

夏季防疫 这件事情很重要

全球新增新冠肺炎确诊病例连续多周上升,境外疫情呈高强度流行态势的可能性大,国内多地出现本地新冠肺炎确诊病例。江苏省疾控中心急性传染病防治所所长主任医师鲍倡俊指出,虽然天气渐热,新冠疫情防控仍然不可放松,请坚持佩戴口罩!

炎热的夏季,仍要对新冠病毒保持高度警惕。在湿热环境中,新冠病毒的传播风险依然存在。世界气象组织提醒,高温对新冠病毒的传播影响虽不明显,但热浪会给人体健康带来其他损害。此外,高温天气下,公众在封闭或半封闭的公共场所活动机会更多,绝大多数公共场所都有空调,更易造成室内通风不佳。科学戴口罩,对于预防新冠肺炎、流感等呼吸道传染病具有确切效果,既保护自己,又有益于公众健康。口罩的安全防护作用是肯定的。在炎热环境下,仍要坚持科学佩戴口罩,养成随身携带口罩的好习惯。

如何科学佩戴口罩?可参照国家卫生健康委印发的《公众科学戴口罩指引》(修订版)。

普通公众:

- 居家、骑车和自驾无须戴口罩;
- 身处户外、公园,在保持1米以上社交安全距离时,无须戴口罩,建议备用一只口罩;
- 户外运动,如跑步、打球、跳舞时,不提倡戴口罩;
- 身处办公场所及会议室,在确保有效通风换气,保持人员1米以上社交安全距离情况下,无须戴口罩;
- 身处通风良好且无人员密集的环境中,保持1米以上社交安全距离情况下,无须戴口罩;
- 乘坐公共交通时,应戴一次性使用医用口罩或医用外科口罩;
- 在相对封闭的购物和娱乐场所、通风不良的公共场所,应戴一次性使用医用口罩或医用外科口罩。

有咳嗽或打喷嚏等感冒症状者:

应坚持戴一次性使用医用口罩或医用外科口罩等。

温馨提醒:

废弃口罩应妥善处理,防止污染环境!

来源:健康江苏微信公众号

相关

全省卫生健康系统 展开为群众办实事系列行动

快报讯(通讯员 汪蓓蕾 吕萌萌)连日来,全省卫生健康系统多家单位创新学习形式,丰富活动载体,不断增强党史学习教育质效,结合行业特色深入开展。“我服务你健康”为群众办实事系列行动,推动党史学习教育创新更入心。

近日,江苏省人民医院举办庆祝建党100周年“四史”知识竞赛决赛。本次活动旨在以赛促学、以学促行,引导党员从百年党史中汲取精神滋养,凝聚创新发展的强大动力。活动开展以来,广大党员积极参与,营造了党史学习教育的浓厚氛围。其中8支代表队脱颖而出,进入决赛。经过激烈角逐,老年医学科等代表队分获一、二、三等奖。选手们以精彩的表现,展现了党员医务工作者的精神风貌。

近日,江苏省疾病预防控制中心以“学习党史守初心,立足岗位做奉献”为题,举办本年度首期道德讲堂,邀请该中心3位抗疫先进人物代表,讲述奋战在抗疫一线的先进事迹。号召全体职工学史力行、知行合一,立足本职岗位,主动担当作为,大力弘扬伟大抗疫精神,以实际行动践行初心和使命,为健康江苏建设贡献力量。

无锡市人民医院开设“党史学习教育读书班”,利用每天早晨上班前的时间,院领导和职能处室、党总支负责人,以领读、共读、研读

的方式学党史、悟思想。该院精心部署党史学习教育工作,分层次开展理论学习,通过党委中心组学习、党员“三会一课”、主题党日、党员网络学习等形式,做到集中学习和自主学习、线上学习和线下学习、书本学习和现场学习“三结合”,在理论学习中激发奋进力量,将红色精神转化为推进医院高质量发展的不竭动力。

近日,东南大学附属中大医院急诊医学科联合南京市鼓楼区新门口社区,开展“我为群众办实事 急救科普进社区”活动。党员医务工作者通过专题讲座、现场模拟和实际操作相结合的方式,向社区居民宣传心肺复苏、AED机使用、海姆立克急救法等急救知识,并借助专业设备,进行现场培训,提高了群众自救互救能力,得到了一致好评。

日前,南京市儿童医院康复儿保党支部牵头开展“学党史 办实事 城乡携手志愿义诊”活动,组织眼科、口腔科等20多名专家走进江宁区谷里街道荆刘村,为当地儿童开展义诊、体检和健康科普讲座。现场贴心设置了科普讲座和游戏互动环节,让孩子们在等待检查期间放松心情。专家们详细询问、了解每一个儿童的病史,并就生长发育、心理行为、口腔、视力保健等问题与家长详细交流,讲解相关疾病防治知识,为当地群众送去了高质量的儿科医疗、保健服务。

“肺爱之家”当家人说肺癌防治

快报讯(记者 刘峻)5月31日是“世界无烟日”。今年主题是“承诺戒烟,共享无烟环境”。吸烟与肺小结节、肺癌之间有着千丝万缕的联系。江苏省人民医院肿瘤内科主任医师、肺癌患者管理专家、“肺爱之家”当家人卢凯华说,远离烟草,不仅仅指本人不吸烟、戒烟,同时也要远离二手烟、三手烟,还要积极引导烟民戒烟。

据不完全统计,中国有5亿肺小结节人群,肺小结节已经成为一个全社会共同关心的话题。很多人因为体检发现有肺小结节而寝食难安,严重影响生活和工作,甚至过度检查、过度治疗。肺癌与肺小结节关系密切,几乎所有的肺癌都是来自肺小结节。

为何如今有肺小结节的人越来越多?卢凯华说,检测设备的进步是重要

原因之一。她说一是一过去体检的人比较少,二是检查胸部主要依靠X光机,一般的小结节根本发现不了。而现在体检主要用螺旋CT扫描,对早期肺癌的检出率由过去的35%提升到93%以上。

“研究表明,吸烟是肺癌的首要致病因素。临床上90%的肺癌患者都吸烟或有吸烟史。”卢凯华说,许多患者一听说自己查出肺癌后就立即戒烟了,这说明只要有毅力还是能戒掉烟瘾的。对于烟瘾不大的烟民来说,可以通过转移注意力,比如运动、吃零食等方式戒烟,也可以从抽高焦油含量香烟逐渐过渡到较低焦油量的香烟,循序渐进慢慢戒烟。卢凯华说,肺癌是基因突变性疾病,尼古丁会造成基因突变,是癌变驱动基因。吸烟不仅可以致肺癌,还可以致喉癌、食管癌、胰腺癌、膀胱癌等。

省二中新增抽动、多动等康复性专家周末门诊

快报讯(通讯员 苗卿 端梓任 记者 任红娟)儿童抽动症、多动症、性早熟、厌食等疑难慢性病因困扰着不少孩子。近日,现代快报记者了解到,为了让患儿尽快康复,从5月下旬开始,江苏省第二中医院儿科正式在周末(周五到周日)专门增加专家门诊。同时,开启儿童雾化吸入上门服务网约治疗。

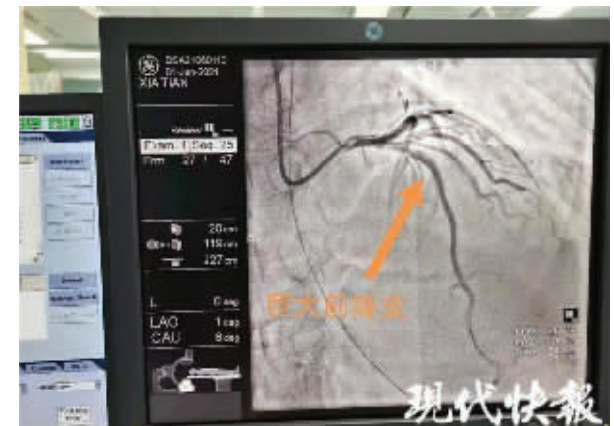
专家介绍,儿童多发性抽动一秽语综合征现在是常见的儿童疾病,症状是常频繁眨眼、皱眉、反复清嗓、摇头、耸肩等,在情绪紧张兴奋时、学生考试期等发病增加,对孩子身心健康,建立自信等有着很多的危害,需要及时治疗。目前可以通过中医药内治与针对性

推拿相结合治疗。

性早熟诊断年龄为:女孩8周岁,男孩9周岁。此时尚未进入青春期,孩子却有身高明显快长趋势,或有性征早熟的表现,会过早停止生长而最终导致比较“矮”。医院可以通过中药,以及加用调控饮食行为等康复疗法,并与内分泌科专家门诊和一日病房进行合作诊治。

注意缺陷多动障碍主要表现为与年龄不相称的注意力分散、不分场合的过度活动和情绪冲动,可伴有视听误解和学习困难。约70%症状持续到青春期,30%—50%持续到成年。为更好地治疗患儿,医院采用中西医结合治疗时,联合行为、心理等康复疗法。

险!突发心梗,患者命悬一线



医护人员成功开通了患者的闭塞血管
通讯员供图

快报讯(通讯员 张明 记者 刘峻)6月1日,南京市中医院急诊科发生了惊险万分的一幕。65岁的夏先生平时爱好游泳及跑步等户外运动,当天下午夏先生跑步时,突发胸痛,持续不止,随之意识丧失,倒地不起,心跳呼吸骤停。身边友人立即进行徒手心肺复苏,并拨打120,将其送至南京市中医院急诊,此时患者命悬一线。

120救护车将夏先生送到医院的时候,家属还没有赶到,医院第一时间统筹调配,开通绿色通道。经过诊断,患者为急性心肌梗死。心血管科冠脉介入团队的张伟主任及病区医护人员迅速从不同的岗位集结而来,快速护送患者进入抢救室,第一时间进行救治。

冠脉介入团队即刻对该患者的闭塞血管施以血运重建术,大家分工协作,从容镇定,导丝通过、球囊扩张、血栓抽吸、支架植入,成功开通了患者闭塞血管,将患者从死亡边缘又拉了回来。一个半小时后,患者逐渐苏醒,望着心电图监护仪上恢复了的心电示波,参与抢救的所有医护人员都露出了欣慰的笑容。

据了解,急性心肌梗死是心血管急

危重症,是给心脏供血的冠状动脉发生了急性狭窄或闭塞,导致心肌出现急性缺血缺氧的一种疾病。如果心肌缺血时间长,缺血面积大,会出现严重的并发症,乃至死亡。这种疾病高发于糖尿病和糖耐量异常、高血压、高血脂等代谢异常的基础疾病等人群,以及有吸烟、高糖、高脂、高盐饮食不良生活习惯的人群。在治疗中,开通梗死血管的时间越快,恢复心肌供血的时间就越早,患者得到成功救治的机会就越大,所谓“时间就是心肌,时间就是生命”。

南京市中医院心血管病科冠脉介入专家张伟主任介绍,随着南京入夏,天气逐渐变热,一些热爱运动的市民要根据自身的实际情况适度锻炼,近期已经有十余名突发急性心肌梗死的患者送至医院,中老年人更易发生。据悉,南京市中医院“胸痛中心”建设正在规范、有序、高效地推进之中。张伟主任也提醒大家,急性心肌梗死致死率非常高,常常出现猝死,堪称最凶险的“杀手”之一,救治成功与否与黄金抢救时间密切相关,所以有急性胸痛的患者,一定要在第一时间前往正规医院就诊!