

滨州医学院附属医院“三伏贴”开贴

冬病夏治您准备好了吗？

本报7月9日讯(记者 张牟幸子 通讯员 徐彬) 近日去过医院的人应该能发现,医院看病的人变得比以前多了,尤其是小孩尤其多,很多时候是因为太热的原因。马上又到今年的最闷热的三伏天了,一年中气温最高且又潮湿,闷热的日子,让人易出现情绪烦躁、焦虑、易激动、失眠等,为了更好地养生保健,冬病夏治的“三伏贴”即将开贴了。

今年的三伏天共40天,7月13日入伏,末伏最后一天是8月21日。为了方便市民养生治疗,滨医附院中医科提前准备好了“三伏贴”为患者贴敷。中医科主治医师王慧凯告诉记者,其实现在已经有患者来贴三伏贴了,贴这个不必太拘泥于时间限制,有些市民觉得必须要入伏第一天来贴,其实是没有必要的,只要在这个时间左右都可以贴,“三伏贴根据每个患者的情况不同,贴敷的贴数也不一样,有3贴、6贴、9贴等等。”

据了解,“冬病夏治”是中医

学防治疾病的一个富有特色的重要方法,它是根据《黄帝内经》中“春夏养阳”的原则,利用夏季气温高,机体阳气充沛,体表经络中气血旺盛的有利时机,通过适当地内服或外用一些方药来调整人体的阴阳平衡,使一些宿疾得以恢复。冬病夏治对于哮喘病、老慢支、过敏性鼻炎等慢性呼吸道疾病采取三伏天外贴敷药方法,是祖国几千年传统有效的治疗方法,对慢性患者能起到调节免疫,改善肺功能,平喘止咳的效果。选择在三伏天贴敷,是根据中医“冬病夏治”的理论,在一年中最热的三伏天,以辛温祛寒药物贴在背部不同穴位治疗,亦可配合针刺、汤药、磁药叠加等方法,可以减轻冬季发病的症状。由于现代人狂吹空调、狂吃冷饮,因此多阳虚体质,而三伏贴刚好适合阳虚体质之人,因而现在广受欢迎。记者在门诊上看到,许多家长还带着孩子来贴三伏贴。

滨医附院中医科主任魏铭

介绍,“三伏贴”可以治疗的疾病范围很广泛,哮喘、慢性支气管炎、鼻炎、咽炎、慢性胃炎、痛经、产后头痛、风湿、类风湿性关节炎引起的各种颈、肩、腰腿痛等疾病都可以通过“三伏贴”来治疗,“尤其是一些儿科疾病,例如反复呼吸道感染、厌食、遗尿、慢性腹泻、咳嗽扁桃体炎等,贴敷‘三伏贴’的效果就不错。”

魏铭还表示,周岁以上可以表达自己是否有不舒服感觉的孩子都可以贴敷“三伏贴”,但是对药物过敏者、贴敷前皮肤有损伤以及皮肤长有疱疹和孕妇都不能贴敷“三伏贴”。贴完“三伏贴”的患者要注意当日不可以洗冷水浴,不宜进食辛辣、腥膻、寒凉之品,以免影响疗效。

针对许多市民从网上自行购买三伏贴,王慧凯表示,目前在网销售的“三伏贴”大多出自小厂家,大多不太正规,“而且三伏贴涉及到穴位,最好在医生的指导下或是由医生来贴,药



中医科主任魏铭正在向患者们讲解三伏天养生知识。

材发挥性比较强,药效在2—3个小时,而网上销售的都已经存放了很长时间,网上销售的也许可以保证安全,但是药效就无法保证了,所以建议市民不要购买。”

为了提高就医质量,患者可采用电话预约、网上预约的方式

进行预约贴敷。

1、直接登录网上门诊: <http://wanghuikaidr.haodf.com/>

2、打开微信,扫描二维码,关注“好大夫”服务号,按照要求填写个人资料,完成报道后进行预约。

夏季来临,家长须警惕手足口病和它的“表兄”

本报7月9日讯(记者 张牟幸子 通讯员 贾永莲) 夏季是手足口病的高发季节,近段时间有部分手足口病和疱疹性咽颊炎的患儿来到医院就诊。而朋友圈里也出现了众多转发疱疹性咽颊炎的帖子,提倡不亲吻孩子。面对手足口病和疱疹性咽颊炎,有的家长表示,孩子并未接触过病人,也没怎么出门,怎么就传染上了手足口病呢?面对这些疑问,记者咨询了滨州市疾病预防控制中心的相关专家。

市疾控中心专家告诉记者,手足口病是由肠道病毒引起的传染病,多发生于5岁以下儿童,潜伏期多为2~10天,平均3~5天,手足口病主要有两种表现形式,一种是咽部和手、脚及肛门周围都出现皮疹,就是典型的手足口病,一种是皮疹只局限于咽颊部,就是疱疹性咽颊炎,目前缺乏有

效治疗药物主要对症治疗。

专家表示,手足口病是经过呼吸道传播的肠道病毒,飞沫是它的主要传播途径,所以手足口病多发生于一些人群聚集的环境,比如说幼儿园、小学等,因为孩子们的接触比较密切,而且家长也有可能是病毒携带者,“家长被感染后因为自身抵抗力强,症状表现不明显,但是却可能成为隐性感染者,在护理孩子的过程中就会传染给孩子,尤其是和孩子亲密接触,更容易把病菌传染给孩子,这就是为什么有的孩子不出门也有可能得手足口病的原因。”

据了解,手足口病普通病例主要表现是急性起病,孩子会出现发热、口痛、厌食、口腔黏膜出现散在疱疹或溃疡,手、足、臀部、臀部、腿部出现斑丘疹,一部分病例仅表现为皮疹或疱疹性咽峡炎,大多数

患儿都会在在一周内痊愈,预后良好。专家还表示,手足口病和疱疹性咽颊炎是有区别的,疱疹性咽颊炎主要由柯萨奇病毒引起,患儿发热、咽痛,口腔黏膜出现散在灰白色疱疹,疱疹破溃形成溃疡,位置都在口腔后部,很少出现在舌头和牙龈等口腔前段。

因为手足口病目前没有有效治疗药物,所以重在预防。饭前便后、外出后要用肥皂或洗手液等给儿童洗手,不要让儿童喝生水、吃生冷食物,避免接触患病儿童。看护人接触儿童前、替幼童更换尿布、处理粪便后均要洗手。婴幼儿使用的奶瓶、奶嘴使用前后应充分清洗。在手足口病流行期间不要带儿童到人群聚集的公共场所。

市疾控中心专家还表示,儿童出现相关症状要及时到医疗机构就诊,患儿不要接触

其他儿童,父母要及时对患儿的衣物进行晾晒或消毒,对患儿粪便及时进行消毒处理,症状轻的孩子不必住院,以减少交叉感染,可以在家里休养。

市疾控中心也要求托幼单位每日进行晨检,发现可疑患儿时,采取及时送诊、居家休息的措施,对患儿所用的物品要立即进行消毒处理,患儿增多时,要及时向卫生和教育部门报告,根据疫情控制需要当地教育、卫生部门可决定采取托幼机构或小学放假措施。

本报健康专刊也在此提醒家长,手足口病和疱疹性咽颊炎都属于常见病的范畴,所以得了以后家长不要过度的恐慌,没有医生指导下不要给孩子乱吃其他的药物,这样会给孩子的胃肠和肾脏增加负担,无论是手足口病还是疱疹性咽颊炎,预后都是非常良好的。

红十字健康安全 教育项目启动

本报7月9日讯(记者 张牟幸子 通讯员 由雅荣) 近日,红十字生命健康安全教育项目启动暨第一期救护员培训班开班仪式在滨州市职业学院举行,市红十字会常务副会长刘卫堂、滨州市职业学院副院长刁万祥及市文明办相关负责人参加了仪式。

据了解,生命健康安全教育项目是中国红十字会总会为落实国务院下发的《关于促进红十字事业发展的意见》,关于救护培训“五进”的要求,以“小手拉大手,安全一起走”为主题的“生命健康安全教育项目”,通过对社区群众和学校学生培训,进一步普及红十字应急救护知识,扩充急救员队伍,增强社区群众服和在校学生的安全意识,提高自救互救水平和能力,优化和提升社区和学校健康安全环境。

此次项目启动最终将达到,完成600人的救护员培训,完成800人的亲子讲座,完成500人的群众性应急演练,建立一支红十字应急救援志愿服务队等。

“创城迎审”在即 滨医附院在行动

本报7月9日讯(记者 张牟幸子 通讯员 王嵩) 滨医附院在7月2日下午召开的周会上,将滨州市创建全国文明城市暨迎接国家卫生城市复审工作列为下半年重点工作之一。院长王强就此项工作进行了安排部署。

王强指出,1992年,滨州市获得国家卫生城市称号,今年将迎来第4轮复审,8月-10月份,国家爱卫办将抽调专家组,对被复审城市进行暗访打分,对复审得分750分以下的,将取消国家卫生城市称号,这1000分总分当中,涉及卫生系统的有300分,医院是必查单位。滨医附院根据市委市政府、市卫生计生委的统一安排部署,成立了领导小组,印发了工作方案,并于6月29日专门召开了“创城迎审”工作推进会,“希望全院各部门、各科室和全体医护教职工都积极行动起来,巩固国家卫生城市,创造优美环境,提供优质服务,树立行业文明新风,共同打造百姓满意医院。”

关于下一步工作, 王强要求,一要加强医疗废物管理,各科室、单位要将医疗垃圾与生活垃圾分类,严格医疗废物分类、封口和交接,做好交接登记并妥善保存交接资料,二要加强禁烟控烟管理,人人都是禁烟劝导员,要主动上前劝阻吸烟者。三要加强院内非机动车停放管理,医护人员、物业公司员工要自觉将非机动车辆放入车棚或其他允许停放区域,如出现不听指挥、劝阻,以辱骂甚至殴打保安人员等行为的,医院将严肃处理,在其他场合和社会生活中,医院所有员工及所有员工的家庭成员都要自觉爱护环境卫生,自觉维护公共秩序,展示文明高素质,传递健康正能量,“同时,医院承担了黄河正路的渤海八路至渤海十一路地段“五包”任务,将适时抽调人手上街宣教、治理乱贴乱画等,各部门、科室、单位要积极响应配合。”

你我共同参与 依法防控结核病



7月7日,滨州市中心医院门诊部、公共卫生科、预防科组织医疗专家13人到姜楼镇棘林王村开展义诊活动,同时进行了以“传染病、慢性健康教育进社区”、“你我共同参与 依法防控结核病”为主题的大型健康宣教活动。

此次义诊的项目有内科、外科、眼科、健康咨询等。义诊现场免费为当地村民测血压、做心电图、进行各专科常规检查并派发保健手册、预防甲型H7N9禽流感、艾滋病、手足口病、麻疹、肠道传染病及各类慢性病防治宣传资料。

本报记者 代敏 本报通讯员 李聪聪摄影报道

守护“舌尖”安全 让“花朵”健康绽放



近日,孙镇中心卫生院食品安全宣传队走进镇中心幼儿园,开展守护“舌尖”的安全让“花朵”健康绽放主题宣传活动。此次活动大量引用图片和实物,采取“看一看,摸一摸,尝一尝”的方式,让幼儿知道什么样的食品是健康食品,什么样的食品是垃圾食品,吃了变质的食品会导致哪些后果,提高幼儿对食品安全重要性的认识。同时向广大师生发放了《致学生家长一封信》,把食品安全宣传教育活动进一步向家庭和社会延伸。图为医务人员向幼儿讲解食品健康。

本报记者 张牟幸子 本报通讯员 高玉娥 摄影报道