)中心诊疗组长杨坚强说：“这是很多胆囊结石患者都遇到过的情况，在美食面前如果管不住嘴，会加重胆囊的工作负担，刺激胆囊剧烈收缩，引发腹胀、腹痛等。”他提醒，在发现患有胆囊结石之后，应尽量做到早就医、早处理，避免结石发作影响正常生活和工作。没有胆囊结石的市民朋友，应养成三餐规律、定时定量、荤素均衡的健康饮食习惯，切勿暴饮暴食，积极预防胆囊结石的发生。

开学了，小心这些“开学病”

□通讯员 张明标

春季天气多变，时寒时暖，加上部分学生不适应新环境、新节奏，开学后的一至两周，学生要面临着心理(开学焦虑症)和身体的双重考验，故开学后的一至两周是流行性传染病的“高风险期”，也称之为“开学病”。

疾病类型

1.新冠肺炎 全年均可发病，传染性强、传播速度快。可通过直接传播、气溶胶传播和接触传播，以发热、乏力、干咳为主要表现，鼻塞、流涕等上呼吸道症状少见，会出现缺氧低氧状态。极少数患者在一周后出现呼吸困难，严重者快速进展为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒和凝血功能障碍。严重患者因继发其他器官的功能损害或衰竭而有

相关的临床症状。部分轻症新冠病毒感染者可能无任何临床表现，呈现无症状感染者的状态。

2.流行性感冒 潜伏期短、传染性强、传播速度快。主要表现为急性发病，高热，体温可达39~40℃，伴畏寒，发热可持续2~3天。全身肌肉、关节酸痛不适。常有咽痛、干咳、鼻塞、流涕等。高发时间为冬春季，潜伏期一般1~3天，以空气飞沫传播为主，各学段均易感。

3.麻疹 传染性很高，首发症状出现3~5天后出现全身斑丘疹，病后大多可获得终身免疫。主要症状为发热、红色斑丘疹，并伴有咳嗽、流涕、流泪、畏光、咽痛、全身乏力等，一年四季均可发生，但发病高峰期是3~5月份；潜伏期6~18天；以8个月以内的婴儿、7岁以上学龄儿童、没有接种麻疹疫苗

的幼儿及成人易发人群，主要通过呼吸道飞沫传播。

4.诺如病毒肠胃炎 感染性强，以肠道传播为主，病程较短，主要症状为恶心、呕吐、发热、腹痛和腹泻。粪便为稀水便或水样便，无黏液脓血。病程一般为2~3天，冬春季为高发季节；潜伏期多在24~48小时；各学段均易感；通过污染的水源、食物、物品等传播。

5.源性疾病 痢疾杆菌、伤寒杆菌、沙门菌、副溶血性弧菌、致泻性大肠杆菌等都是常见的病原菌，临床主要表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻等症状，可伴有发热，严重者可出现脱水，往往在学校、幼托等集体单位发生。

预防措施

1.接种疫苗。接种疫苗是预防传染病最有效的手段，应定时定期给儿童接种疫苗。

2.加强个人卫生与个人防护。保持良好的卫生习惯，不随地吐痰、勤洗手、勤换衣、注意口腔卫生，生活用品如毛巾、餐具等应定期消毒。

3.增强自我防护。注意佩戴口罩，并尽量减少到人群密集的场所。

4.养成良好的生活习惯。生活有规律，睡眠应充足，饮食要均衡；根据天气变化适时增减衣物，避免着凉。

5.加强锻炼。增加户外活动时间，多帮父母做家务，劳逸结合，提高身体免疫力。

6.改善室内环境。室内常通风，改善空气质量，并保持室内清洁，必要时可消毒。

公共卫生 430

【医生信箱】

74岁老人双膝关节疼痛能否置换？

南市街道吴先生来电询问：我母亲74岁，双侧膝关节疼痛已有10年，近年加重，时常疼痛，换季时更甚，久坐后无法直立，行走也非常困难，X光诊断是膝关节骨性关节炎，吃过药，也贴过膏药，效果不好。请问我母亲这样的情况，可以进行人工关节置换吗？

市人民医院骨科徐国红主任医师答：你母亲的这种情况，是人工膝关节置换的适应症，这种手术是常规手术，副作用最小，也最省钱，手术后3个月就能走路，甚至小跑，不影响爬楼梯、旅游。当然，像你母亲这样的年纪，手术也会有一定风险，但不少90多岁的老人都做过膝关节置换，效果都很好。建议选择大医院进行手术。

试管婴儿失败会不会引起囊肿复发？

江北街道楼女士来电询问：我7月份因巧克力囊肿做了腹腔镜手术，接下来做试管婴儿，获得4个卵泡，受精很好，移植后因未着床而失败。后来查了激素，结果是促卵泡刺激素很高，请问促卵泡刺激素这么高，卵巢功能是不是有问题？会不会造成卵巢复发？

市人民医院生殖中心卢希平主任医师答：用试管婴儿程序助孕在植卵后未能着床的话，不一定会引起月经不正常。一般来说，试管婴儿程序是使用促超排的方案使到多个卵泡发育，然后才能抽取多个卵子，当然这种方案对卵巢的卵母细胞的贮备有一定干扰。对促超排后检测到的性激素水平结果只能作为参考，不能定论。雌激素的高低都不是巧克力囊肿复发的原因。此外，巧克力囊肿是子宫内膜异位症的一种，也是干扰到怀孕(着床)不成功的原因之一。

室性早搏该怎么治疗？

城东街道张先生来询询问：我10年前患病毒性心肌炎，主要症状是早搏太多，前年再发早搏达1万多次，成对6次，并有短阵时速ST-T动态改变，治疗后早搏仍有七百多次，成对2次，ST-T无明显异常。请问该如何进一步检查和治疗？

市人民医院心血管内科金美娟主任医师答：室性早搏很常见，多数是功能性的，约占80%，只有极少数是恶性的，需要服用胺碘酮治疗等。建议：不要有心理负担；可以服用谷维素、倍他洛克、西洋参片等；保证充足睡眠；不可过度活动；不喝茶、咖啡、酒；不吸烟；避免精神刺激。

通讯员 李斐铭整理

血压升高引发脑出血 医生：尿毒症患者冬季尤需注意血压管理

□通讯员 葛丽君

肾脏病与高血压总是形影不离。近期，市中医院救治了一名尿毒症脑出血患者，其原因是血压控制不稳定。

莫先生今年75岁，已有10年的尿毒症病史，并出现了肾性高血压、肾性贫血、糖尿病视网膜病变等并发症。10年来，莫先生一直在市中医院做血液透析治疗，一周4次往返于家庭与医院之间，但一个突发意外，打乱了莫先生的生活节奏。

这天，莫先生突感头晕头痛，随后与家人交流出现障碍，休息片刻后略微好转，但4小时后莫先生症状加重，意识不清。家人紧急呼叫120，送至市中医院急诊。经查体，患者血压高至174/126mmHg，已属于重度高血压，同时左侧基底节区脑出血，考虑到莫先生有多年的尿毒症与肾性高血压病史，其血压控制一直不是很稳定，医生判断莫先生是因高血压控制不当导致的脑出血。

“每年冬天都会有数名尿毒症患者因血压控制不当引发脑出血入院。”市中医院肾脏病专科吕宏云主任医师介绍，冬季气温下降，血压容易升高，这对普通人来说并无

大碍，但尿毒症患者常合并有血管钙化，血管质地更硬更脆，当患者血压急剧增高时，易导致脑血管破裂出血，引发脑出血，严重可危及生命。

好在有惊无险，经专业医生的紧急抢救，患者生命体征已大致稳定，为加强监测，莫先生被转入了ICU进一步治疗。对症治疗数日后，莫先生顺利出院。

吕宏云表示，临床上，常形象地将肾病与高血压比喻成一对形影不离的双子星。一方面是因为肾脏病变后会引起肾素分泌增加，血管收缩，导致血压升高。另一方面则是水钠潴留，水和钠盐要经肾脏排出，同样也会导致血压升高。随着肾脏病变的进展，肾病患者患高血压的概率也在逐步上升，若患者发展到肾功能不全阶段，其肾病合并高血压的概率会上升到80%左右。另外，患者血压升高的同时还会加剧肾脏病变，如此便形成了恶性循环。

因此，肾脏病患者在日常生活中一定要注意血压管理，尤其是冬季，应加强血压的监测，还要注意保暖、低盐清淡饮食、保持心情愉悦、注意休息、预防便秘等等。若同时服用多种降压药，血压仍无法控制时，应尽早就医。

【健康你我聊】

谨防小儿误吞异物

□通讯员 吴蓉霏

近日，市人民医院巍山分院内镜中心接诊了一位误吞硬币的15月龄孩童。类似这样的病例各大医院常有接诊，这是为什么呢？误吞了该怎么办？市人民医院巍山分院消化内科主任叶新彬就此作简要解答。

为什么儿童消化道异物高发？

消化道异物在临床上很常见，尤其以婴幼儿患者居多，这个时期的孩子正处于“口欲期”，拿到什么东西都想放到嘴里尝一尝，一不小心就有可能出现误服异物或者异物呛入气道的情况。虽然有的异物被吞下或者卡住，在短时间内可能并不会对身体造成太大影响，但高危异物可就没有那么“温柔”了，需要马上前往急诊处理。

高危异物主要有哪些？

1.电池，最常被误服的电池是纽扣电池，人体是一个导体，当电池被卡在食道时就会放电，形成电

流。大约持续一个小时，或者更短时间，就会引起黏膜坏死，2小时就可以出现溃疡，8小时就会导致穿孔。

2.磁体，多个磁体或者磁体和铁质异物一起吞下的时候，不同部位的磁体相互吸引，导致肠壁压迫坏死、穿孔。即使急诊内镜取出，也会不可避免造成了胃黏膜的浅小溃疡。

3.尖锐的异物，如针、钉子、鱼刺、牙签等尖锐异物，很容易扎在食道黏膜上，导致食管穿孔。即便顺利通过了食管，也容易引起食道、胃和肠道黏膜的损伤、出血和感染。

小孩子吞了异物后，家长该如何应对？

异物呛入气管，家长可采取海姆立克法进行急救。一旦发现小孩误食异物或不明原因出现进食困难、恶心呕吐、肚子痛、流涎等表现，应立即禁食、禁饮，立即到最近的正规医院就医。

无偿献血 奉献爱心

东阳市卫健局宣