

五一假期临近,出游前先备好“药事”

有心脏病史者出门莫忘救心丸

本报4月26日讯(记者 樊伟宏 通讯员 宋天印) 眼看着五一又快到了,虽然假期时间不长,但不少人的出游热情却丝毫未减,想出去玩是好事,不过出门之前该带上哪些药物以备不时之需,对此,本报给您说说出游前该注意哪些“药事”。

外出旅游,需要必备的药物主要分晕车药、肠胃药、感冒药及运动损伤药四种。据市妇幼保健院医生介绍,就晕车药

而言,最常用的晕车药是乘晕宁(茶苯海明),晕车症状严重者,建议在飞机起飞,火车或汽车开动之前半小时服用。成人可以通过吃晕车药缓解不适,但这些药可能对小儿的神经系统发育和肝肾功能造成损害,因此不宜给孩子服用。如果孩子平时容易晕车,坐车时尽量不要让孩子往车窗外看,应当让其保持平卧位,或躺在父母的怀里,必要时多喝些水。

而在治疗腹泻上,首选黄连素。旅途中的腹泻大多是感染性腹泻,建议首选口服黄连素。如果伴有呕吐症状,可以服用胃复安。此外,藿香正气滴丸、藿香正气软胶囊也很适合治疗腹泻和肠胃不适。旅行前就出现症状者,应先到医院就诊,确定病因后,在医生的指导下选择路上带的药;如果旅行时感冒了,则要注意补水和通风,“建议市民带上两包板蓝根颗粒、维C银

翘片等中成药,同时可带盒白加黑等西药,感冒者还应注意多喝水。”医生表示。

此外,外出旅行,磕磕碰碰的少不了。红花油常用于跌打扭伤导致的软组织挫伤和轻度烫伤,但应在损伤24小时之后再服用,否则会加重伤情。同时,有心脏病、高血压等病史的人,一定要带好速效救心丸、降压药物等“救命药”,以备不时之需。

“五一”健康小常识

退烧药不宜在短时间重复服用

退烧药作为家庭药箱中的常备药,虽然多为非处方(OTC)类药物,人们可去药店自行购买使用,然而由于缺乏医师或药师的指导,常常存在着用药的不合理性。

一般退烧药起效在30分钟到2个小时左右,用药间隔时间为6-8小时,最短时间间隔不低于4个小时,24小时内用药不超过4次。退烧需要一个过程,不宜过快,一般体温降到38.5℃以下时即可。若短时间内重复多次服用退烧药,往往会引起大量出汗而导致脱水、虚脱,同时也可能会增加退烧药的毒副作用,引起肝肾功能的损伤。

喝完糖浆5分钟内不要喝水

大多数人服药时都有这样的习惯,仅用一口水送服或是随意拿起身边的茶杯,吞下药片完事。其实这样的服药方式是不正确的,轻者影响药物吸收,重者会加重不良反应。就

一般口服剂型,用水太多会稀释胃液,加速胃排空,反而不利于药物的吸收。但是对于一些特殊药物,为减弱其毒性,避免对器官特别是对肾脏的损害,或要求服用药物后每日必须饮水2000毫升以上。就止咳糖浆为例,饮用止咳糖浆时,会有部分药液停留在发炎的咽部黏膜表面,形成保护性的薄膜,减轻黏膜炎症,阻断刺激,缓解咳嗽,所以喝完糖浆5分钟内不要喝水。

市五院举行护理技能操作考核

本报讯 在2015年“5.12”国际护士节到来之际,为加强医院标准化建设,促进优质护理服务示范活动的深入开展,提高护理人员的“三基三严”水平,近日,市精神卫生中心护理部组织全院护理人员进行护理技能操作考核。

本次考核项目包括徒手心肺复苏(含简易人工呼吸器使用)、电动吸引器吸痰及约束带使用三项内容。此次操作考核是市精神卫生中心2015年度护士节系列活动内容之一,护理人员全员参与培训、考核中,激发了护理人员学业务、练技术的热情,在全院上下营造了比、学、赶、帮、超的良好氛围。(孙秀珍)

张店区二院做好预防接种证查验

本报讯 为进一步做好辖区内在校学生的预防接种证查验及补种工作,确保儿童预防接种证查验率达到100%,张店区第二人民医院联合各学校、托幼机构,积极做好查验补种工作。预防接种是预防、控制乃至消灭传染病、保障儿童健康的最为经济有效的手段,儿童预防接种证是儿童预防接种的有效凭证。

据介绍,此次查验工作要求各托幼机构和学校提交儿童预防接种证,对发现没有儿童预防接种证、丢失儿童预防接种证的及时上报辖区医院,对未按国家免疫规划接种疫苗的儿童,医院负责下达补种通知,托幼机构和学校负责督促、告知儿童家长或监护人,对发现的漏种、漏证儿童进行疫苗补种和补办儿童预防接种证。(郭艳)

健康进社区

近日,张店区中医院以健康大讲堂的形式组织急救专家组到齐林社区为居民讲授了家庭急救常识。

通常老百姓发生了意外事故,第一反应就是拨打110、120,意外受伤后不知如何处置,专家们就遇到意外伤害时应如何进行现场自救和互救进行了讲解。高涛医师为居民讲解了心肺复苏术,演示了人工呼吸、胸外按压等。讲座结束后,社区居民在医护人员的指导下现场进行了模拟心肺复苏练习。

本报通讯员 孙艺萌 摄影报道



五年内61万农村妇女可免费筛查“两癌”

本报4月26日讯(记者 樊伟宏 通讯员 王斌 高丽) 为推进全市适龄农村妇女乳腺癌、宫颈癌免费筛查工作,近日,市卫计委联合市妇儿工委办,对高青县、高新区和临淄区农村妇女“两癌”免费筛查项目进行督导。

督导组分别到区县妇幼保健院、项目开展的卫生院,采取听取汇报、实地查看、人员访谈和现场指导等方式进行督导。据要求,“两癌”检查项目涉及面广、技术性强、操作难度较大,是一项庞大的系统工程,被列入2015年为全市妇女儿童办好十件实事之一,是一项使农村妇女得实惠、普受惠、长受惠的重要举措。项

目实施需要卫生计生部门发挥技术优势,组织基层妇幼检查机构与技术人员,在一线有序开展。通过项目开展,逐步建立起“财政支持、卫生部门主导、妇联全力配合、社会大力支持和妇女踊跃参与”的工作新机制。

据悉,2014年市卫计委、市财政局与市妇联结合各区县医疗设备、技术条件等情况,制定实施方案,该免费检查项目自2014年7月至2018年12月实行,五年内将完成全市61万35-64岁农村户籍妇女“两癌”免费筛查,2014年完成市级宫颈癌筛查101257人,乳腺癌筛查68340人,分别占全市农村适龄妇女的18%和12%。

淄博本月起集中给消毒企业“消消毒”

本报4月26日讯(记者 樊伟宏 通讯员 孙茂倬) 为贯彻执行省、市消毒产品生产企业专项整治行动,近日,市卫生监督局对辖区内消毒产品生产企业专项整治行动做出部署。

据了解,专项整治行动包括对辖区内所有消毒产品生产企业逐一排查,摸清生产企业底数,对生产企业现场进行监督检查,重点检查生产企业卫生许可资质、厂区环境与布局等情况。同时,对消毒产品进行规范性检查,重点检查第一类、第二类消毒产品卫生许可批件或卫生安全评价报告及其备案情况;检查产品,特别是抗(抑)

菌制剂的生产过程记录、原料进出货记录、产品批次检验报告等内容,核查是否存在违法违规宣传和添加药物等内容。此外,按照相关要求,认真核对、更新《消毒产品生产被监督单位信息卡》信息,完善生产企业卫生监督档案。

此次专项整治行动与日常监管相结合,将监督检查结果与卫生许可延续相结合,建立不良记录名单制度,完善案件协查和通报制度,及时通报信息、反馈处理意见,做到消毒产品生产企业监督检查覆盖率达到100%,对有投诉举报的或发现违法行为的监督处理率达到100%。对区县督查覆盖率达到100%。

淄博成功救治一“袖珍宝宝”

出生时仅700克,比成年人手掌略大

本报4月26日讯(记者 樊伟宏 通讯员 李扬) 近日,记者从市中心医院获悉,该院儿科收治了一例孕30周因“重度子痫、血性羊水、胎儿宫内停止发育”剖宫产出生的新生儿,出生体重仅为700克。

据市中心医院儿科主任马立吉介绍,医学上把体重低于2500克,小于37周的叫做早产儿,而这名出生体重仅700克婴儿则是一名极低体重的早产儿。该胎儿母亲是一名高龄产妇,胎儿在母亲子宫内时就已经停止发育,体内各个器官均发育不成熟,出生后呼吸几乎没有。在医院儿科医护人员的全力医治下,这名“袖珍宝宝”最后顺利被救治,恢复了正常。胎儿出生后,经医院检查,医护人员给予清理呼

吸道、气囊加压给氧等窒息复苏抢救,后转入新生儿监护室治疗。由于患儿是超极低出生体重儿,又有窒息、发育不良、感染等危险因素,入院后医护人员寸步不离看守,患儿体重由700克增长到1660克,奶量由开始的每次0.5毫升增至每次30-40毫升,截至目前,已顺利出院,且随访至今发育良好。据了解,这也是市中心医院截至目前救治的体重最低的早产儿,也是全市儿科目前救治体重最低早产儿之一。

据了解,低出生体重儿的身体各器官发育不成熟,生活能力低下,适应性及抵抗力差,特别是低出生体重儿吸吮、吞咽功能不完善,胃容量小,消化酶不足,吸收、消化能力差,易发生喂养困难,较正常新生儿更易出现低



胎儿出生后在医院监护室接受治疗。(医院供图)

血糖,体重不增,抵抗力更低下,甚至死亡。“引起低出生体重的原因很多,对于该患儿的

成功救治,标志着医院新生儿救治水平再上一个新台阶。”医护人员表示。