

# 广州卫生

粤内登字A第00121号(内部资料 免费交流)  
广州市卫生局主管 广州市健康教育所主办

二〇一三年四月二十七日 第八期(总第988期) 编辑部E-mail:edit@gzhe.net

市委常委、市纪委书记王晓玲带队到卫生系统开展专题调研

## 加强作风建设,推进公共服务廉洁化



(通讯员 薛原群、陈飞燕)4月24日下午,市委常委、市纪委书记王晓玲带领市委领导和部分室厅主任一行到卫生系统开展“加强作风建设,推进公共服务廉洁化”专题调研,先后实地视察了市急救医疗指挥中

心(以下简称“急救中心”),市妇女儿童医疗中心(以下简称“市妇儿中心”),了解全市卫生系统作风建设和公共服务廉洁化工作情况,并召开座谈会专题研究和指导作风建设与公共服务廉洁化有关问题。

王晓玲书记首先在卫生局党委书记唐小平、市纪委驻市卫生局纪检组组长马国忠和急救中心主任黄毅的陪同下参观了急救中心、急救设备,随即赴市妇儿中心,在中心主任夏慧敏、党委书记耿春和和职工代表谢颖的陪同下参观了珠江新城院区门诊大楼、急诊、检验科、CCU等部门,接着,先后听取了唐小平同志和夏慧敏同志关于改进作风、推进公共服务廉洁化工作情况的有关汇报,同时与职工代表进行了亲切的交流,对卫生系统的公共服务廉洁化工作给予肯定。

王晓玲书记认为本次调研收获很大,谈了三点体会:一是卫生系统基础好,党风廉政建设基础扎实,反腐倡廉工作亮点纷呈;二是卫生系统行动快,率先开展公共卫生服务廉洁化的目标、任务、动作快,落实好;三是卫生系统措施实,结合各项工作,整改措施有针对。

王晓玲书记对卫生系统公共服务廉洁化的下一步工作提出三点意见:一是突出廉洁化,重点预防腐败;二是注重管理,重点是阳光、公开;三是注重服务的高效性,同时要落实好六件事:一是决策科学,二是过程透明,三是服务高效,四是制度完备,五是纠偏到位,六是人民满意。

## 《广东省医疗纠纷预防与处理办法》6月起施行

据广东省卫生厅网站4月9日,省长小东签署省人民政府令,正式公布《广东省医疗纠纷预防与处理办法》。《办法》对医疗纠纷的预防和处置作了详细规定,将于6月1日起正式实施。

《办法》中规定,医患双方当事人可在医疗纠纷发生后,有五种方式可以解决:一是医疗纠纷调解委员会调解;二是自行协商解决;三是向医调委申请行政调解;四是向法院申请诉讼;五是法律、法规、规章规定的其他途径,如“医疗纠纷仲裁”等。

《办法》规定,县级以上人民政府和

政府部门应当指导当地根据实际情况设立医调委,医调委调解医疗纠纷不得收取任何费用,所需经费由人员、办公场地等由县级以上人民政府给予必要的支持和保障。有条件的市(县、区)可对医调委开展的医疗纠纷人民调解工作实行政府购买服务。

《办法》明确,当事人提出医疗纠纷调解申请后,医调委应在3个工作日内予以审查,并在受理调解30日内调解终结。经调解人有效调解的,双方当事人可向人民法院申请强制执行。患者及其亲属和其他

关系人,如有实施暴力或者以暴力相威胁,要快医疗行政、或在医疗机构寻衅滋事等8种行为,公安机关应迅速出警,依法处理。发生构成犯罪的,依法追究刑事责任。

《办法》提出,公立医疗机构应参加医疗责任保险,鼓励非公立医疗机构自愿参加医疗责任保险,保险费用从医疗机构业务费用中列支,计入医疗成本。按照收入支出两条线管理的医疗机构,保险费用由财政支付。医疗机构不得因参加医疗责任保险而提高现有收费标准或者变相增加患者负担。

## 本期观点

### “人死医院赔”不能成惯例

【见死不救是道德问题,但能否救治是科学问题。构建和谐医患关系,既要维护患者的利益,也要维护医院的利益,更不应牺牲公平与正义原则。

最近,上海发生一起特殊的医疗赔偿案:首例感染H7N9禽流感患者不幸病故,其家属以“医院采取的救治措施不当为由,向医院索赔107万元,医院最终赔付人道主义补助13万元。”从患方的角度来看,一个活生生的人,因感冒发烧到院就诊,很快确诊为重症,一查,病人时间空空的病房,容易自然无法接受。从医生的角度来看,H7N9患者是人家重度的新病毒,在疫情初期,医生根本无法预见,只能按常规诊疗,符合诊疗常规,不存在过失。患方提出巨额索赔,没有法律依据。

近年来,我国医疗纠纷日益增多,一个重要原因就是人死在医院。有人认为,患者到院住院看病,医生必须治好,治不好就要赔偿,给予赔偿。而法院在审理此类案件时,通常会倾向于同情患者,即便医院没有过错,也要给予一定的人道主义救助,这似乎已经成为惯例。

救死扶伤是医生的天职,见死不救是道德问题,但能否救治则是科学问题。医学是一个充满未知数的世界,具有不确定性和不确定性。人类已知命名的疾病有数千万种,能够治疗的只有几十万种,对于大多数疾病只能缓解症状。寻求医学进步,是不符合医学规律的。人体千差万别,病情千变万化,疾病有因,病因各异,医生,也没有百分之百的胜算。患者出现医疗意外,原因非常复杂。有的因为医学技术的局限性,有的因为病情的特殊性,有的因为医生的水平不够,有的因为医生的责任心不到位。总之,应该具体问题具体分析,分清责任是非,不能简单地“有病就赔,根据(侵权)责任法”,既如医院存在医疗过错,并给患者造成了伤害,医院必须承担赔偿责任。但是,如果不管过错,人一死就赔,医院,就有可能加剧医患对立,最终导致两败俱伤。

医学是一门探索性科学,而探索就意味着两种结果,可能成功,也可能失败。当“农夫和蛇”的故事屡屡上演后,医生会趋利避害,采取防御性医疗措施,最大限度保护自己。一种采取防御性的防御性医疗,即面对病情复杂的病人,能做的手术也不做,该冒的风险也不冒,尽量采取保守治疗方案,而不是最佳治疗方案。另一种是采取积极的防御性医疗,即面对病情简单的病人,即便能够做出明确诊断,也要开出一大堆检查单、化验单,用最先进的仪器来确诊,以防因漏诊而被起诉。因为在医学上不必要的,在法律上却是合法的。如此一来,最大的受害者还是患者。

在一个法治社会,患者依法维权,本是很正常的事情。但是,如果人一死就赔钱,有理没理都赔,这就“不正常”了。从患者来看,医院赔偿是保护弱势群体,维护社会和谐,但深思后,这不符合法治精神,属于新型的“摆平术”,既挫伤了医生的积极性,也不利于减少冲突。事实上,“摆平术”并非医患和谐的剂,而是一种麻醉剂,只能暂时缓解疼痛,不能根除病源。

构建和谐医患关系,既要维护患者的利益,也要维护医院的利益,更不应牺牲公平与正义原则。解决医患冲突,需要法律保障和制度保障并重。近日,广东省出台《广东省医疗纠纷预防与处理办法》并将于6月起施行,其意义亦正在于此。(原载人民日报,作者白剑锋,原文略有改动。)

## 全市卫生监督系统全力做好第113届广交会公共卫生保障工作



(通讯员 周妲洲)医药卫生体制改革的目标是实现人人享有基本医疗卫生服务,为群众提供安全、有效、方便、廉价的医疗卫生服务。经过三年多的努力,天河区已建立了覆盖城乡居民的基本医疗保障制度,初步建立起基本药物制度,基层医疗卫生服务体系进一步健全,基本公共卫生服务内容更加广泛,切实缓解了群众“看病难、看病贵”问题。

4月15日,第113届中国进出口商品交易会(广交会)在中国进出口商品交易会琶洲展馆隆重开幕。在卫生系统的领导下,结合近期人感染H7N9禽流感疫情的流行趋势,全市卫生监督系统统一部署,突出重点,加强对呼吸道传染病防控的卫生监督,全力做好广交会公共卫生保障工作,确保了广交会各期顺利、安全举办。

图为市卫生监督所稽查副所长在琶洲展馆医疗点进行传染病防控监督检查。(广州市卫生监督所提供)

## 开展中层干部廉政集体谈话 市健教所筑廉政“防火墙”

为了进一步强化中层干部廉政意识,筑牢反腐倡廉“防火墙”,切实加强中层干部的教育与监督,4月11日,市健教所召开全体中层干部廉政集体谈话会议,对全体中层干部廉政教育进行了全面部署。会议强调了党风廉政建设的重要性和紧迫性,要求中层干部要以身作则,带头遵守廉洁自律各项规定,严格执行廉洁自律各项规定,自觉约束和规范自身言行,在学习、工作中以身作则,筑牢防腐防变的思想防线。(市健教所办公室)

## 一句话新闻

- 4月12日,陈建华市长一行到白云区人民医院调研。
- 4月18日,市政办副主任、市卫生局副局长陈怡带队率队调研白云区科信局建设和科信局医疗培训。
- 4月10日起,全市疾控中心启动禽流感市场和候鸟栖息地等场所H7N9禽流感感染监测工作。
- 全市卫生监督机构继续开展人感染H7N9禽流感防控监督检查工作。
- 越秀区开展全民健康生活方式行动示范单位创建工作督导验收。
- 海珠区启动糖尿病患者生活方式干预试点工作。
- 白云区卫生监督所开展应急演练技能培训。
- 4月16-19日,广州市急救指挥中心“120”网络59间院前急救中心开展急救技能任务的医学发放除颤器使用等一批总值236余万元的卫生应急物资,进一步加强应急能力建设。

## 《萝岗医改报道之三》



(通讯员 周妲洲)医药卫生体制改革的目标是实现人人享有基本医疗卫生服务,为群众提供安全、有效、方便、廉价的医疗卫生服务。经过三年多的努力,天河区已建立了覆盖城乡居民的基本医疗保障制度,初步建立起基本药物制度,基层医疗卫生服务体系进一步健全,基本公共卫生服务内容更加广泛,切实缓解了群众“看病难、看病贵”问题。

## 看病更方便

萝岗区成立之初,面临医疗卫生资源总量不足、质量不高、配置不合理、城乡不平衡的问题。几年来,该区按照增加总量、合理布局的原则逐步建立起多层次、广覆盖的医疗卫生服务体系。目前已建成合作开办三级综合医院1间(中山大学岭南医院),区级综合医院3间(广州开发区医院、广州市中医院、区红十字会医院),在城区设置了5间社区卫生服务中心,17间社区卫生服务站;在九龍镇地区建设标准化的乡镇卫生院1间(九龍镇中心卫生院),村卫生站27间,形成覆盖15分钟、农村(村)居民20分钟步行服务圈(居民步行可达)。

## 治病少花钱

随着时代的发展,文明的进步,人们越来越重视生活的质量,对于临终前的生命质量也提出了要求。吸收和借鉴了社会工作内容的安宁疗护事业逐渐兴起,并在临终关怀中日益凸显作用。华林街作为荔湾区“老街”之一,辖区内的困难家庭、残疾人及长者数量众多。华林街社区卫生服务中心结合本社区临终患者实际需求,建立由社区医护人员、社工及志愿者、心理疏导师等组成的临终关怀护理服务团队,探索适合社区开展的临终关怀护理服务模式,填补了辖区内社区医院临终关怀服务工作的空白。

## 宁养护理,让生命温暖地离开

临终关怀,即临终关怀病房为单人间,临终关怀病房,配备陪护人员、沙发、电视、冰箱、微波炉等基本生活设施,可摆放一定数量的纪念物、鲜花等。病房内不可摆放抢救物品,以满足病人的基本生理需求为原则,为患者提供一个方便、安静、家庭气氛浓郁的空间,让人病入膏肓的最后旅程中费用和人一同道过,在温暖的氛围中安详地离开人世。(荔湾区华林街社区卫生服务中心)

## 延伸港澳:香港的宁养护理

香港的宁养护理是临终关怀的重要组成部分。护理学专家曾于1982年在香港基督教医院成立第一个临终关怀小组,随着事业的发展,香港于1986年

## 提供基本医疗卫生服务——更可及 更惠民

“一升一降一免”缓解看病贵  
——新农合报销水平逐年提高  
——萝岗区从2006年开始实施新型农村合作医疗政策,新型农村合作医疗水平逐年提升,实际报销比例达到全覆盖,切实解决了“看病贵”的难题,深受群众欢迎。

一降:取消药品加成降药价  
萝岗区从2010年起,就在所有基层医疗卫生机构(含公办和民办)的全面配备和使用基本药物,比国家规定的时间提前2年实现基本药物制度在辖区的全覆盖,完全取消15%的药品加成,实施零差率销售,截至2012年底,全区政府办基层医疗卫生机构均门诊药品费用44.32元,较收取前同期下降19.7%。住院每日门平药品费用8707元,较收取前同期下降41.2%。

一免:农村卫生站免费医疗收费  
萝岗区从2010年开始实施村卫生站免费医疗收费政策,惠及到村卫生站就诊、免收挂号费、诊金、肌肉注射费,相关费用全部由区财政负担。目前,我区九龍镇村卫生站平均每月门诊处方费用只有8.05元,其中患者自费费用不到5元。

## 平时少生病

通过两大公共卫生服务项目提高居民健康水平  
一是基本公共卫生服务项目。政府

## 来自我市的医改报道(七)

“一升一降一免”缓解看病贵  
——新农合报销水平逐年提高  
——萝岗区从2006年开始实施新型农村合作医疗政策,新型农村合作医疗水平逐年提升,实际报销比例达到全覆盖,切实解决了“看病贵”的难题,深受群众欢迎。

## 宁养护理,让生命温暖地离开

随着时代的发展,文明的进步,人们越来越重视生活的质量,对于临终前的生命质量也提出了要求。吸收和借鉴了社会工作内容的安宁疗护事业逐渐兴起,并在临终关怀中日益凸显作用。华林街作为荔湾区“老街”之一,辖区内的困难家庭、残疾人及长者数量众多。华林街社区卫生服务中心结合本社区临终患者实际需求,建立由社区医护人员、社工及志愿者、心理疏导师等组成的临终关怀护理服务团队,探索适合社区开展的临终关怀护理服务模式,填补了辖区内社区医院临终关怀服务工作的空白。

## 延伸港澳:香港的宁养护理

香港的宁养护理是临终关怀的重要组成部分。护理学专家曾于1982年在香港基督教医院成立第一个临终关怀小组,随着事业的发展,香港于1986年

## 来自我市的医改报道(七)

“一升一降一免”缓解看病贵  
——新农合报销水平逐年提高  
——萝岗区从2006年开始实施新型农村合作医疗政策,新型农村合作医疗水平逐年提升,实际报销比例达到全覆盖,切实解决了“看病贵”的难题,深受群众欢迎。

## 大爱广州 热血暖人心

(通讯员 张华元、黄敬秋)4月20日上午8时02分,我国四川省雅安市芦山县发生7.0级特大地震灾害的消息传出,在20日和21日两天时间,广州市广大市民积极参与无偿献血,有3700人次献血,共74万毫升,为灾区及时储备血液紧急救援。据向广州市血液中心负责人了解,广州已与成都市血液中心联系,如需要血液应急时将及时血液送往灾区。

雅安地震消息传出后,热心的广州市民马上纷纷向血液中心的官方微博@广州献血 留言咨询当前献血情况,并表示愿意为灾区人民献血。而广州血液中心亦立即在20日13时作出回应:“我们一直在对这次的灾害密切关注中,只要灾区需要我们支援,一定会第一时间伸出援手!”

据报道,地震发生后,广州市已组建了一支由华南农业大学60人组成的医疗队伍在广州待命,广州血液中心则随时等候上级部门的血液调配指令。

## 市健康教育所干部职工积极为地震灾区捐款

4月20日,四川省雅安市芦山县境内发生7.0级地震,给灾区人民的财产和生命造成了巨大损失。为充分发扬中华民族“一方有难,八方支援”的传统美德,全力帮助受灾群众渡过难关,重建美好家园,市健康教育所干部职工踊跃,发动了14名党员干部向灾区人民捐款,党员领导干部分别带头捐了表率作用。截至4月25日,全所共收到捐款2760元,全部送往广州市红十字会,用于抗震救灾。(广州市健康教育所办公室)

责任编辑/版式设计 梁晓珊 Email:yao.wen1@163.com



# 宝宝健康,从接种疫苗开始

为了加强组织实施,进一步提高影响力度,促进社会各界人士积极参与,保证免疫接种率,有效地防止相应传染病的发生和流行,达到最终消灭疾病的目的,1986年经国务院批准确定,成立了全国计划免疫协调领导小组,并确定每年4月25日为全国儿童预防接种宣传日。今年的宣传主题为:宝宝健康——从接种疫苗开始。

## 目前我国儿童免费接种的疫苗

《预防接种工作规范》中包括我国免疫规划疫苗,即免费接种的疫苗。儿童自出生后至1周岁,几乎每个月都要接种疫苗,下面是按照儿童出生月龄排列的免费疫苗接种种类。

目前我国儿童免费接种的疫苗

出生月龄	疫苗种类	可预防的疾病
出生时	乙肝疫苗第1剂 卡介苗1剂	乙肝 结核病
1月	乙肝疫苗第2剂	乙肝
2月	脊髓灰质炎疫苗第1剂 脊髓灰质炎疫苗第2剂	脊灰
3月	百日咳联合疫苗第1剂 百日咳联合疫苗第2剂	百日咳、白喉、破伤风
4月	百日咳联合疫苗第3剂	百日咳、白喉、破伤风
5月	乙肝疫苗第3剂	乙肝
6月	麻疹联合疫苗1剂 或麻疹疫苗1剂	麻疹、风疹
8月	乙脑减毒活疫苗第1剂 或乙脑灭活疫苗第1剂(2剂间隔7-10天)	乙脑
6-18月	A群脑膜炎球菌多糖疫苗1.2剂(2剂间隔≥3个月)	A群流脑
18-24月	百日咳联合疫苗第4剂 麻疹联合疫苗1剂 或麻疹疫苗第2剂	百日咳、白喉、破伤风 麻疹、流行性腮腺炎、风疹
18月	甲肝减毒活疫苗1剂 或甲肝灭活疫苗第1剂	甲肝
2岁	乙脑减毒活疫苗第2剂 或乙脑灭活疫苗第3剂	乙脑
2岁-2岁半	甲肝灭活疫苗第2剂	甲肝
3岁	A群C群脑膜炎球菌多糖疫苗第1剂	A群流脑 C群流脑
4岁	脊髓灰质炎疫苗第4剂	脊灰
6岁	白喉、破伤风疫苗第2剂 A群C群脑膜炎球菌多糖疫苗第2剂	白喉、破伤风 A群流脑 C群流脑
	乙脑灭活疫苗第4剂	乙脑

## 儿童接种的疫苗知多点

### ■ 乙肝疫苗

预防的疾病: 用于预防乙型肝炎病毒性肝炎(乙肝)。

种类: 目前我国有三种重组乙型肝炎疫苗,分别为重组乙型肝炎疫苗(酿酒酵母)、重组乙型肝炎疫苗(汉逊酵母)和重组乙型肝炎疫苗(CHO,中华仓鼠卵巢细胞)三类。

接种对象: 新生儿,特别是母亲HBsAg阳性者;所有乙肝易感者(乙肝各项感染指标均为阴性者)。

免疫程序: 全程接种3剂,接种时间为0、1、6个月,即接种第1剂后,1个月后接种第2剂,6个月后接种第3剂。

免疫持久性: 研究显示,接种乙肝疫苗后保护效果可以达到近20年。从临床的人群长期免疫效果来看,全球还没有一个国家对接种人群实施加强接种,所以目前我国尚未制定乙肝疫苗加强接种的免疫策略。

禁忌: 已知对该疫苗的任何成分过敏,包括辅料以及严重过敏者,患急性疾病、严重慢性疾病的急性发作期和发热者,患未控制的癫痫和其他进行性神经系统疾病者。

### ■ 皮内注射用卡介苗

预防的疾病: 预防儿童结核病,特别是对危及生命的结核性脑膜炎和粟粒性肺结核有良好的预防效果,可以大大降低死亡率。

种类: 用卡介苗菌经培养后收集菌体,加入稳定剂冻干制成。

接种对象: 出生3个月以内的婴儿,或用5U1PPD实验阴性的儿童。

免疫程序: 接种1剂,皮内接种。

禁忌: 对已知疫苗成分过敏,患急性疾病、严重慢性疾病的急性发作期和发热者,免疫功能低下或在接受免疫抑制剂治疗者,患脑病、未控制的癫痫和其他进行性神经系统疾病者。

注意事项: 严禁皮下或肌肉注射。卡介苗接种后2周左右,局部可出现红肿浸润,若随后可化脓,形成小溃疡,流出一些分泌物,一般8-12周后结痂,留有一个疤痕,这是接种卡介苗的正常反应,一般不需要进行处理,但要注意保持清洁,防止继发感染。

### ■ 口服脊髓灰质炎减毒活疫苗

预防的疾病: 接种口服脊髓灰质炎减毒活疫苗(OPV)可以有效预防脊髓灰质炎(脊灰)。

种类: OPV为国家免疫规划疫苗,有糖丸和液体2种剂型,糖丸有单价(I型)和三价(I+II+III型)疫苗。

接种对象: 所有儿童按照我国免疫规划程序进行接种。必要时对部分地区儿童开展强化免疫。

免疫程序: 国家免疫规划中OPV免疫程序为2、3、4月龄各接种1剂次,4岁加强免疫。此外,按照维持无脊灰工作需求,部分地区需要定期开展针对适龄儿童的脊灰疫苗强化免疫活动,以进一步降低人群的免疫力。

禁忌: 暂时禁忌证,如发热、胃肠道感染等;绝对禁忌证,如免疫功能缺陷者,小年龄儿童的免疫功能缺陷者等。注意。

注意事项: 接种疫苗之前,需要先了解接种

## 疫苗接种小知识

### 1. 接种疫苗能预防疾病

科学研究表明,当细菌或病毒侵入人体时,身体就会产生一种抵抗这种细菌或病毒的物质,这种物质叫做抗体。不同的细菌或病毒会产生不同的抗体,称为特异性抗体。病愈后,这种特异性抗体仍然留在体内,如再有相应的细菌或病毒侵入体内,这种特异性抗体就能保护身体不受这些细菌或病毒的伤害。

预防接种就是人为地将经减毒或灭活等工艺处理的少量细菌或病毒及其代谢产物接种给人,使机体产生特异性抗体或细胞免疫反应,从而产生针对该病原体的抵抗力。

### 2. 接种疫苗后是不是就一定不得传染病了?

预防接种是预防和控制传染病最有效的手段,但成功率并非100%。多数疫苗的接种率>80%,由于受种者个体的特殊原因,如免疫应答能力低下等因素,可导致接种后免疫失败。但大量的研究证明,即使接种后免疫失败,相对于不接种疫苗者,其患病后的临床表现要轻很多。

### 3. 要按免疫程序进行预防接种

不同的疫苗,有不同的免疫程序,这是根据临床试验和多年科学实践为依据而制定的。如乙肝疫苗,百日咳联合疫苗,脊灰疫苗等至少需要完成3剂接种才能使儿童身体产生足够的免疫力。随着孩子的长大,体内原有通过接种疫苗获得的免疫力也会逐渐下降。因此,有些疫苗还要进行加强免疫。

### 4. 接种完后要观察半个小时

接种疫苗后,由于个人体质原因,可能会发生过敏反应。监测数据表明,过敏性休克大多发生在接种后半小时之内,发生过敏性休克之后,如果在医务人员监护范围之内就容易发生危险,所以接种现场必须有医生和急救药品,主要是防止意外发生。如果家长怀疑自己的孩子接种疫苗后发生了不良反应,应立即及时向接种人员或接种中心咨询或报告。

### 预防的疾病: 预防麻疹等相应传染病。

种类: 正在使用的麻疹减毒活疫苗的种类较多,既有单价疫苗,也有含麻疹成分的联合疫苗,另含风疹、流行性腮腺炎等成分。在使用麻疹-风疹联合疫苗(麻风疫苗)、麻疹-流行性腮腺炎联合疫苗(麻腮疫苗)、麻疹-流行性腮腺炎联合疫苗(麻腮风疫苗)时,麻疹成分免疫效果都比较好。

免疫程序: 我国国家免疫规划目前对儿童实施2剂次含麻疹成分疫苗免疫程序,8月龄接种1剂次麻风疫苗,18-24月龄接种1剂次麻疹疫苗。

免疫持久性: 含麻疹成分疫苗免疫成功后可产生牢固的免疫力。

禁忌: 正在使用免疫抑制剂者,患有严重疾病,或健康状况不佳者告知接种医生。如果您的孩子有以下情况,不能接种麻疹疫苗:

- (1) 已知对该疫苗所含任何成分过敏者;
- (2) 接种过麻疹疫苗,做过输血,阿瑟氏反应,过敏性紫癜,血小板减少性紫癜等严重过敏反应;
- (3) 患急性疾病、严重慢性疾病的急性发作期;
- (4) 有免疫缺陷,免疫功能低下或在接受免疫抑制剂治疗;
- (5) 曾患或正患多发性神经炎、格林巴利综合征、急性播散性脑脊髓炎、癫痫等严重神经系统疾病,或其他进行性神经系统疾病。

注意事项: 接种前应了解接种单位的接种程序,接种后应在接种单位的留观区域留观30分钟。

不良反应: 疫苗安全性高。个人在接种后,可能出现注射局部疼痛、红肿、硬结等不良反应,一般不需特殊处理,可自行缓解。接种后出现过敏性休克、过敏性紫癜或血小板减少性紫癜等严重不良反应极其罕见,必要时应及时与接种单位联系进行咨询或报告。

### ■ 含麻疹成分疫苗

预防的疾病: 预防麻疹、流行性腮腺炎、风疹。

种类: 乙脑减毒活疫苗和乙脑灭活疫苗(Vero细胞)2种。

接种对象: 乙脑减毒活疫苗: 8月龄以上健康儿童及由非疫区进入疫区的人员和成人。

乙脑灭活疫苗: 6月龄-10岁儿童和自非

### 5. 接种疫苗后出现的一般反应的处理

接种疫苗后,应在接种单位观察30分钟。部分儿童在接种疫苗后会出现一些反应,如低热、局部红肿,同时可能伴有全身不适,如倦怠、食欲不振、乏力等症。上述症状一般持续1-2天即可消失,不需要任何处理。小孩接种疫苗后出现上述反应,应该适当休息,多喝开水,注意保暖,防止继发其他疾病。如果发生严重反应者,应及时就医。

### 6. 一类疫苗和二类疫苗

目前,我国将疫苗分为两类,一类疫苗和二类疫苗。一类疫苗就是指政府免费向公民提供,公民应当依照政府的规定接种的疫苗,包括国家免疫规划确定的疫苗,省、自治区、直辖市人民政府在执行国家免疫规划时增加的疫苗,以及县级以上人民政府或者其卫生主管部门组织的应急接种或者群体性预防接种所使用的疫苗。一类疫苗包括:乙肝疫苗、卡介苗、脊灰减毒活疫苗、百日咳联合疫苗、麻腮风联合疫苗、甲肝疫苗、脑膜炎球菌多糖疫苗、乙脑疫苗等。二类疫苗是指由公民自费,并且自愿选择的其他疫苗,如水痘疫苗、流感疫苗、b型流感嗜血杆菌结合疫苗、肺炎球菌疫苗、轮状病毒疫苗、伤寒VI多糖疫苗、细菌性痢疾疫苗等。

### 7. 家长应如何为孩子选择接种二类疫苗?

家长在选择接种二类疫苗时可以根据感染疾病的风险、家庭经济承受能力,孩子的身体状况等做出决定。家长在选择前,还应了解各种疫苗的特性、适应症及禁忌证。如果孩子机体抵抗力较低,平时极易患病,在流感流行季节前,应选择接种流感疫苗。

### 8. 为什么有的疫苗接种1剂,有的疫苗要接种多剂?

在每种疫苗上市之前,都要经过科学、严格的临床试验,得出接种剂数、多大剂量、间隔多长时间可以达到最佳免疫效果的结论。遇到需要同时接种≥2种国家免疫规划疫苗,应在不同部位接种。需要多次接种的疫苗,

### 9. 新出生儿要在出生后24小时内及时接种乙肝疫苗

我国大多数乙肝病毒表面抗原携带者来源于母婴垂直传播及儿童早期的感染,因为新生儿对乙肝病毒无免疫力,而且免疫功能不健全,一旦感染了乙肝病毒,则成为乙肝病毒携带者,≤1岁婴儿感染乙肝病毒后,将有90%以上的人变成慢性乙肝病毒表面抗原携带者。所有的新生儿应当在出生后24小时内接种第1剂乙肝疫苗,并按照0、1、6个月的免疫程序,完成3剂乙肝疫苗的全程接种。

### 10. 脊灰减毒活疫苗糖丸不能带回家服用

疫苗需要在有资质的预防接种单位和合格预防接种人员规范操作下服用或注射。脊灰减毒活疫苗对疫苗的储藏、运输温度有严格的要求。因为减毒活疫苗对温度都很敏感,如果在规定的温度下储存,会影响疫苗的免疫效果。疫苗由家长自己带回家服用,在疫苗运输、保存、喂服的任何环节出现问题,都会直接影响疫苗的免疫效果。因此,家长在接种前,还应了解各种疫苗的特性、适应症及禁忌证。如果孩子机体抵抗力较低,平时极易患病,在流感流行季节前,应选择接种流感疫苗。

### 11. 在哪里可以找到孩子接种疫苗的相关信息?

一般来说,孩子出生后办理的预防接种证上都有需要接种疫苗的名称、接种时间等信息。同时,也可登录中国疾病预防控制中心免疫规划中心的网站(<http://www.chinainp.org.cn>),当地疾病预防控制中心网站或当地疾病预防控制中心预防接种门诊咨询。

预防的疾病: 用于预防甲型肝炎病毒性肝炎(甲肝)。

种类: 目前有两种,甲肝减毒活疫苗和甲肝灭活疫苗。

接种对象: ≥18月龄人群。

免疫程序: 甲肝减毒活疫苗接种1剂次,剂量为1ml/剂次;甲肝灭活活疫苗接种2剂次,剂量为0.5ml/剂次,两剂间隔至少6个月以上。

免疫持久性: 研究显示显示甲肝疫苗接种后持久性超过10年。

禁忌: 甲肝减毒活疫苗,包括身体不洁、腋温超过37.5℃者;患急性传染病或其他严重疾病、免疫功能缺陷或接受免疫抑制剂治疗者;过敏体质者。

甲肝灭活疫苗,包括患有肝炎或其他严重疾病者;发热性疾病患者(考虑延迟接种);已知对疫苗任何一成分过敏者。

注意事项: 甲肝减毒活疫苗: 注射时种球蛋白者,应间隔一个月以上再接种,种球蛋白溶解后应为透明、澄清液体。如有混浊,有摇不散的沉淀、异物或西林瓶有裂纹者,均不宜使用。

甲肝灭活疫苗: 西林瓶有裂纹、标签不清楚者或有异物者均不得使用。

不良反应: 甲肝灭活疫苗和减毒活疫苗均具有良好的安全性。局部不良反应主要为接种部位一过性疼痛和红肿,硬结或化脓等严重反应,最常见的全身反应为发热,多在24-48小时内消失,无需治疗。

禁忌: 1. 已知对该疫苗的任何成分过敏者;

### 5. 接种疫苗后出现的一般反应的处理

接种疫苗后,应在接种单位观察30分钟。部分儿童在接种疫苗后会出现一些反应,如低热、局部红肿,同时可能伴有全身不适,如倦怠、食欲不振、乏力等症。上述症状一般持续1-2天即可消失,不需要任何处理。小孩接种疫苗后出现上述反应,应该适当休息,多喝开水,注意保暖,防止继发其他疾病。如果发生严重反应者,应及时就医。

### 6. 一类疫苗和二类疫苗

目前,我国将疫苗分为两类,一类疫苗和二类疫苗。一类疫苗就是指政府免费向公民提供,公民应当依照政府的规定接种的疫苗,包括国家免疫规划确定的疫苗,省、自治区、直辖市人民政府在执行国家免疫规划时增加的疫苗,以及县级以上人民政府或者其卫生主管部门组织的应急接种或者群体性预防接种所使用的疫苗。一类疫苗包括:乙肝疫苗、卡介苗、脊灰减毒活疫苗、百日咳联合疫苗、麻腮风联合疫苗、甲肝疫苗、脑膜炎球菌多糖疫苗、乙脑疫苗等。二类疫苗是指由公民自费,并且自愿选择的其他疫苗,如水痘疫苗、流感疫苗、b型流感嗜血杆菌结合疫苗、肺炎球菌疫苗、轮状病毒疫苗、伤寒VI多糖疫苗、细菌性痢疾疫苗等。

### 7. 家长应如何为孩子选择接种二类疫苗?

家长在选择接种二类疫苗时可以根据感染疾病的风险、家庭经济承受能力,孩子的身体状况等做出决定。家长在选择前,还应了解各种疫苗的特性、适应症及禁忌证。如果孩子机体抵抗力较低,平时极易患病,在流感流行季节前,应选择接种流感疫苗。

### 8. 为什么有的疫苗接种1剂,有的疫苗要接种多剂?

在每种疫苗上市之前,都要经过科学、严格的临床试验,得出接种剂数、多大剂量、间隔多长时间可以达到最佳免疫效果的结论。遇到需要同时接种≥2种国家免疫规划疫苗,应在不同部位接种。需要多次接种的疫苗,

### 9. 新出生儿要在出生后24小时内及时接种乙肝疫苗

我国大多数乙肝病毒表面抗原携带者来源于母婴垂直传播及儿童早期的感染,因为新生儿对乙肝病毒无免疫力,而且免疫功能不健全,一旦感染了乙肝病毒,则成为乙肝病毒携带者,≤1岁婴儿感染乙肝病毒后,将有90%以上的人变成慢性乙肝病毒表面抗原携带者。所有的新生儿应当在出生后24小时内接种第1剂乙肝疫苗,并按照0、1、6个月的免疫程序,完成3剂乙肝疫苗的全程接种。

### 10. 脊灰减毒活疫苗糖丸不能带回家服用

疫苗需要在有资质的预防接种单位和合格预防接种人员规范操作下服用或注射。脊灰减毒活疫苗对疫苗的储藏、运输温度有严格的要求。因为减毒活疫苗对温度都很敏感,如果在规定的温度下储存,会影响疫苗的免疫效果。疫苗由家长自己带回家服用,在疫苗运输、保存、喂服的任何环节出现问题,都会直接影响疫苗的免疫效果。因此,家长在接种前,还应了解各种疫苗的特性、适应症及禁忌证。如果孩子机体抵抗力较低,平时极易患病,在流感流行季节前,应选择接种流感疫苗。

### 11. 在哪里可以找到孩子接种疫苗的相关信息?

一般来说,孩子出生后办理的预防接种证上都有需要接种疫苗的名称、接种时间等信息。同时,也可登录中国疾病预防控制中心免疫规划中心的网站(<http://www.chinainp.org.cn>),当地疾病预防控制中心网站或当地疾病预防控制中心预防接种门诊咨询。

预防的疾病: 用于预防甲型肝炎病毒性肝炎(甲肝)。

种类: 目前有两种,甲肝减毒活疫苗和甲肝灭活疫苗。

接种对象: ≥18月龄人群。

免疫程序: 甲肝减毒活疫苗接种1剂次,剂量为1ml/剂次;甲肝灭活活疫苗接种2剂次,剂量为0.5ml/剂次,两剂间隔至少6个月以上。

免疫持久性: 研究显示显示甲肝疫苗接种后持久性超过10年。

禁忌: 甲肝减毒活疫苗,包括身体不洁、腋温超过37.5℃者;患急性传染病或其他严重疾病、免疫功能缺陷或接受免疫抑制剂治疗者;过敏体质者。

甲肝灭活疫苗,包括患有肝炎或其他严重疾病者;发热性疾病患者(考虑延迟接种);已知对疫苗任何一成分过敏者。

注意事项: 甲肝减毒活疫苗: 注射时种球蛋白者,应间隔一个月以上再接种,种球蛋白溶解后应为透明、澄清液体。如有混浊,有摇不散的沉淀、异物或西林瓶有裂纹者,均不宜使用。

甲肝灭活疫苗: 西林瓶有裂纹、标签不清楚者或有异物者均不得使用。

不良反应: 甲肝灭活疫苗和减毒活疫苗均具有良好的安全性。局部不良反应主要为接种部位一过性疼痛和红肿,硬结或化脓等严重反应,最常见的全身反应为发热,多在24-48小时内消失,无需治疗。

禁忌: 1. 已知对该疫苗的任何成分过敏者;



最好每次接种都选用同一品牌的疫苗,以获得最佳的免疫保护效果。

### 11. 在哪里可以找到孩子接种疫苗的相关信息?

一般来说,孩子出生后办理的预防接种证上都有需要接种疫苗的名称、接种时间等信息。同时,也可登录中国疾病预防控制中心免疫规划中心的网站(<http://www.chinainp.org.cn>),当地疾病预防控制中心网站或当地疾病预防控制中心预防接种门诊咨询。

预防的疾病: 用于预防甲型肝炎病毒性肝炎(甲肝)。

种类: 目前有两种,甲肝减毒活疫苗和甲肝灭活疫苗。

接种对象: ≥18月龄人群。

免疫程序: 甲肝减毒活疫苗接种1剂次,剂量为1ml/剂次;甲肝灭活活疫苗接种2剂次,剂量为0.5ml/剂次,两剂间隔至少6个月以上。

免疫持久性: 研究显示显示甲肝疫苗接种后持久性超过10年。

禁忌: 甲肝减毒活疫苗,包括身体不洁、腋温超过37.5℃者;患急性传染病或其他严重疾病、免疫功能缺陷或接受免疫抑制剂治疗者;过敏体质者。

甲肝灭活疫苗,包括患有肝炎或其他严重疾病者;发热性疾病患者(考虑延迟接种);已知对疫苗任何一成分过敏者。

注意事项: 甲肝减毒活疫苗: 注射时种球蛋白者,应间隔一个月以上再接种,种球蛋白溶解后应为透明、澄清液体。如有混浊,有摇不散的沉淀、异物或西林瓶有裂纹者,均不宜使用。

甲肝灭活疫苗: 西林瓶有裂纹、标签不清楚者或有异物者均不得使用。

不良反应: 甲肝灭活疫苗和减毒活疫苗均具有良好的安全性。局部不良反应主要为接种部位一过性疼痛和红肿,硬结或化脓等严重反应,最常见的全身反应为发热,多在24-48小时内消失,无需治疗。

禁忌: 1. 已知对该疫苗的任何成分过敏者;

2. 正在使用免疫抑制剂者,患有严重疾病,或健康状况不佳者告知接种医生。如果您的孩子有以下情况,不能接种麻疹疫苗:

- (1) 已知对该疫苗所含任何成分过敏者;
- (2) 接种过麻疹疫苗,做过输血,阿瑟氏反应,过敏性紫癜,血小板减少性紫癜等严重过敏反应;
- (3) 患急性疾病、严重慢性疾病的急性发作期;
- (4) 有免疫缺陷,免疫功能低下或在接受免疫抑制剂治疗;
- (5) 曾患或正患多发性神经炎、格林巴利综合征、急性播散性脑脊髓炎、癫痫等严重神经系统疾病,或其他进行性神经系统疾病。

注意事项: 接种前应了解接种单位的接种程序,接种后应在接种单位的留观区域留观30分钟。

不良反应: 疫苗安全性高。个人在接种后,可能出现注射局部疼痛、红肿、硬结等不良反应,一般不需特殊处理,可自行缓解。接种后出现过敏性休克、过敏性紫癜或血小板减少性紫癜等严重不良反应极其罕见,必要时应及时与接种单位联系进行咨询或报告。

### ■ 含麻疹成分疫苗

预防的疾病: 预防麻疹、流行性腮腺炎、风疹。

种类: 乙脑减毒活疫苗和乙脑灭活疫苗(Vero细胞)2种。

接种对象: 乙脑减毒活疫苗: 8月龄以上健康儿童及由非疫区进入疫区的人员和成人。

乙脑灭活疫苗: 6月龄-10岁儿童和自非

疫区进入疫区的人员和成人。

乙脑灭活疫苗: 6月龄-10岁儿童和自非

疫区进入疫区的人员和成人。

乙脑灭活疫苗: 6月龄-10岁儿童和自非

为进一步指导医疗机构做好人感染H7N9禽流感医院感染预防与控制工作,降低发生人感染H7N9禽流感医院感染的风险,规范医务人员行为,特制定本技术指南。

一、基本要求

- (一) 医疗机构应当根据人感染H7N9禽流感的流行病学特点,针对传染源、传播途径和易感人群,结合实际情况,建立预警机制,制定应急预案和工作流程。
(二) 医疗机构应当开展临床医务人员的培训,提高医务人员对人感染H7N9禽流感医院感染预防与控制意识、报告与处置能力,做到早发现、早诊断、早隔离、早报告。
(三) 医疗机构应当加强与医院感染监测工作,发现疑似或确诊人感染H7N9禽流感感染患者时,应当按照有关要求,及时报告,做好相应处置工作。
(四) 医疗机构应当规范消毒、隔离和防护工作,为医务人员提供充足、必要、符合要求的消毒和防护用品,确保消毒、隔离和个人防护等措施落实到位。
(五) 严格按照《医疗机构消毒技术规范》的规定,做好医疗器械、污染物品、物体表面、地面等清洁与消毒;按照《医院空气净化管理规范》的规定,加强诊疗环境的通风,必要时进行空气净化。
(六) 发生人感染H7N9禽流感感染患者诊疗过程中产生的医疗废物,应根据《医疗废物管理条例》和《医疗卫生机构医疗废物管理办法》的有关规定进行管理和处置。

二、医院感染预防与控制

人感染H7N9禽流感医院感染预防与控制技术指南(2013年版)

国家卫生和计划生育委员会办公厅

(一) 发热门诊。

- 1. 应当建立疑似、确诊患者隔离、转出和救治的工作流程,其建筑布局和工作流程应当符合《医院感染管理办法》等有关要求。发热门诊出入口应设有卫生设施。
2. 医务人员诊疗工作中应当遵循标准预防原则,接触所有患者时均应当戴外科口罩,严格执行手卫生等措施。接触疑似患者或确诊患者时应当戴医用防护口罩。
3. 医务人员应当掌握人感染H7N9禽流感感染的流行病学特点与临床特征,对疑似或确诊患者立即采取隔离措施并及时报告。患者转出后按《医疗机构消毒技术规范》进行终末处理。
4. 医务人员进入或离开发热门诊时,要按照有关要求,正确穿脱防护用品。
5. 陪伴者及病情允许的患者应当戴外科口罩。

(二) 急诊。

- 1. 应当建立预检分诊制度,制定并完善重症患者的转出、救治应急预案并严格执行。
2. 应当设置一定的隔离区域以满足疑似或确诊患者就地隔离和救治的需要。

- 3. 医务人员应当严格按照标准预防的原则进行个人防护和诊疗环境的管理。
4. 诊疗区域应保持良好的通风并定时清洁消毒。

(三) 普通病区(房)。

- 1. 应当备有应急隔离室,用于疑似或确诊患者的隔离与救治,建立相关工作制度及流程,备有充足的应对急性呼吸道传染病的消毒和防护用品。
2. 病区(房)内发现疑似或确诊患者,启动相关应急预案和工作流程,对患者实施及时有效隔离和救治。
3. 疑似或确诊患者宜单人诊疗与护理,限制无关医务人员出入,原则上不探视;有条件的可安置在负压病房或及时转到有隔离和救治能力的专科医院。患者转出后按《医疗机构消毒技术规范》进行终末处理。

(四) 收治疑似或确诊人感染H7N9禽流感感染患者的病区(房)。

- 1. 建筑布局和工作流程应当符合《医院隔离

- 技术规范》等有关要求。
2. 对疑似或确诊患者应当及时采取隔离措施,疑似患者和确诊患者应当分开安置,疑似患者进行单间隔离,经病原学确诊的同类感染患者可以同室安置。
3. 根据人感染H7N9禽流感的传播途径,在实施标准预防的基础上,采取飞沫隔离和接触隔离等措施。具体措施包括:
(1) 医务人员进入或者离开隔离病房时,应当遵循《医院隔离技术规范》的有关要求,并正确穿脱防护用品。
(2) 原则上患者的活动限制在隔离病房内,若需离开隔离病房或隔离区时,应当采取相应措施如佩戴外科口罩,防止造成交叉感染。
(3) 用于疑似或确诊患者的听诊器、体温计、血压计等医疗器具应专人专用,非专人专用的医疗器具使用后,应当进行彻底清洁和消毒。
(4) 严格探视制度,原则上不设陪护。

(五) 医务人员的防护。

- 1. 医务人员应当按照标准预防的原则,根据传播途径采取飞沫隔离和接触隔离的防护措施。
2. 医务人员使用的防护用品应当符合国家

- 标准。
3. 每次接触患者前后应当严格遵循《医务人员手卫生规范》要求,及时正确进行手卫生。
4. 医务人员应当根据导致感染的风险程度采取相应的防护措施。
(1) 接触患者的血液、体液、分泌物、排泄物、呕吐物及污染物品时应戴清洁手套,脱手套后洗手。
(2) 可能受到患者血液、体液、分泌物等物质喷溅时,应戴外科口罩或者医用防护口罩、护目镜、穿隔离衣。
(3) 对疑似或确诊患者进行气管插管操作时,应戴医用防护口罩、护目镜、穿隔离衣。
(4) 外科口罩、医用防护口罩、护目镜、隔离衣等防护用品被患者血液、体液、分泌物等污染时应当及时更换。
(5) 正确穿戴和脱摘防护用品,脱手套或隔离服后立即洗手或手消毒。
(6) 处理所有的锐器时应当小心,器具应当按照《医疗机构消毒技术规范》的要求进行清洁与消毒。
(7) 每个患者用过的医疗器械、器具应当按照《医疗机构消毒技术规范》的要求进行清洁与消毒。

(六) 加强对患者的管理。

- 1. 应当对疑似或确诊患者及时进行隔离,并按照指定区域由专人引导进入病区。
2. 病情允许时,患者应当戴外科口罩;指导患者咳嗽或者打喷嚏时使用卫生纸遮掩口鼻,在接触呼吸道分泌物后应当使用清洁剂洗手或者使用手消毒剂消毒双手。
3. 患者出院、转院后按《医疗机构消毒技术规范》进行终末消毒。
4. 患者死亡后,应当及时对尸体进行处理。处理方法为:用厚层布包裹尸体,装入双层尸体袋中,由专用车辆运送到指定地点火化,因民族习惯和宗教信仰不能进行火化的,应当在上述处理后,按照规定深埋。

广东省中医院 防流感有妙方

广州医学院第五附属医院 汪珊珊 叶小勇 医学指导:广州医学院第五附属医院普外科主任吕会增博士

预防食管癌重在早期发现

“流感高发不用恐慌,注意保暖、户外运动,经常洗手,注射疫苗,开窗通风是五大要素,而且中医预防流感是有招的。”广东省中医院副院长张忠德教授说,省中医院1号、2号预防流感处方,还有简单的食疗,都是防治的好办法。
张忠德指出,流感流行时期,如果出现发热、咳嗽、咽痛等急性呼吸道症状;发热伴有慢性肺病或肺炎加重、婴幼儿和儿童高热,未伴其他症状和体征;老年人(年龄>65岁)新发生呼吸道感染,或出现原有呼吸道感染加重、发热,重症患者出现发热或低体温等,都需要考虑是否为流感。
省中医院 防流感有方

中医防治流感,区分风热型、风寒型来对症。近日,张忠德教授介绍了广东省中医院预防流感的1号、2号两张处方。“非典过后,流感方沿用10年期间,充分验证了效用。”
1号方(偏风热型) 症状:多见于流感初期,见恶寒发热、头身疼痛、肌肉酸痛、汗出不畅,或有轻咳、咽痒、咽痛、鼻塞、流涕、打喷嚏、舌淡红、或边尖红,苔薄白或薄黄。煎服法:处方:柴胡5克、北杏10克、桔梗10克、炒杏仁15克、野菊花10克、连翘10克、苍术5克、甘草5克、牛膝10克。
2号方(偏风寒型) 症状:恶寒重,发热轻,无汗,头身疼痛,鼻塞流涕,咳嗽吐白痰,口不渴或渴喜热饮,舌薄白。处方:杏仁10克、紫苏叶10克、桔梗10克、葱仁15克、陈皮5克、苍术10克、甘草5克。
当2号方用于预防流感时,一剂可供3-5人服用,先将药材用冷水浸泡10分钟,加水600-1000ml,文火煎煮30分钟,温服。流感季节每日或隔日一剂。
漱口沐足 缓解不适
中药漱口:肉桂根颗粒30克、土牛七颗粒30克、桔梗颗粒10克、甘草颗粒10克。每天1剂,加温水250ml溶解,用药液漱口。
中药沐足:麻黄汤15克、桂枝汤15克、防风汤15克。沐足温度以38-43℃为宜,用于治疗每次20-30分钟为宜。
脚底穴位贴敷:
(1) 风热型:取白芥子9g、鸡蛋黄1个,将白芥子研成细粉,然后用蛋清调匀,分成两份,敷于双侧涌泉穴,1小时后取下。
(2) 风寒型:将葱白与辣椒粉,将葱白整个足底,大约2-3

个小时。
刮痧疗法:用刮痧板蘸凉油或香油少许,从脊柱两旁肩背处旁开1.5寸处上向下刮,手法由轻渐重,干则刮,再刮,刮至皮肤变紫或出现瘀斑为度。
闻香疗法:荆芥、防风、桑叶、白菊花、薄荷叶、苏叶、苍术、白芷、鹅不食草各60g,羌活、川芎、山奈各30g,白檀香10g。用法:中药共研粗末,装入30x40cm白布药囊中,当枕头用,一般可用2-3个月。
食疗除菌法:以清毒解毒蒸食糖少许,连续蒸制糖粒,1日2-3次。注意:糖尿病患者亦有良好的多次食用。
开窗通风 重要时机

汪珊珊特别提醒,流感流行期间,经常洗手,注射疫苗,开窗通风是在流感季节个人防护的五大要素,张忠德重点强调了开窗换气的窍门。
“开窗换气的最佳时间是上午9-10时和下午3-4时”。他指出,在流感季节必须保持室内空气流通,每天也要开窗通风3次以上,每次至少10-15分钟;空调设备要定期清洁空气净化滤网。
张忠德说,不建议一大早起床就开窗,因为清晨6时左右,污染物的浓度依然很高,而清晨的温度又偏低,气压高,空气中的微小沙尘、不良气体等都被大气压力压到接近地面的地方,很难向高空散发,只有当太阳升起,温度升高后,有害气体才会慢慢散去。天黑前后,随着气温的降低,灰尘及各种有害气体又开始向地面沉积,也不适宜开窗换气。
“晚上7时和早晨7时左右为空气污染的高峰,上午10时和下午4时地面空气是比较清透的。”
患流感后宜清淡饮食
张忠德特别提醒,患流感后,宜清淡饮食,进食易消化富含维生素的食物,忌食辛辣,以免刺激致病部位黏膜肿胀,加重鼻塞、咽喉不适、舌甜腻,因为甜助湿而油膩碍消化,忌辛辣,因其助火生燥,使燥不易散出;忌烧烤煎炸和烟酒,易导致黏膜收缩,使病情加重。
“味道辛辣的洋葱,杀菌功效显著,能抵抗春季流行感冒,对风寒引起的感冒也有很好的治愈功能”。他还建议多吃柑橘类,除可以帮助预防春季流感外,对于感冒常见的咽喉肿痛也非常有效。用红萝卜煮水或者蒸熟,对预防季节性感冒和缓解轻度风热感冒很有效。
(转自《大洋网》)

开胸时间短,切口小、创伤小,不损伤脏器功能的经左胸小切口根治术。术后8天度过生死关头患者终于露出了久违的笑容,术后患者恢复良好,已正常饮食,等待后续治疗。
据吕会增主任介绍,食管癌是常见上消化道恶性肿瘤,全世界每年有30万人死于食管癌,其中近50%生在我国,我国太行山脉为世界高发区,广东则以潮汕等粤东地区高发。
发病原因包括:1.亚硝胺类化合物。2.营养不良和微量元素缺乏也会导致。3.食物被真菌污染及喜食酸菜也是重要原因。酸菜中有促癌物,真菌能将食物中的硝酸盐类化合物还原成亚硝酸盐类化合物,从而致癌。4.不良饮食习惯:烟酒不良嗜好,热烫饮食,口腔不洁等,所有可导致食管黏膜损伤的饮食习惯均可诱发食管癌。
早期食管癌主要表现为:三感一痛(吞嚥哽噎感、异物感,胸骨后不适感,胸骨后疼痛),这些症状可持续时间较长,症状开始为偶发,如新频繁,就应高度重视并进一步检查。现实中多数患者因各种原因,不重视,不检查,而食管癌又不是常规健康体检项目,所以临床上早期食管癌患者很少。早期食管癌治疗效果非常好,治愈率达90%。中期食管癌的预后不佳,进行性吞咽困难,从进食食物有梗阻到进水不能,另外因食物存留在贲门上方会引起口酸臭味、咽反、呼吸逆流感等。此期患者如不及时干预可存活8个月左右。晚期食管癌的症状主要表现为胸膈闷胀、颈部淋巴结,远处转移引起的手足。此期患者多为失去治疗机会。
食管癌的治疗方式包括:手术、放疗及化疗,手术是食管癌的首选治疗方式,也是食管手术中最难做的手术之一,超高龄(80岁以上)、也是患者一直以來都被医学界公认为开胸手术的相对禁忌,一般多选择保守治疗。老年人手术后出现并发症的几率是年轻患者的5至10倍,严重者可危及生命。随着我国社会进步和经济发展,人的寿命不断提高,对生存时间和生存质量要求也越来越高。七八十岁的老年患者要求实施手术治疗的也越来越多,而现代医疗技术理论和吻合器器械、抢救设施不断发展也为高龄患者实施手术治疗提供了新的可能。只要掌握好高龄患者手术适应症,严密监护,并切实做好手术及围术期处理,高龄患者同样可通过手术治疗重获健康。

如今食品丰富,吃法多样,一次进食就能跨越新旧潮流传统,兼容省内外、中西饮食特色。尽管价格上涨,“蒜头”、“双水”已成市场普遍现象,但“蒜”还是爱吃的。美食诱惑刺激人的食欲,若不留意还是容易偏食、过食引起营养失衡或食欲不振。

“中医基本理论早提出人体‘六腑以通为用’,告知肠道应该进出协调,来去自如,大肠则是‘传导之官,变化出焉’。如果大肠传导转化迟缓,有进无出,或多出少,导致导致毒废物滞留,代谢紊乱,影响营养输入与吸收,滋生病患。临床所见胃肠积热引起的大便秘结,常为青少年,也有中年以上人士,他除了大便干结难排,排便次数减少,间隔延长,往往还伴有口干舌苦口臭、头痛、烦躁、烦躁易怒,或生长痤疮,食欲减退,腹胀腹痛,痔疮便血,舌红苔黄等表现。服用一两个方法,常不见效,故综合调理。”

“现代生活会给紧张压力的特点,要学会张弛有度的文武之道,增强抗压能力,适应环境变化,减少熬夜,注意休息。大便秘结时,不要一味压肚,避免出出到泻剂才大便通畅。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

肠热便秘宜综合调理

岭南中医馆 何伟

大便秘结,是因抗很多中老年人的常见症状,单靠一两种方法,常难奏效,故应综合调理。

“中医基本理论早提出人体‘六腑以通为用’,告知肠道应该进出协调,来去自如,大肠则是‘传导之官,变化出焉’。如果大肠传导转化迟缓,有进无出,或多出少,导致导致毒废物滞留,代谢紊乱,影响营养输入与吸收,滋生病患。临床所见胃肠积热引起的大便秘结,常为青少年,也有中年以上人士,他除了大便干结难排,排便次数减少,间隔延长,往往还伴有口干舌苦口臭、头痛、烦躁、烦躁易怒,或生长痤疮,食欲减退,腹胀腹痛,痔疮便血,舌红苔黄等表现。服用一两个方法,常不见效,故综合调理。”

“现代生活会给紧张压力的特点,要学会张弛有度的文武之道,增强抗压能力,适应环境变化,减少熬夜,注意休息。大便秘结时,不要一味压肚,避免出出到泻剂才大便通畅。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

“食疗辛燥辣热 和意识和知识。快养餐中那类肉的肉、鸡蛋、薯类和杂粮黑胡椒的辛辣食品,对我中青年和青少年儿童健康威胁较大。川道川菜等油腻及辛辣的菜式,择时慎用为宜。还需要戒烟限酒,避免调味过于浓稠。”

吃猪血不能防PM2.5

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。

民间“食猪血防PM2.5”的俗语流传久远, 粤大人都认为猪血红可以去除体内污秽,近日网传“吃猪血可防PM2.5”的转贴引起了大家的关注,那么,“吃猪血可预防PM2.5”,就由专家告诉你。





广州市健康教育所与南沙区疾病预防控制中心联合开展 H7N9 禽流感防控工作

# 市区联手, 合力共筑疫情防控屏障

自3月底国家卫生计生委通报发现人感染 H7N9 禽流感病例以来, 感染人数不断增加, 感染地区也在不断扩大, 各地进入紧急防控状态。在上级部门的统一部署下, 广州市健康教育所迅速应对, 领导班子紧急召开工作部署会议, 组织制定系列宣传方案并落实, 除了立即组织编印大批宣传画和折页派发到全市基层医疗卫生机构、居委、托幼机构、学校等人群集中的场所, 指导开展防控宣传外, 还利用广州健康教育网、《广州卫生》报、中国移动 12580 生活播报等多种平台广泛宣传并推送禽流感防控信息。同时, 市健康教育所与各区(县级市)健教所保持密切联系, 联手在各个重点区域打造疫情防控健教阵线。南沙区由于拥有广州地区最大的野生禽鸟栖息地南沙湿地公园以及各种类型的禽鸟养殖场所, 被市健教所领导班子列为首要重点干预区域。除了宣传物资、业务技术上的一贯支持外, 所领导刘玉洪更亲自带领一支 6 人的专业技术队伍, 于 4 月 16 日赶赴南沙, 与南沙区疾控中心健教所共同开展了一次联合作业, 合力共筑疫情防控屏障。

摄影/刘玉洪、李晚春  
文/叶草

禽鸟粪便  
工作人员正在采集树叶上的



工作人员将采集到的样本做好标记。

## 第一站: 南沙湿地公园

南沙湿地公园位于珠江三角洲几何中心, 是广州市面积最大的湿地, 也是候鸟的重要迁徙路线之一, 做好湿地公园的监测防控工作无疑具有“守门员”的重要意义。在湿地公园, 联合工作小组首先在管理处给公园员工

派发宣传资料, 讲解防控知识要点, 开展面对面宣传教育, 随后搭乘湿地公园的船只到达园区的各个不同区域进行外环境监测采样, 目标是新近落在树叶上的禽鸟粪便, 找到鸟粪后, 工作人员仔细地用棉拭子采集下来, 封存到试

管中, 逐一作好标记和登记。这些样本随后将被统一送往广州市疾病预防控制中心实验室进行 H7N9 禽流感病毒核酸排查检测, 结果作为评估当地人感染 H7N9 禽流感风险的依据之一。



南沙区疾控中心李主任给养殖户讲解禽流感防控注意事项。

## 第三站: 河涌水禽养殖场

南沙区内水网遍布, 河涌纵横, 水域面积占全区总面积将近一半, 有漫长曲折的海岸线和围垦地, 形成类型多样的湿地, 得天独厚的滩涂条件也催生发展了众多大大小小的水禽养殖场。

工作组抽检了两处水禽养殖场, 对养殖场从业人员健康状况进行监测调查, 并就地开展面对面的宣传教育, 按照动物疫病预防控制期间养殖场实行封闭式管理的要求, 工作组安排对养殖场外环境进行了消杀处理。



工作人员在对养殖场外环境进行消杀。

## 第二站: 南沙百万葵园

百万葵园主题公园位于南沙区万顷沙镇, 除了一年四季盛开的花海, 这里还有白鸽广场、蛋花鸡养殖基地等禽鸟类养殖场所及其它小动物园。作为热门旅游景点, 百万葵园具有强大的人流集散作用, 因而亦是禽流感监测的重点场所。

到达百万葵园管理处后, 工作组分成两支小分队开展现场工作, 其中一支小分队在室内对员工进行咽拭子采集、抽血、问卷调查等健康监测, 另一支小分队因地制宜地在室外花田田间组织露天宣传讲座, 派发宣传资料, 就禽流感问题为葵园员工答疑解惑等。在葵园, 工作组高效运作, 同时也满满收获了公园员工们的真挚谢意。



工作组在组织露天禽流感防控知识讲座。



工作人员在对员工进行健康监测调查。