

流感凶猛 幼儿园超半数孩子请假

济南市疾控中心提醒,应做好校园防护工作

近日,齐鲁晚报·齐鲁壹点记者从济南市疾控中心了解到,近期,设在济南市的流感监测哨点医院送检标本,流感病毒检测阳性率明显升高,很多学校也出现了流感病例聚集性疫情。据了解,目前北方省份主要是A(H3N2)亚型流感。

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 王小蒙

北方进入流感高发季

往年的流感监测证实,济南12月至次年1月,是流感流行的高峰季节。济南市民秦女士的孩子就不幸中招,“孩子班上超过一半的请假了,整个幼儿园几乎空了”。

来自中国国家流感中心发布的最新周报提示,2019年第49周(截至2019年12月8日),我国内地南北方省份流感活动水平继续呈升高趋势,暴发疫情数明显增多,我国部分省份已经进入今年的冬季流行季。其中,南方省份检测到的流感病毒以A(H3N2)亚型和B(Victoria)系为主,北方省份主要是A(H3N2)亚型。

济南市中心医院小儿科副主任医师赵红洋介绍,普通感冒通常

是由鼻病毒和腺病毒引起的,流行性感冒则是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。

流感的症状主要有发热、头痛、全身肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等,体温可达39—40℃,常有咽喉痛、干咳,部分儿童可出现呕吐、腹痛、腹泻。部分老人、儿童、慢性病人等免疫力弱者易发生重症,肺炎是流感最常见的并发症。

济南市疾控中心传染病防治所专家于秋燕介绍,流感患者和隐性感染者是流感的主要传染源,从潜伏期末到急性期都有传染性。病毒在人呼吸道分泌物中一般持续排毒3—6天,儿童、免疫功能受损患者排毒时间可超过1周。流感主要通过患者咳嗽、打喷嚏或说话时产生的飞沫传播,也可通过接触患者分泌物污染的物品(如污染的食具、茶杯、玩具、桌面、门把手、水龙头等)而传播。



接种流感疫苗 是最有效预防手段

流感传染性强,传播迅速,在学校、托幼机构等易感人群集中的地方易出现暴发流行。尤其是学校,一旦流感传入,如果不做好预防控制措施,短时间内会出现病例集中暴发,并迅速蔓延,影响学生健康及学校的教学秩序,大量病例的集中出现难免会发生严重病例。为此,济南市疾病预防控制中心提醒,应积极做好校园的防护工作。

于秋燕说,预防流感最经济、有效的措施是接种流感疫苗,最好在每年的9—11月份接种。由于接种流感疫苗保护效力多维持在一年左右,接种后半个月后才能达到最好保护效果,最好在流感流行季来临前尽早到社区接种门诊预约,按期接种。

同时,患病学生和幼儿要进行隔离治疗。发热(体温≥38℃),或体温≥37.5℃伴畏寒、咳嗽、头痛、肌肉酸痛者,劝其及时就医,根据医嘱采取居家或住院治疗。体温恢复正常,其他流感样症状消失48小时后或根据医生建议,患者才可正常上课。教职员工罹患流感,也建议不要带病上课上班,避免传染学生。

“如果发现孩子有精神不振、咳嗽、不想吃饭的情况,要及时测量体温。”于秋燕说,在流感流行季节及流行期间,学校应做好开窗通风和清洁、消毒工作,并教育学生勤洗手,保持双手清洁;养成文明呼吸道礼仪,打喷嚏、咳嗽时应用纸或衣袖掩住口鼻。口鼻分泌物应用纸包好,弃置有盖垃圾箱内。

另外,如果孩子出现超过三天的呕吐、尤其是喷射性呕吐,或者剧烈的头痛、心慌气短、乏力精神不好等症状,家长要格外警惕,及时到医院就诊。赵红洋提醒,儿童感冒后常可出现脑炎、心肌炎等并发症,对待感冒也应早期诊断,正确评估,及时治疗。

孩子晚上抱着砖头睡觉,咋回事

本周四,心理健康大讲堂带你识别“自闭症”



齐鲁心理健康大讲堂
主办:齐鲁晚报
协办:山东省精神卫生中心

本报济南12月23日(记者张如意 通讯员 徐金诺) 儿童孤独症也称“自闭症”,是一种较为严重的发育障碍性疾病。很多家长都认为孩子发育晚,“再等等”就好了,但这样却容易延误孤独症儿童的诊断与治疗。孩子的正常心理发展历程是怎样的?家长应如何进行早期干预?本周四(12月26日)本报和山东省精神卫生中心主办的心理健康大讲堂邀请山东省精神卫生中心教授刘金同开讲《儿童期的心理发展与孤独症》,读者可到山东省精神卫生中心门诊楼四楼412会议室参加。

“近年来,孤独症儿童的发病率有上升趋势,原因可能与如今家长的认识度提高,诊断标准变化、育儿环境的改变等有关。”刘金同表示,孤独症的病因不明确,其临床症状主要表现为交流障碍、特殊兴趣爱好及重复刻板行为两方面。

孤独症儿童发育较同龄儿落后,尤其体现在语言方面,如1岁多仍不能使用简单词语,3岁还不能用语言表达自己需求等。情感方面,与父母没有特别的情感,分不清该与谁亲近,总是封闭在自己的

世界里;孤独症儿童兴趣狭窄,表现为喜欢某种不寻常的玩具,也可能特别依恋某种东西,例如一个两岁多的病儿,对一块砖头深感兴趣,连晚上睡觉都要抱着。

孤独症会影响孩子的语言功能和社会交流,导致孩子终生难以融入社会。因此,家长及时做到早期识别,带孩子到正规医疗机构诊治是非常重要的。孤独症最容易识别的时期是2~3岁,但研究显示平均4.7岁左右才能明确诊断。“很多家长认为孩子发育晚,再等等,长大就好了,但他们想不到的是,以后孩子跟同龄人的差距会越来越来,等到那时候就会错过最佳治疗时期。”刘金同说,曾有一位妈妈带上小学的孩子来就诊,因为孩子在学校性格孤僻,极端“内向”,其实这个孩子从小就有症状,因为家长“再等等”的想法,耽误了孩子的最佳治疗时间。

怎么判断是否患孤独症?患上孤独症家长应做些什么?确诊后该如何治疗?12月26日下午两点半,在山东省精神卫生中心门诊楼四楼412会议室,本报健康大讲堂特邀山东省精神卫生中心专家刘金同开讲,讲座的题目是《儿童期的心理发展与孤独症》。

读者可关注本报微信公众号“齐鲁健康大讲堂”(微信号:qlkjdt)留下您的姓名和联系方式进行报名,也可拨打0531—85196052/85196381进行报名。活动现场,专家还将现场解答读者的提问。



专家简介

刘金同,博士,主任医师,博士生导师。一直从事精神病学临床、教学和科研工作。现任山东大学齐鲁医学院精神病学教研室主任、山东省精神卫生中心儿童青少年研究室主任。兼任中华医学会儿童青少年精神科委员会委员、中国心理卫生协会儿童专业委员会委员等。擅长注意缺陷多动障碍、抽动障碍、饮食与睡眠障碍、精神分裂症、抑郁障碍、焦虑障碍、强迫障碍、孤独症、精神发育迟滞等。



◀ 齐鲁健康大讲堂

治疗强直性脊柱炎 有三个“关键点”



强直性脊柱炎是一种主要侵犯脊柱,而且关联低髋关节和周围关节的慢性炎症疾病。被医学界定义为强制性类风湿脊柱炎,属于免疫疾病的一种,严重者可发生脊柱畸形和强直。

下面,我们就来分析一下强直性脊柱炎的发病机理。济南杏林中医医院副主任医师徐乐芳介绍,本病多数以隐匿发病为主,可迁延10—20年,少数为急性发作。病至腰椎表现为腰脊背痛,腰部前屈后挺、双侧运动受限,腰椎正常的生理弯曲度消失或平直,严重者可造成腰肌萎缩;病情逐渐发展至晚期时,脊柱的各个关节已强直固定,疼痛已明显减轻,X线提示脊柱呈竹节样改变,活动困难,关节僵硬,使患者苦不堪言。

那么,治疗强直性脊柱炎就没有好办法了吗?

其实,很多复杂的问题都有简单的“原理”在其中。清代著名医学家黄元御算得上是一个明白人。他讲得很清楚:“凡人之身,骨以立其体干,筋以束其关节,脉以通营卫,肉以培其部分,皮以固其肌肤……”。可

见,强直性脊柱炎只有从骨、髓、筋三方面去考虑,才是解决问题的关键。

中医有一句至理名言,叫做:通则不痛,不通则痛,可见,只有“骨通”、“髓通”、“筋脉通”才是解决强直性脊柱炎等骨病的根本办法。其中,骨通是根本,髓通是关键,筋脉通是保障。

“三通骨病疗法”正是基于这一原理形成的。它抓住了“通骨、通髓、通筋脉”这一关键,在培补元气,祛除外邪的基础上强筋壮骨、活血通络、改善体质,标本兼治。

真诚地祝愿广大正在饱受强直性脊柱炎等疾病折磨的朋友,能早日康复。

主讲人简介

徐乐芳,济南杏林中医医院中医副主任医师,骨病、风湿病专家,中医妇科专家,山东省医学会风湿骨病专业委员会委员,山东中医学会妇科专业委员会委员。擅长运用“三通骨病疗法”通过中医八纲论证,四诊合参,调整体质治疗各种骨病,包括颈椎病、腰椎病、股骨头坏死、强直性脊柱炎、中风偏瘫、脑血栓后遗症等;在治疗各种妇科疾病如子宫肌瘤、子宫癌术后以及不孕不育等方面有着丰富的临床经验。