

【医生信箱】

感谢您，献血者！

去年1.3万多人献次献血，总量超4.5万升

□记者 张奥琳

本报讯 今年6月14日是世界献血者日，活动口号为“在庆祝世界献血者日二十周年之际：感谢您，献血者！”6日，市中心血库迎来了一波献血潮，他们中的大多数，是省交通集团东阳收费中心所的志愿者。

无偿献血事关临床用血的需要和安全，事关群众生命健康权益。2023年，市中心血库共有1.3万多人献次献血，献血总量达45570升。其中，血小板的献血人次和献血量再创新高，有1000多人参与了捐献血小板，献了2万多单位数，并且有21位血小板捐献者23年来献

血次数达10次以上。

过去一年，我市献血工作保持健康发展的良好态势。浙江广厦建设职业技术大学师生500多人献次献血，市人民医院员工500多人献次献血，浙江横店影视职业学院师生400多人献次献血，市公安局、市中医院等单位员工200多人献次献血，白云街道、吴宁街道组织400多人献次献血，湖溪、千祥、画水、城东、歌山、南市、横店等镇乡街道也有200多人献次献血。横店镇政府还将每月的18号设为固定献血日，号召横店及周边镇街的市民纷纷前来献爱心，仅去年就有1800多人次在横店万盛街献血。正是所有爱心人士们的奉献，市中心血库才能有力

保障各医疗机构的用血需求。

1998年，市中心血库成立；次年开展无偿献血工作；2001年，采供血和市中心血库一体化开展工作；2020年，输血科申请成为县级唯一的一家岗位培训基地，金华地区首家输血治疗中心。其间，市中心血库还开展了血细胞治疗技术，于2019年陆续开展造血干细胞采集和富血小板血浆（PRP）治疗技术，至今已开展输血治疗数千例，结合临床申请了多个金华重点科研项目及浙江省医药卫生项目，血库不仅为患者提供血液，更为每位血液治疗的患者提供最优质合理的诊断治疗方案。

此外，《浙江省无偿献血表彰

办法》的出台，更好地维护了我市无偿献血者的权益。省内本人累计献血400毫升，终生免费用血。获得国家无偿献血奉献奖的献血者，凭相关证件可以免费游览政府投资主办的旅游风景区，免费乘坐城市公共交通工具，到非营利性医疗机构就诊免交门诊诊查费。

“我们将加强各部门协同联动，进一步加大宣传力度，营造无偿献血良好社会氛围，不断推动我市无偿献血事业高质量发展。”市中心血库主任李文新表示，世界献血者日前一天，我市将在黄门广场举行庆祝世界献血者日活动及无偿献血宣传活动，鼓励更多市民参与到无偿献血和造血干细胞捐献中来。



守护“睛”彩视界

近日，市卫健局、市中医院开展“关注普遍眼健康，守护‘睛’彩‘视’界”主题活动，让市民免费体验中药雾化熏蒸、睑板腺按摩、眼部检查活动。图为市中医院眼科医护人员给市民免费体验中药雾化熏蒸。

记者 包康轩 通讯员 葛丽君

久站久坐久躺都会诱发静脉曲张

要尽早干预治疗

□通讯员 马洁如

小泉（化名）是一名语文老师，一天三四节课，一天站下来，腿都“僵直”了。随着教龄的增长，她渐渐发现自己的小腿出现了若隐若现的“小蚯蚓”。周围有类似经历的老师告诉她，这是静脉曲张。

由于不怎么明显，小泉起初并没有太在意，直到去年夏天穿上短裙，突然察觉到弯弯曲曲的“蚯蚓”比以前更加显眼了，对外貌十分在意的她决定到医院把这麻烦解决掉。为此，她走进横店文荣医院

血管外科门诊，向医生咨询解决办法。

“静脉曲张是教师的职业病之一，尤其是夏天，来就诊的老师不在少数。”横店文荣医院血管外科医生肖仕浩说，由于他们长期久站，容易使腿部静脉血管中的静脉瓣膜承受过度压力，逐渐松弛，不能紧闭，从而导致静脉血液回流不良，所以才形成了静脉曲张。经检查发现，小泉的静脉曲张并不严重，还没到需要手术治疗的程度，只需打个针就能缓解，也就是硬化剂注射治疗。

据介绍，硬化剂注射进入浅表

静脉的病变血管后，会快速排空静脉内的血液，同时使静脉壁产生炎症反应，从而达到静脉闭合的目的。血管一旦闭合以后，没有了血流的冲击，就不再产生曲张。

“由于早期静脉曲张症状不太明显，所以很多人都不重视，等到后期症状严重，又因为担心手术而延误治疗。”肖仕浩介绍说，治疗静脉曲张其实很简单，症状不严重时，日常只需穿一双医用弹力袜来保护静脉；即使需要治疗，也有很多微创方式，如激光消融、射频消融、微波消融、泡沫硬化剂治疗、CHIVA治疗等，有些患者在接受治

疗后马上就能下地走路。

对于年轻人来说，站、坐、躺是最常用的3种姿势。这3种“摆烂”姿势是诱发静脉曲张的高危因素。除此之外，肥胖、从事重体力的人群由于血液循环不好，也是高发人群，本身大隐静脉和小隐静脉功能不全和原发性深静脉瓣膜功能不全等人群也容易高发。

医生提醒，静脉曲张是一种长期性疾病，没有医疗干预，并不会自行好转。因此，面对静脉曲张，一定要尽早干预治疗，若病情严重还可能会引发破损出血、溃疡感染、浅静脉血栓等并发症。

水肿有哪些原因？

东阳小镇女士来电咨询：最近，我感觉早上起床有点浮肿。医生说是水肿，建议去大医院看看。请问为什么会水肿呢？

市人民医院全科主治医师何苏婷答：水肿分为全身性水肿和局部性水肿。全身性水肿要看发病的时间、水肿程度。如果有反复的轻度水肿，没有其他不舒服的表现，就是特发性水肿，一般多见于青年女性。其他全身性的水肿原因，常见的有心脏病、肝的问题、慢性肾脏疾病或者由风湿性疾病。也有因为营养不良引起的全身性水肿，一般多见于特别消瘦的人群。局部性水肿，常见的是下肢水肿，如果是单下肢的水肿，可能是局部血管的堵塞引起水肿，建议尽快就诊。如果是双下肢的水肿，呈对称性，大部分是因为下肢血管的静脉收缩功能减退引起，这类水肿一般会在晨起时消失，傍晚时特别明显。建议你到全科做规范就诊评估。

“我们将加强各部门协同联动，进一步加大宣传力度，营造无偿献血良好社会氛围，不断推动我市无偿献血事业高质量发展。”市中心血库主任李文新表示，世界献血者日前一天，我市将在黄门广场举行庆祝世界献血者日活动及无偿献血宣传活动，鼓励更多市民参与到无偿献血和造血干细胞捐献中来。

吃粽子为什么会得胰腺炎？

南马镇金女士来电咨询：我知道自己不适合吃太多糯米，所以端午节的时候很克制，每种口味的粽子就咬了一口，而且大部分都是

馅，但还是得了胰腺炎，请问这是为什么？

市人民医院消化内科副主任医师何晓燕答：粽子是糯米做的，本来就不易消化，且会刺激胃酸分泌，可能导致慢性胃病、胃溃疡等旧病复发。一些大肉粽含脂过高，一旦没控制好量，容易加重胰腺负担，诱发胰腺炎。按以往情况，端午节前后，胃肠胰疾病患者数量会随所增加，因此应做好防范，做到好吃不贪、控制好量、新鲜进食、充分烧熟。同时，有三高病史、高血脂、胰腺炎病史的患者还是少吃粽子。

如何预防带状疱疹？

吴宁街道马先生来电咨询：我带状疱疹今年都发作两回了，每回到医院用了药就好，一不注意又长了，请问有什么办法可以预防？

市人民医院皮肤科医师楼妍答：关于带状疱疹的预防，最重要的还是要注意充分休息，避免疲劳。带状疱疹不是强传染性疾病，它往往是小时候我们得过的水痘病毒，在免疫力低下时悄然复发的结果。如果小时候没有得过水痘或者未接种过疫苗，或是孕妇、老人、免疫力低下的人群，要注意避免接触带状疱疹患者。

通讯员 徐嘉玲整理

乳牙坏了不用补？会祸及恒牙！

建议每半年带孩子做一次口腔检查

□通讯员 葛丽君

近日，市中医院儿童口腔科接诊了一位乳牙基本龋坏的5岁女童，该女童面部明显肿胀，还伴有发红、疼痛。医生为其进行专业检查，发现“元凶”就是口内右上侧第一乳磨牙。“孩子在前段时间就经常说牙疼，但我们想着不要紧，就只给她吃了消炎药，之后孩子也没说牙疼，结果现在成了这样。”女童的父母十分懊悔。

据该院儿童口腔科杜晶晶副主任医师介绍，5岁女童的这种情况属于乳牙根尖周炎，且已经伴发颌面部间隙感染，除了治疗口腔问题外，还需要在肿胀区域，行切开排脓手术，最后配合全身抗炎治疗，于孩子而言，无疑是遭了大罪。

乳牙根尖周炎，顾名思义是发生在还未换牙的孩子身上，发病的首要原因就是大家熟知的龋病。乳牙根尖周炎急性发作可造成根尖周感染扩展迅速，达骨膜下，引起剧烈疼痛和牙齿松动，不及时处理可导致颌面部间隙感染，常表现为局部红肿热痛、功能障碍、白细胞升高、发热等，严重时可引起海绵窦血栓性静脉炎、脑脓肿、败血症等并发症。

目前，乳牙根尖周炎的主要治

疗手段是根管治疗术，一旦牙慢性根尖周炎累及恒牙胚时，需拔除牙齿，后期还要考虑间隙管理，佩戴间隙保持器。由于龋坏的牙齿缺损较大，对于乳磨牙而言，最好的牙体修复手段是金属预成冠。

杜晶晶指出，临床中，许多家长都和5岁女童的父母一样存在认识误区，认为孩子的乳牙迟早会换，无需太过重视，在孩子牙痛时往往只让其吃点消炎药。长此以往，孩子的龋齿就会发展成牙髓炎、根尖周炎、根尖脓肿甚至是颌面部间隙感染。如果出现乳牙根尖周炎，不及时治疗，可能还会导致恒牙发育不完全，影响孩子一生。医生提醒，乳牙坏了就得补，只有保护好乳牙，才会有健康的恒牙。

日常生活中，除了要帮助孩子养成良好的口腔卫生习惯，掌握正确的刷牙方法，控制糖类食物摄入，使用含氟牙膏外，家长还应定期带孩子前往专业的儿童口腔科进行口腔检查，建议每半年进行一次口腔检查，以便及早发现牙齿问题，及早治疗。为预防龋齿，医生建议孩子都应进行窝沟封闭，在磨牙、双尖牙的窝沟处涂封闭剂，防止微生物和食物碎屑在窝沟的堆积，从而预防窝沟龋的发生。

“撸猫”记得定期给猫驱虫

否则可能感染“猫立克次体”

□通讯员 郑妮

最近，有一则新闻说，12岁女孩天天撸猫致感染，被查出脑膜炎住进了ICU。让人不禁心生疑惑：撸猫还会生病？对此，横店医院急诊科主任虞振委解释，只有错误的撸猫方式才会有感染弓形虫病、猫抓热等疾病的风险，另外还需当心感染“猫立克次体”。

“猫立克次体”是一种专性寄生于细胞内的革兰阴性原核生物。据相关资料显示，早在1918年的欧洲，“猫立克次体”在猫身上的跳蚤中被检测到。直到1990年，研究者才首次在电子显微镜下观察到这种病原体。2014年，江苏省报告了中国首个“猫立克次体”感染病例。

“猫立克次体”可以由跳蚤、蜱、虱子和蚊子等多种媒介所携带，主要由猫身上的跳蚤通过唾液传播。“撸猫”有可能感染“猫立克次体”，原因是人与猫密切接触过程中，“猫立克次体”可能通过皮肤微小伤口进入人体，从而导

致人体感染。人感染“猫立克次体”，可能会出现发热、乏力、头痛、斑状皮疹以及焦痂等症状，也有患者出现神经系统体征、肺炎和胃肠道症状。

养猫的家庭在日常生活中，要定期为猫驱虫，传染性病原体可通过动物排泄物、呼吸道分泌物或者唾液等传播，要特别注意预防动物传染性病原体，做好宠物驱虫等卫生措施；不要随意与陌生、流浪猫接触，若要领养流浪猫，要为其进行全面的体检和人畜共患病筛查；“撸猫”后要用肥皂水洗手，不要让猫舔到伤口，特别是小孩或免疫力低下人群，应避免接触猫；逗猫时别过火，不要过分亲密接触，尽量不要刺激猫，以免被咬伤或抓伤；被野猫抓伤，应立即用肥皂和流动水冲洗被抓伤或咬伤的部位，及时接种狂犬疫苗，若接触过被鼠蛭等虫叮咬过的人群，或是出现发热头痛、高烧不退、晕厥、皮疹等症状，一定要引起重视，及时就诊。

夏季谨防蛇咬伤

□通讯员 赵青

俗语说“端午至，五毒出”。端午节前后，气温升高，降水增多，湿度变大，草木繁茂，蛇类进入活跃期，人被蛇咬伤事件的发生率也逐步增加。对此，我们该如何防范？

首先要判断蛇是否有毒。毒蛇一般头大，呈三角形，体形粗而短，尾短尖细，前半身能竖起，颈可膨胀变扁，且蛇身颜色较鲜艳，还有特殊花纹，咬痕一般为1~4个出血点，多数情况为2个。如银环蛇、五步蛇、竹叶蛇、眼镜蛇等都是毒蛇。无毒蛇一般头部呈圆形，体形多细长，蛇身不能竖立，颈部不会扩大变扁，颜色也不鲜艳，咬痕为两排细小牙痕。

其次，被蛇咬伤最有效的处理

措施是尽快到就近医院规范化治疗。此前可采取以下措施：

1.沉着应对

尽量记住蛇的外形特征，如颜色、长度、形状等，便于医生判断致伤蛇种，精准用药。保持冷静，第一时间缓步离开现场，撤离时切忌快跑，快跑会使心跳加速，加快毒素扩散。

2.绑扎固定

立即用绷带（略带弹力的材料）将患肢进行绑扎，减缓蛇毒的扩散，用夹板或树枝对伤肢进行固定。绑扎位置应在伤口上方（超过一个关节）处，注意不能长时间绑扎，应每隔15~20分钟放松1~2分钟。

3.清水冲洗

反复用清水冲洗伤口，以减少伤口残留的蛇毒。伤口处不能随便

切开或切割，更不要去吮吸。应解开伤口周围的手表、首饰等，因为咬伤部位可能会出现严重的肿胀，以免后续无法取出加重局部伤害，同时伤口保持在心脏水平以下。

4.快速就医

呼叫120急救，或用交通工具以最快的速度送到医院，在转送过程中，避免伤者运动。如果没有交通工具，最好由人背送至医院。

最后，一起来了解一下如何防止被蛇咬。

1.穿好衣裤

早晨、傍晚散步时，要格外小心草丛。野外活动时，要穿长袖长裤、高帮鞋子，把裤脚绑紧，皮肤尽量不要裸露。

2.戴好帽子

进入林区要戴帽子，防止挂在树上的蛇碰到头。