

流感进入高发季 科学预防莫“轻敌”

文/本报记者 黑晓晓 图/本报记者 张海



医护人员向就诊患者宣传讲解流感相关知识。

随着气温持续走低,流感病毒也越来越“活跃”。近日,记者走访我市各大综合医院了解到,自2024年12月以来,前来医院儿科、呼吸内科就诊的患者明显增多,其中,大多患者伴有发烧、咳嗽、乏力、肌肉酸痛等症状。

市疾控中心(市卫生监督所)传染病防控科科长侯莹介绍,冬季是呼吸道传染病高发季节,据最新流感监测数据显示:我市从2024年12月下旬开始,流感报告病例数呈现上升趋势,流感进入季节性流行期,但流行规模和强度明显低于往年同期水平。

面对流感高发,市疾控中心(市卫生监督所)已做好各方面应急准备,密切监测流感疫情的发生,及时对流感疫情风险进行评估,切实做到病例“早发现、早报告、早隔离、早治疗”。针对流感疫情,市疾控中心(市卫生监督所)组织相关人员进行业务培训,并下发《关于进一步加强流感防控工作的通知》,要求各县区疾控中心加强流感疫情监测,做好各级各类医疗机构的督导检查。同时,密切关

注聚集性流感疫情的发生,尤其是学校、托幼机构等重点场所,发现异常情况后,及时进行规范处置,最大限度保障广大群众身体健康。

对于如何有效预防流感,做好自身防护,侯莹表示,呼吸道传染病虽然感染的病原体不同,但传播途径相似,主要通过呼吸道飞沫和接触传播。为降低呼吸道传染病感染风险,建议大家做好以下几点:

一是保持良好的个人卫生习惯,勤洗手,用肥皂和清水搓洗20秒以上。打喷嚏或咳嗽时,用纸巾或手肘遮住口鼻;二是保持居住或工作环境的清洁和通风;三是科学佩戴口罩;四是通过合理饮食、适量运动及增加睡眠的方式,增强个人体质;五是减少与有呼吸道症状人群的密切接触;六是做好自我健康监测,视情况及时就医;七是老年人、儿童等高风险人群,需要提高自我防护意识;八是接种流感疫苗,这是预防流感最有效的手段,可显著降低接种者发病和发生严重并发症的风险,建议老年人、儿童、慢性病患者等高风险人群及时接种疫苗。



健康简讯

和济医院开展诊疗培训班 提升“充电”保障患者生命健康

本报讯 为使从事急危重症救治相关工作的医护人员进一步了解脓毒症的诊治,减少脓毒症死亡率,近日,长治医学院附属和济医院举办了脓毒症规范化诊疗培训班。本次培训班汇聚了重症医学领域的专家及我市重症医学科、呼吸与危重症、急诊科等医护人员,共同探讨重症医学发展的机遇与挑战,及脓毒症的规范化诊治。

培训中,专家围绕脓毒症的新指南、新规范、新技术等内容进行精彩讲解。同时,专家还在现场进行病例分析和讨论,共同探讨,共同学习。

此次培训班的开展,旨在针对常见的脓毒症进行早期识别及处理,提高医护人员对脓毒症的诊断和治疗能力,进一步提升该院脓毒症诊疗水平及重症医学综合救治能力,最大限度为脓毒症患者的生命健康保驾护航。(张从容)

市妇幼保健院开设24小时动物致伤门诊 动物咬伤不要慌 处置门诊“不打烊”

本报讯 记者黑晓晓报道:在日常生活中,如果被猫狗抓伤,需要尽快规范处置,否则,除了会造成组织损伤外,还可能造成细菌、病毒感染、中毒、过敏性休克等严重后果。为保证广大群众发生动物致伤意外时能够得到及时救治,近日,长治市妇幼保健院开设24小时动物致伤门诊。

据了解,市妇幼保健院动物致伤门诊拥有专业医疗队伍、先进治疗设备和优质诊疗服务,为动物致伤患者提供伤口冲洗、外科清创、组织修复和感染控制、疫苗接种、免疫球蛋白注射等一站式诊疗,全面保障患者健康,最大限度降低患者发病风险,为群众身体健康筑起一道坚固的安全防线。

关于艾滋病的10个真相,您需了解!

为帮助大家科学、准确了解艾滋病相关知识,澄清一些常见误区,下面将10个艾滋病真相介绍给大家,帮助大家更好地认识和了解艾滋病,从而更好地预防艾滋病。

一.感染了HIV就等同于得了艾滋病?

感染了HIV并不等同于得了艾滋病。

HIV是“人类免疫缺陷病毒”的英文简称,该病毒会破坏人体免疫系统的细胞,导致机体抵抗力下降。艾滋病的全称是“获得性免疫缺陷综合征”,人体感染HIV后,进展到一定程度时,会造成免疫系统严重受损,导致人体出现各种机会性感染和肿瘤,这时才被称为艾滋病。

二.艾滋病会通过握手或拥抱传播?

艾滋病不会通过握手或拥抱传播。

HIV主要存在于艾滋病患者和HIV感染者的血液、精液、阴道分泌物、乳汁等体液中。完整的皮肤能够有效阻挡病毒的入侵,只要皮肤没有破损,即便接触到艾滋病患者体表正常的汗液等分泌物,也不会感染艾滋病。

三.蚊子叮咬会传播艾滋病?

蚊子叮咬不会传播艾滋病。

血液中的HIV会在蚊子的消化系统中被灭活。另外,蚊子口器上残留的血液量极少,所携带的病毒数量远远不足以引起新个体的感染。

四.HIV阳性母亲一定会把病毒传给孩子?

HIV阳性母亲不一定会把病毒传给孩子。

在没有任何干预措施的情况下,母婴传播的概率大约为15%~45%。而通过有效的母婴阻断措施,包括孕期抗病毒治疗、选择安全分娩方式和避免母乳喂养,母婴传播的风险可以降低到2%以下。

五.患有艾滋病会严重影响寿命吗?

通过有效的抗逆转录病毒治疗,可以降低艾滋病患者体内HIV病毒载量,使患者的免疫系统保持健康,从而降低HIV引起的并发症和其他感染风险。所以,艾滋病患者在积极治疗的情况下,可以延长寿命并提高生活质量。

六.与艾滋病患者共用餐具会感染艾滋病?

与艾滋病患者共用餐具不会感染艾滋病。

HIV在唾液中的病毒含量极低,远远达不到引起感染的程度。而且,HIV在环境中非常脆弱,一旦离开人体很快就会失去活性。

七.艾滋病是绝症吗?

目前,艾滋病虽不能被完全治愈,但通过联合使用多种抗逆转录病毒药物(也称为鸡尾酒疗法)进行治疗,可以抑制HIV在患者体内复制,恢复患者免疫系统功能。同时,患者对各种机会性感染和肿瘤的抵抗力也会增强,从而让患者像正常人一样工作和生活。

八.艾滋病会通过接吻传播?

艾滋病不会通过接吻传播。

虽然HIV可以在唾液中被检测到,但唾液中的病毒浓度极低,不足以引起感染。但是,如果接吻双方口腔内都有破损,那么,含有病毒的血液可能会通过破损处进入对方体内,从而增加艾滋病传播风险。

九.与艾滋病患者共用游泳池会感染艾滋病?

在游泳池的水中,由于水的稀释作用、消毒剂的杀菌作用及环境因素(如温度、pH值等),HIV病毒很难长时间存活。同时,人体的皮肤是一道天然的、非常有效的防护屏障,HIV病毒无法穿透皮肤进入人体。

所以,与艾滋病患者共用游泳池或公共浴室,不会感染艾滋病。

十.HIV感染者不能接种疫苗?

HIV感染者可以接种部分疫苗,但在接种时,需要考虑多种因素。

对于灭活疫苗、重组蛋白疫苗,HIV感染者通常可以正常接种。但在接种减毒活疫苗时,需要格外谨慎,如麻疹、风疹、水痘等疫苗,通常是减毒活疫苗。由于HIV感染者的免疫系统功能受损,接种减毒活疫苗可能会导致疫苗中的减毒病原体在体内过度增殖,从而引发感染。

因此,HIV感染者是否接种疫苗,要根据疫苗的类型、自身的免疫状态等因素综合判断。所以,最好在医生的专业指导下进行。