

广州卫生健康

搭建行业信息交流平台 · 打造健康科普传播阵地

印刷日期

2020年4月29日 星期三
第8期

准印证号:(粤A)L0160107

内部资料 免费交流

印刷期数:24期/年(半月)

总第1156期

主管:广州市卫生健康委员会

编印:广州市卫生健康宣传教育中心

强化公共卫生法治保障 我国今明两年拟制定修改17件相关法律

据新华网 生物安全法、动物防疫法、野生动物保护法、国境卫生检疫法……正在召开的十三届全国人大常委会第十七次会议上提出,为强化公共卫生法治保障,我国今明两年拟制定修改17件相关法律。

经过多年努力,目前我国已初步建立起公共卫生法律保障框架,共计涉及30余部法律。此次新冠肺炎疫情暴露出立法方面的一些问题,确有必要进行修订、完善的必要。强化公共卫生法治保障的立法修法工作任务较多,需求较大,需要根据工作实际,区分轻重主次,

统筹推进。坚持立改废释和决定并举,通过制定专项立法修法工作计划,作出明确具体的安排,把“任务、时间、组织、责任”落到实处。

据悉,为强化公共卫生法治保障,拟在2020年—2021年制定修改的法律共17件。其中,关于全面禁止非法野生动物交易、革除滥食野生动物陋习、切实保障人民群众生命健康安全的决定已经十三届全国人大常委会第十六次会议通过;固体废物污染环境防治法修订草案提请本次常委会会议三审,并争取表决通过。此外,今明两年还将需要根据工作实际,区分轻重主次,

物防疫法、抓紧修改野生动物保护法、国境卫生检疫法,认真评估传染病防治法、突发事件应对法、出境动植物检疫法等法律的修改完善。

同时,要加快推动相关法律法规。刑法修正案(十一)草案涉及疫情防控和公共卫生相关问题等作了认真研究,提出了修改方案。修改科学技术进步法,要注重加强新技术在公共卫生领域的应用。还有制定社会救助法、修改畜牧法、农产品质量安全法、执业医师法、治安管理条例等,也要积极研究疫情防控和公共卫生相关问题。

广东省爱卫会组织开展 第32个爱国卫生月统一行动日活动

穗卫健讯 今年4月是第32个爱国卫生月。在全省初三、高三学生返校复课之际,4月26日,省爱卫会在全省开展以“防疫有我,爱卫同行”为主题的第32个爱国卫生月统一行动日活动,掀起全省爱国卫生运动高潮。

大力开展爱国卫生运动,强化预防优先,打造健康环境,保障群众健康。根据全国爱卫办等9部门《关于开展第32个爱国卫生月活动的通知》和省委、省政府关于深入开展爱国卫生运动的总体部署,前期广东省爱卫会印发《关于开展广东省第32个爱国卫生月活动的通知》,在全省部署开展了第32个爱国卫生月活动。

本次活动的主场地设在广州市荔湾区金花街。主场地人员参观了金花街爱国文化长廊和爱国卫生工作展板,回顾爱国卫生68周年光辉历程,实地察看广州市第四中学高中部校区复学复课准备工作,并与干部群众及环卫工人一起,进行校园环境卫生清洁大扫除行动。

在主场地,环卫工人及消毒人员进行环境卫生整治和消毒作业,清扫环境地面,进行环境卫生扫除活动;冲洗下水道和四防装置;开展重点部位消杀喷洒;检查区域环境蚊虫孳生情况,清除区域周围小积水,包括闲置容器积水、贮水容器积水、花盆花托积水等。全省各地设置分会场,同步开展爱国卫生统一行动。

通过齐动手、多部门参与清洁环境,动员社会各界和广大群众积极参与爱国卫生



大家齐动手,多部门参与清洁环境。本文摄影 邵健远

运动,营造良好的卫生环境,对于从源头上预防控制病媒生物的孳生、预防疾病传播起到重要作用。

爱国卫生人人受益,疫情防控人人有责。当天,省爱卫办联合文明办、生态环境厅、住房城乡建设厅、农业农村厅、卫生健康委、教育厅、省总工会、共青团省委、省妇联十部门向全社会发出爱国卫生运动倡议书,号召全民积极参与爱国卫生运动,为巩

固疫情防控成果继续贡献自己的力量。号召广大人民群众爱国爱家,守望相助;人人动手,清洁家园;摒弃陋习,预防疾病;提高素养,健康生活。号召全社会深入开展爱国卫生运动,持之以恒,全民动员、齐心协力、抗击疫情,提升文明素质,弘扬时代新风,用健康体魄,建设美丽家园,拥抱幸福生活,共享健康广东。

爱国卫生运动是疫情防控常态化的一剂“疫苗”。本次爱国卫生月活动,全省分为六个区域,每个区域由3-4个地市组成,要求每个区域统一时间、统一力量开展一次爱国卫生统一行动,清除蚊虫等病媒生物孳生地,进行成蚊灭杀工作,强化环

境卫生治理。各地科学规划统一行动路线和部位,做好环境卫生状况及爱国卫生行动效果评估,各类场所落实各项防控措施,加强公共场所清洁消毒工作。不断推进卫生知识进社区、进乡村、进校园、进企业、进家庭,加强爱国卫生运动及疫情科普宣传,树立每个人是自己健康第一责任人的意识。

4月份以来,全省各地市组织各县区、乡镇、社区(村)开展环境卫生治理及孳生地清除行动,通过多形式多渠道进行宣传发动,督促各类人员密集场所及重点场所,动员社会各界、广大群众参与爱国卫生行动,营造深厚的爱国卫生运动氛围。

广东省以及广州市卫生健康委、爱卫、文明办、生态环境、住房和城乡建设、农业农村、教育、工会、团委、妇联等相关爱卫会成员单位领导,荔湾区委、区政府,金花街道办事处领导以及广州市第四中学相关校领导出席主场地活动。

此外,为切实做好学校疫情防控工作,广东省爱卫办、省教育厅联合推出宣传画报,指导学校深入推进爱国卫生工作,营造良好的校园环境。



进入学校前,先扫码。



每个课堂门外准备好防疫物资盒。

广州核酸检测能力位居全国前列

据央广网 4月20日,广州市第84场疫情防控新闻发布会举行。会议通报,广州调整疫情防控策略,从重点阻击转向全面出击,做到“应检尽检”。目前广州的医院、CDC和市场化检测机构病毒核酸检测日均能力达7万份,位居全国前列,为应检尽检工作提供有力支撑。

广州市副市长黎明介绍,广州开展的这一轮对重点场所重点人群的排查,比起常规的排查范围扩大了很多。全社会为此投入了大量人力物力财力。仅以刚刚过去的四天为例,广州除了各区医疗机构的16个常设检测点外,还在各重点排查场所周边设置了160个便民咽拭子采样点,医护、疾控、社区、公安各条战线投入的一线工作人员14.6万人次,全力推进应检尽检工作。

黎明说:“上个周末的大排查,累计对6.8万人进行了采样,已报告的5.3万多份检测结果中,共筛查出无症状感染者7人,筛查阳性率为万分之1.32。虽然投入很大,但能够排除哪怕是丝毫的风险,及时消除疫情防控隐患,也是非常值得的。”

黎明特别提醒,在疫情防控常态化的大背景下,市民要同时保持警觉性和平常心,还是要坚持做好勤洗手、戴口罩、少扎堆、保持社交距离等个人防护措施。

广州市主要领导 看望慰问疗养休整的援鄂医疗队队员

穗卫健讯 南粤春正浓,花城满城花。4月21日下午,我市援鄂医疗队最后一批返穗队员即将完成疗养休整,市委书记张硕辅,市委副书记、市长温国辉,前住市第二工人疗养院看望慰问我市援鄂医疗队队员。

张硕辅书记代表市委、市政府,对医疗队员在驰援湖北抗疫中取得的出彩成绩表示祝贺,对他们平安健康归来表示欢迎,并对他们的家属给予的理解和支持表示感谢。张硕辅书记指出,大家积极响应习近平总书记和党中央的号召,按照省委、省政府部署和市委、市政府安排,义无反顾奔赴抗疫一线,日夜奋战、敢打硬仗,同时间赛跑、与病魔较量,圆满完成了各项任务。当

前的疫情防控工作仍未结束,希望大家休整完成之后,继续发扬优良作风,以更昂扬的斗志投入新的战斗,在做好我市常态化疫情防控,加快推进生产生活秩序全面恢复中再创佳绩、再立新功。

广州市卫生健康委党组书记、主任唐小平同志介绍了我市支援湖北武汉和荆州医疗队总体情况。疫情爆发后,自1月23日开始,我市先后从17家医院派出医疗队14批次、医务人员148名奔赴湖北,重点支援武汉、荆州7家医院,2个多月时间内,共独立收治或共同收治新冠肺炎患者2625人,其中重型262人、危重型184人,彰显了我市医护人员责任担当和专业实力,

为夺取湖北疫情防控阻击战的阶段性胜利做出了重大贡献。

广州医科大学附属第一医院副院长、广东支援武汉协和西院国家医疗队专家组组长及ICU医疗队领队张挪富,广州市第一人民医院副院长、广东省第22批援鄂医疗队领队余纳,代表援鄂医疗队全体队员对市委市政府给予的关怀和保障表示感谢,表示将继续践行初心使命和医者誓言,以更饱满的精神状态重返工作岗位,为广州夺取疫情防控和实现经济社会发展目标双胜利贡献力量。

市领导徐咏虹、潘建国、唐航浩、黎明一同看望慰问疗养休整的援鄂医疗队队员。



市领导祝贺援鄂医疗队队员在抗疫中取得出彩成绩,欢迎他们平安健康归来。摄影/陆盛

广州市市属医疗卫生机构喜获四项2019年度广东省科技进步奖

穗卫健讯 我市市属医疗卫生机构获得2019年度广东省科技进步奖一等奖1项、二等奖3项,其中市卫生健康委所属医疗卫生机构获得两项,均为广州市重点医学学科建设项目所在单位,体现了我市重点学科建设工作成效。

广州血液中心大力推进科研工作,积极培养、引进科研人才,近年来平均每年获得1项以上的

国家自然科学基金项目立项,此次作为独立完成单位完成的《血小板抗原/抗体检测技术的建立和推广》项目获得省科技进步奖二等奖,是单位一贯重视科研工作的结果。广州市第八人民医院牵头广州市疾控中心等单位充分发挥专科优势,强强联合,完成的《艾滋病抗病毒治疗和防控新模式及应用》项目也获得了省科技进步奖二等奖。

市卫生健康委召开保密工作领导小组(扩大)暨信息安全保密工作会议

穗卫健讯 4月23日下午,市卫生健康委召开保密工作领导小组(扩大)暨信息安全保密工作会议。会议通报了近期发生的几起涉疫情信息被非法扩散情况,部署了下一步涉疫情信息保密和网络安全工作。会议强调:一要高度重视信息安全保密工作,树立“保密无小事”的思想观念;二要搞好疫情信息的密级确定和规范标识,加强工作秘密管理使用;三要夯实网

络安全运行基础,加强维护力度和频次;四要做好借调工作人员的保密教育提醒和保密承诺书签订,确保保密管理教育不漏一人。市卫生健康委保密工作领导小组副组长、一级调研员(市副局级)马坚陪同主持会议,各区卫生健康局、广州市涉疫情相关医疗卫生机构分管保密工作领导和办公室主要负责人,以及委机关处室主要负责人共56人参会。

依法防控 卫生监督全力保障我市开学复课工作

《广州卫生健康》讯(文/图 李陈凤、王黎睿)按照省、市新冠肺炎疫情防控组的要求,广州建立学校为疫情防控主体、行业主管部门督促、卫生部门监督指导的联防联控机制。

目前,全市中学共534间,4月27日起,符合复学条件的初三、高三班中学迎来开学,全市卫生健康、教育及相关部门对上述学校开展联合督导检查,并飞行巡查。

自疫情防控以来,在市、区卫生健康行政部门的统一领导下,广州卫生执法人员巡查督导全市各级各类学校落实复学前、后新冠肺炎疫情防控工作,指导其落实临时隔离室及通风消毒、应急处置等疫情防控管理要求,检查校内或周边医疗机构,规范其发热门诊应急处置的流程。截至4月19日,检查高校154间次,职中和技工学校123间次,中小学校和托幼机构1255间次,校外培训机构64间次;组织线上培训9人次,共5254人次参加。

一是卫生监督提前介入,统一全市检查标准。广州市卫生监督所应用互联网+技术,做好远程教育、防控工作指导和培训,制定六大项目检查表。各区卫生监督所夯实基础,做好综合执法



学校教室留样。

务培训,强化提炼检查关键点,确保市、区、镇街三级联防联控水平高标准同质化。

二是分批次分阶段开展复课前监督检查,跟进整改落实情况。复课前全市重点围绕大学城高校、民办大职业院校及职业技术学校、外籍人员子女学校、留高班学校等风险较高的学校开展监督检查,发放宣传材料4874份。针对检查问题,责令整改单位数1010间,通报教育部门25间。

自4月22日开始,各级卫生监督所将根据市、区新冠肺炎疫情防控指挥部春季返校现场验收情况,跟进学校整改落实;对即将复学的大专院校等各级各类学校组织开展现场检查和督导;加强线上防控培训,强化校医、卫生健康指导员的普法教育和技术指导;巡查校园周边医疗机构和公共场所,多举措保障全市师生安全、平稳、有序返校。

广州市积极组织申报国家普惠托育服务专项行动试点项目

穗卫健讯 2020年中央经济工作会议作出部署,要重视解决好“一老一小”问题,“支持社会力量发展普惠托育服务”。为深入贯彻中央部署和习近平总书记重要指示批示精神,进一步激发社会力量参与普惠托育服务积极性,市卫生健康委会同市发展改革委于1月即启动与国家普惠托育服务专项行动试点项目工作,认真组织全市11个区开展普惠托育项目遴选及申报。日前,市卫生健康委、市发展改革委领导和相关处室负责同志到各区申报项目点

实地调研指导,对申报项目类型、规模、投融资方式、服务人群及计划开工时间等项目可行性进行考察。符合申报条件的企业将报送参与国家普惠托育服务专项行动试点项目,国家通过中央预算内投资,重点支持承担一定指导功能的示范性托育服务机构和社区托育服务设施。试点项目建设,将有助于推动我市婴幼儿照护服务高质量发展,扩大普惠托育服务有效供给,满足家庭多层次、多样化托育服务需求,增强人民群众获得感、幸福感和安全感。



湿疹宝宝，可以打疫苗吗？

□通讯员:张阳 刘昕晨 医学指导:中山大学孙逸仙纪念医院新生儿科 欧阳颖 副教授



每年的4月25日是全国儿童预防接种日。预防接种能够有效的增强宝宝体内对于病毒的抵抗力，对于宝宝健康成长十分重要。但是，让宝宝们担心的是，宝宝容易长湿疹，这种情况下还可以接种疫苗吗？中山大学孙逸仙纪念医院新生儿科欧阳颖副教授表示，湿疹患儿是可以接种疫苗的，接种后不会加重湿疹疾病症状。

为什么儿童容易皮肤过敏？专家：只是暂时的

欧阳颖副教授介绍，宝宝脸上经常有红色小疙瘩、丘疹，或苔藓样变，时轻时重、反复发作，医生称之为湿疹。这是一种由于内、外因素引起的真皮浅层及表皮炎症，常常见于婴儿期，称为婴儿湿疹。

湿疹的发病机制尚不明确，目前多认为是多种内外因素综合作用的结果，免疫性机制如过敏反应和非免疫性机制如皮肤刺激均参与发病过程。“大多数情况下，湿疹是由于牛奶、鸡蛋、坚果、牛肉、黄豆、花生、鱼类过敏或者皮肤刺激所致。”

为什么儿童容易皮肤过敏呢？欧阳颖副教授介绍，这是因为儿童的免疫功能尚未成熟，所以很多过敏症状都只是个体在发育过程中的暂时现象，特别是婴儿期的孩子。随着孩子慢慢长大，这些过敏反应也会随之消失。

湿疹宝宝可以接种疫苗，但需要注意这些

许多宝妈担心湿疹是否会影响宝宝疫苗接种，对此欧阳颖副教授表示，湿疹患儿是可以接种疫苗的，接种后不会加重湿疹疾病症状。她介绍，在澳大利亚开展的调查显示，中重度湿疹患儿在接种水痘疫苗后发生的疱疹和局部反应与未患湿疹儿童相比无明显增加，且在接种后的42天内没有加重湿疹的严重程度。

“不过，与没得湿疹的宝宝相比，得了湿疹的宝宝还是要得到更多关照。”欧阳颖副教授表示，父母应提醒接种医生，在接种疫苗时注意避开宝宝的湿疹发生部位。

对于严重的湿疹患儿，欧阳颖副教授建议为宝宝做过过敏原测试，以明确是否有蛋清过敏。对于蛋清过敏者，尽管流感疫苗中残留微量的卵清蛋白，鸡蛋过敏未被作为接种流感疫苗的禁忌症，但应在医疗机构的监护下接种。严重的湿疹患儿在注射疫苗后，应该在预防接种机构观察2-4小时。

“同时我们应该特别注意，对于非免疫规划疫苗，如黄热病疫苗，蛋类过敏者禁忌接种。”欧阳颖副教授提醒。另外，在我国卡介苗的说明书上接种禁忌症中包括——患湿疹者或其他皮肤病患者，所以患湿疹的宝宝应该等湿疹痊愈后再接受卡介苗接种。



训练趴睡致3个月婴儿窒息死亡！育儿这些“坑”千万别踩

□通讯员:王慧 医学指导:广州医科大学附属第三医院儿科 儿童康复治疗师 黄晓茵



近日，一名新手妈妈训练3个月大的宝宝趴睡，婴儿在趴睡过程中啼哭不止，2小时不幸窒息身亡。刚刚出生三个月的宝宝因错误的育儿方式失去生命，实在让人痛心不已。

三个月的孩子趴睡真的安全吗？

广州医科大学附属第三医院儿科康复治疗师黄晓茵解释：“正常孩子生长发育中，三个月大的宝宝刚刚可以自主抬头，但身体其他机能发育还不够好，婴儿的颈椎无法支撑长时间抬头的姿势。所以在趴睡睡觉时，一旦无法侧脸呼吸，就容易像这位婴儿一样发生窒息的悲剧。”

她介绍，三个月大宝宝一般并不建议趴睡的姿势，一是容易引起孩子呼吸不畅，严重可能导致窒息引发悲剧；二是宝宝的骨骼发育不健全，趴睡时孩子需要长期侧着头，对于颈椎和背部发育可能造成畸形。“如果宝宝突然喜欢趴着睡，那家长反而需要注意，可能是宝宝肠胃出现一些问题，需要及时到医院就诊。”

“睡眠训练”“哭声免疫法”，慎用！

育儿不易，睡眠问题更是让不少新手爸妈苦不堪言。正因如此，市面上有很多诸如“睡眠训练”、“哭声免疫法”等婴儿训练方法，以期训练出一个乖巧、哭闹较少的懂事孩子。然而真的是这样吗？

“新生儿是可以进行一定的睡眠训练的，但是需要在医生的指导下进行，比如用‘包裹’的方式模拟母体环境，或者是通过饮食调节的方式帮助训练。在宝宝45周后，如果宝宝的睡眠习惯不好，可以每天进行10分钟左右的睡眠训练，如白天和孩子多玩耍一会，避免白天睡的多等，但是强制孩子的睡眠姿势这样的‘训练’则是非常不可取的。”黄晓茵介绍道。

对于“哭声免疫法”，黄晓茵并不推荐，认为新生儿对母亲之间有着“母婴共生”的关系，这不仅是生理性的，也是心理性的，母亲能够及时给予婴儿回应，对于孩子未来身心成长都有着正面积极的效果。婴儿不会说话前，任何的不舒服都只能通过啼哭来表达，父母需要及时给予回应，看看孩子出现了什么问题，如果有疾病那更需要及时发现和就诊。

育儿路上还有这些“坑”要避免

在育儿的道路上，家长可能还会陷入以下的误区，黄晓茵提醒大家避免以下“雷区”。如对孩子成长发育过程有任何疑问，也应到正规医院咨询专科医生意见。

1.过早学习游泳

有的家长在宝宝出生两三个月送去学习，使用颈圈进行游泳训练的。实际上，婴儿由于骨骼肌肉发育不全，用颈圈游泳时是用颈椎支撑着全身重量，极容易造成颈椎损伤，同时新生儿抵抗力差，如果泳池中吸入不干净的水，也可能造成感染。建议新生儿至少在5-6个月会坐之后再学习游泳，此时孩子腰背部发育“有力”了，可以使用套在胳膊下的游泳圈，而且此时孩子体能提升了，许多预防针也打了，会更加适合。

2.婴儿睡觉使用“定型枕”

有商家宣传使用定型枕，可以防止宝宝睡偏头，塑造漂亮头型，甚至连已经睡偏的头型都可以矫正过来。实际上，使用定型枕，不但使宝宝颈部一直保持一个姿势造成颈肌紧张，不利于颈椎发育，而且因为两边有阻挡，宝宝一旦睡偏，反而容易堵住口鼻，增加窒息危险。

3.过早学习站立

有家长以为出生4-6个月的孩子早早站立是发育良好的表现，甚至“揠苗助长”，帮助孩子进行站立训练。实际上，孩子成长需要遵循身体发育的规律，不能急于求成。过早的站立，孩子的腿部肌肉发展不健全，站立时主要靠腿部骨头支撑全身重量，导致腿部骨骼变形，造成O型腿或X型腿。

4.使用学步车

宝宝学会走路让许多家长惊喜不已，学步车的使用似乎能够帮助宝宝更快学会走路。其实，宝宝每一步的成长都需要自身的身体锻炼获得相应的能力，而利用学步车则会让孩子产生依赖性，反而可能造成孩子成长发育的迟缓。同时因为学步车有轮子，滑行速度过快时，孩子速度跟不上，容易造成意外伤害。

5.给婴儿戴上手套防止“抓伤”

有些家长发现宝宝会抓伤自己的皮肤，甚至在脸上留下疤痕，于是给孩子戴上手套，防止宝宝被指甲抓伤。实际上，宝宝婴儿时期生长发育很快，戴上手套有可能影响孩子的正常生长发育。如果宝宝经常抓自己，那么家长需要留意孩子是否出现过过敏等不适反应并及时就医。

知识链接：

今年“全国儿童预防接种日”的宣传主题是“及时接种疫苗，共筑健康屏障”。对于预防接种知识，宝爸宝妈们，请了解更多一点。

疫苗是什么？为什么要及时接种疫苗？

很多传染病可以通过接种疫苗进行防控，那疫苗究竟是什么呢？根据《中华人民共和国疫苗管理法》，疫苗是指为预防、控制疾病的发生、流行，用于人体免疫接种的预防性生物制品，包括免疫规划疫苗和非免疫规划疫苗。

孩子一出生，娇弱的身体就面临多种传染病的威胁。宝宝获得“保护力”的主要途径：宝宝从妈妈体内得到一些抗体、宝宝自己患病获得、通过接种疫苗获得。宝宝在儿童期缺乏对传染病的特异性免疫力，5岁以下儿童的免疫系统发育不完善，尤其是6月龄以内的宝宝，其免疫力

主要依靠出生时从妈妈身体获得的母传抗体。母传抗体水平在宝宝出生时最高，随着婴幼儿成长逐步降低，在6月龄时降至最低。此时婴幼儿自身对病原感染的免疫力极低，便给细菌和病毒提供了最佳入侵机会，进入对感染性疾病的易感阶段。及时疫苗接种通过刺激人体的免疫系统，增强其对特定疾病的免疫力，从而可以预防和控制传染病。

预防接种需要注意哪些事项？

- 1.家长应按照《广东省国家免疫规划疫苗儿童免疫程序表》，按时带小孩接种免疫规划疫苗，让孩子尽早得到疫苗保护。
- 2.接种疫苗应到居住地的社区卫生服务中心或镇医院的预防接种门诊(可通过百度地图查找)。全市的预防接种门诊地址、电话可查询“广州市疾病预防控制中心”网站首页的“预防接种门诊”版块，或直接访问<http://www.gzcdc.org.cn/service/view/107.html>。此外也可以通过拨打广州市12320卫生热线进行咨询。疫情期间部分预防接种门诊开放时间有调整，请以门诊公示时间为准。建议前往预防接种门诊前，请先通过电话等方式与该接种门诊取得联系，确认开诊时间并做好预约再前往接种。
- 3.家长和儿童进入预防接种门诊前都需配合测量体温，询问相关健康状况，体温正常的方可进入预防接种门诊接种疫苗。预防接种门诊属于人群密集的公共场所，为降低儿童、家长以及预防接种工作人员的感染风险，接种者及监护人进入接种单位接受服务整个过程均须佩戴口罩；不能佩戴口罩的婴幼儿，尽量减少与他人近距离接触的机会。
- 4.接种前家长应向接种人员提供儿童近期的健康状况。如果您的孩子身体不适或患有慢性疾病、发热、过敏性疾

病、免疫功能缺陷、近期使用过两种免疫球蛋白或免疫抑制剂等情况，请在接种前向接种人员说明。对于有接种禁忌而不能接种的，接种人员将会提出医学建议。

5.儿童接种后应在接种场所观察30分钟，无不适方可离开。疫苗接种是安全的，但个别儿童接种疫苗后可能会出现不同程度的接种反应，如低热、局部红肿、硬结等状况，一般3-5天即可消失。如偶发其他疑似预防接种异常反应者请立即到附近医疗机构诊治并及时报告接种医生。

6.按广东省统一部署，广州市4月份刚完成省预防接种信息系统切换工作，由于数据搬迁、转换、服务器不稳定、系统操作不熟练等原因，可能造成接种等候时间增长，请各位家长听从现场工作人员安排，有序接种或暂缓接种，做好个人防护，避免人员过度聚集。

(根据“广州疾控i健康”资料整理)

乳腺癌早期的这些“蛛丝马迹”，别忽视

□通讯员:林惠芳 医学指导:广东省妇幼保健院乳腺科 朱彩霞 副主任医师

乳腺癌患者的预后更多取决于病情分期，乳腺癌早发现，越早治疗，收到的效果越好。那么，如何尽早发现乳腺癌呢？这些“蛛丝马迹”，千万别错过了。

1 不痛不痒、活动度差的硬肿块

乳房肿块是乳腺癌最常见的一个症状，不少患者是在洗澡或生活中无意间发现一个或几个乳房肿块。这种肿块多不痛不痒，常常被忽视，摸上去时硬硬的，如我们触摸到下巴时的感觉，而且肿块的活动度稍差。

2 乳房皮肤的异常

乳房皮肤“酒窝征” 乳房的皮肤和腺体之间有 Cooper 韧带，当肿瘤侵犯 Cooper 韧带时，可使之缩短、牵拉，于是肿瘤表面的皮肤便发生凹陷，状如酒窝，称为“酒窝征”，该征多为早期乳腺癌临床表现之一。但如果肿块较小，引起的皮肤粘连轻微，这个时候如果检查不细致，往往容易被忽视。

3 不随月经周期变化的乳腺腺体增厚

指的是乳腺组织中局部较正常腺体明显增厚的区域，触诊边界欠清，大小难以测定。若乳腺组织中不出现对称腺体增厚征状，不要简单的归因于乳腺增生症，有这类症状的患者中隐藏着约3%-8%乳腺癌的可能，需提高警惕。

4 乳头的异常改变

有些患者出现乳头（特别是单侧）乳头红斑、湿疹样结痂，若不理会，乳头则继发硬皮、溃疡，并伴有渗液、瘙痒、烧灼或疼痛感。很多女性朋友往往误以为是乳房湿疹、接触性皮炎等普通疾病，但也有可能是一类特殊的乳腺癌——乳头湿疹样癌。另外，乳头倾斜、内陷也需要提高警惕，因为乳头乳晕处的肿瘤侵犯到

乳房导管时，可使乳头出现这种情况。

5 非哺乳期的乳头溢液

病理性乳头溢液多为黄色浆液性或血性，个别为清水样。这些溢液患者中40%-70%是由于乳管内长了一种特殊的良性肿瘤——乳腺导管内乳头状瘤，少部分是由于导管扩张症、乳腺炎等。

6 乳房内的钙化灶

有些患者没有明显的症状，只是在普查或体检时行乳房的高频X线检查发现微小钙化灶。由于多数早期乳腺癌临床上是不易触及的，而乳腺实质内的钙化是早期乳腺癌最常见的征象。临床也证实乳腺高频X线摄影技术的应用使早期乳腺癌的检出率明显提高，特别是乳腺导管原位癌。所以，建议妇女要定期做乳腺检查。

慢性呼吸道疾病患者，请查收这份健康管理提醒

□通讯员:李晓明 医学指导:南方医科大学南方医院呼吸与危重症医学科 赵海金 主任医师

新型冠状病毒肺炎疫情期间，南方医院呼吸与危重症医学科赵海金主任医师提醒慢性呼吸道疾病（慢病）患者，切记做好健康管理。

哮喘患者，记得不要随意停药

据了解，慢性呼吸道疾病主要包括哮喘和慢阻肺。哮喘是一种慢性炎症，同时又是一种发作性疾病，病人不发作是哮喘管理的主要目标。现实是很多患者并不知道哮喘需要长期治疗和长期管理。

赵海金介绍，近期他们的一项病例随访研究发现，患者不好好用药是哮喘发作的主要危险因素。他强调，正接受吸入治疗的患者不要随意停药。疫情期间药物不够，又担心医院交叉感染，需想办法在附近

大药房或正规的网站购买；对于常规吸入治疗仍然有症状的（中重度哮喘）患者，更是需要自我高度重视和自律，增强信心，坚持用药，避免各种环境刺激诱发，避免受凉感冒，同时注意均衡饮食、高纤维饮食、适当运动；正在接受生物靶向治疗的患者需与主治医生保持沟通，适时复诊接受治疗。

如果咳嗽、胸闷及气喘等哮喘症状突然加重，首先不要惊慌，如果在疫区或无相关密切接触史，先在家增加吸入治疗或调整其他方法，观察判断病情是否好转，同时争取与主治医师保持沟通或在在线咨询医生。如有病情进一步加重，需及时到医院就诊。如果在疫区或有密切接触史，又出现发热、乏力及咳嗽等症

状，需及时到定点医院发热门诊做新冠病毒筛查。

慢阻肺患者，记得早检查早诊断

慢性阻塞性肺疾病（慢阻肺），俗称慢性支气管炎、肺气肿，最大的特点是该病发展隐匿，确诊时往往病情已经较为严重。赵海金介绍，他所在医院的调查数据显示约50%在初次诊断时已经发展为重度，88%为中度以上，称得上名副其实的“沉默杀手”。而疫情下慢阻肺患者因缺少活动将更加不能判断自己肺部出了问题，显得更加沉默。“我们前期的调研发现，慢性咳嗽、咳痰及气喘出现时间越长，确诊时疾病越严重，提示一旦出现慢性呼吸道症状，务必尽快到医院就诊，以便早期

诊治。” 肺功能检查是确诊慢阻肺的金标准，疫情下为尽可能阻断传播途径，该检查不能常规开展，这大大地阻碍了慢阻肺的早期诊断。赵海金告诉记者，近期他们采用听诊器，结合吸烟史、慢性呼吸道症状判断病情，这一方法有利于疫情期间慢阻肺、哮喘的早诊早治。他表示，作为基层医务工作者，不管是疫情期还是平时，更需要重视“常规武器”——听诊器的使用。

疫情下慢病管理显然面临新的挑战，赵海金提醒，有慢性咳嗽、咳痰或胸闷、呼吸困难等临床症状尚未确诊的患者或有长期吸烟史等高风险人群，需及时到医院确诊。

校园体温监测点



掌握科学防护知识 筑牢校园防疫阵地

随着疫情防控工作取得阶段性成果,全国各地陆续确定学生返校的时间。自4月27日起,广东省各级各类学校学生将分期、分批有序返校学习。学校作为人员密集的公共场所,势必在疫情防控方面迎来新的挑战。筑牢校园防疫的安全防线,需要学校、学生和家长的通力配合。在防疫方面,学校、学生和家需要做好哪些工作?复课后如何做好学生的营养膳食和心理调适?本版将一一为您解答。

学校要做好哪些工作?

学校开学前

落实责任。学校要落实疫情防控责任,制定开学工作方案和突发公共卫生事件应急预案,建立各项疫情防控相关制度。

全面排查。掌握全体教职员工及学生的健康状况和旅居史,实行“日报告”、“零报告”制度,并向主管部门报告。

开展培训。学校对全体教职员工开展防控知识、个人防护与消毒等知识和技能培训。通过新媒体、多媒体、网络课程等形式,对家长和学生进行疫情防控知识的宣传教育。

环境清洁。开学前对学校进行彻底清洁,对物体表面和公共区域进行预防性消毒处理,保持各类生活、工作场所开窗通风。

人员物资。配足配齐学校卫生专业技术人员,储备足量的洗手液、手消毒剂、口罩、手套、消毒剂等防控物资,各场所设置充足的洗手水龙头。

应急准备。设立(临时)隔离室,位置相对独立,以备人员出现发热等症状时立即进行暂时隔离。在有关部门指导下,开展疫情应急处置演练,发现问题要查漏补缺。

学校开学后

每日监测。每日掌握教职员工及学生健康情况,加强对师生及教职员工的晨、午检工作,实行“日报告”、“零报告”制度,并向主管部门报告。

及时上报。做好教职员工和学生的缺勤、早退、请假记录,对因病缺勤的教职员工和学生及时追访和上报。

封闭管理。校外无关人员一律不准进入校园。师生进入校园一律核验身份并检测体温。严格执行家长接送不入校制度。校内所有场所设施暂停向社会开放。

加强通风。各类生活、学习、工作场所(如教室、宿舍、图书馆、食堂、办公室、洗手间等)加强通风换气。如使用空调,保证空调系统供风安全,有充足的新风输入,所有排风直接排到室外。

清洁消毒。做好重点区域和物体表面的清洁消毒。保持教室、宿舍、图书馆、餐厅等场所环境整洁卫生,每天定期消毒并记录。对桌椅、门把手、水龙头、楼梯扶手、电梯按钮、体育器材等高频接触表面,增加擦拭消毒频次。

佩戴口罩。处于封闭、人员密集场所或与他人近距离接触(小于等于1米)时,教职员工和学生应佩戴口罩。

错峰就餐。延长食堂开放时间,实行分批错峰用餐,分散就餐,加强餐具的清洁消毒,建议学生自带餐具。

垃圾分类。加强垃圾分类管理,垃圾日产日清,对垃圾点每日进行清洁和消毒。

防止聚集。不组织任何聚集性活动,不开聚集性会议,可通过错峰开会、网络视频会议等方式召开会议。

宣教指导。对教职员工、学生和家开展个人防护与消毒等防控知识宣传和指导。为学生示范正确的洗手方法,培养学生养成良好卫生习惯。

保持距离。实行课堂分班教学,宿舍床位合理分配,人员之间保持一米以上距离。图书馆和实验室等公共场所实行人员限流。

错峰活动。指定课外活动区域,引导学生错峰、错峰、分区活动,做到不聚集、不扎堆、不串班、不串门。

学生如何做好个人防护?

外地返校

从外地返校的学生需密切关注学校的相关指引,做好每日自我健康监测和行踪报告,如上报学校。

在确保身体状况良好的前提下,合理安排行程,返程前准备好口罩、速干手消毒剂等防护用品。

乘坐客车、火车、飞机等公共交通工具,需做好返程途中的个人防护,全程佩戴口罩,注意手卫生,与他人保持一定距离。尽量减少旅途中进餐的频率和时间。建议记录行程,以备查询。

返校准备

晨起后先测量体温,评估身体健康状况,通过“穗康”小程序“学生健康卡”上报个人健康状况。如有发烧、咳嗽、咽痛、呼吸困难、恶心呕吐、腹泻等可疑症状,主动告知家长,上报班主任,及时就医。

如无不适症状,出门前,正确佩戴口罩,随身携带1个口罩和用于暂时存放口罩的袋子。注意不能携带酒精、84消毒液等易燃易爆、有毒类消毒物品回校。



交通出行

上学途中尽量避免乘坐公共交通工具,尽量采取步行或乘坐私家车上下学。

乘坐公共交通工具、校车出行时,应全程规范佩戴好口罩,尽量分散就座,与他人保持一定距离。

走路或骑车出行,途中与他人保持安全距离,尽量减少接触,尽量不在人多或密闭空间里停留。

随时保持手卫生,避免用手触摸公共区域和物品。在不确定手是否清洁时,避免用手摸口、鼻、眼。不在路途中用餐。

进入学校

根据学校安排错峰到校,入校前接受体温检测,若有发热等可疑症状,应服从学校安排。

自觉与他人保持1米以上距离,不交谈,不聚集。

尽量选择楼梯步行或扶梯,若乘坐厢式电梯,与同乘者尽量保持距离,错峰乘坐电梯,避免同梯人过多。

入校后用免洗手液或在流动水下按“七步洗手法”清洗双手,洗手时间不少于20秒。

上课期间

室内上课全程规范戴好口罩,不与同学交换学习用品,不互相借用个人物品。

室外上体育课,尽量与他人拉开距离。运动前建议先洗手,取下口罩放在干净的袋子里妥善保管。运动后,待呼吸平稳,洗手后及时戴好口罩。

注意手卫生,保持良好卫生习惯,打喷嚏或咳嗽时用纸巾或手肘衣服遮挡口鼻,使用后的纸巾扔进有盖的垃圾桶内,及时洗手。

若在校期间出现发热、干咳、乏力、腹泻等不适症状,应立即报告班主任,积极配合,及时就医,服从学校健康管理。



课间休息

在规定的范围内活动,不聚集、不扎堆、不追逐、不串班。

注意个人卫生,不随地吐痰、不乱扔垃圾,避免共用个人物品,自带水杯要盖紧。

上厕所时有序排队,自觉与他人保持距离,便前便后及时洗手。

食堂用餐

在校用餐,尽量不在校外用餐、订餐。分时段错峰就餐、分散就餐,提倡自带餐具就餐。

排队取餐时保持至少1米距离,餐前餐后要洗手。

按餐桌上的就餐标识单独就坐,缩短用餐时间,避免围餐、交流。

吃饭前取下口罩,放进干净袋子保管。吃饭后第一时间戴好口罩,有序排队,放好餐具。



在校住宿

在校住宿的学生,测量体温后有序进入宿舍,尽量留在自己的宿舍,勤洗手、不串门、少说话、不聚集,不混用生活物品。

洗漱、打水、上厕所等有序排队。睡觉时尽量保持间距最大化,避免面对面,床位间用蚊帐隔离成相对独立空间。

宿舍定期清洁,保持通风良好,并做好个人卫生,被褥及个人衣物要定期晾晒、洗涤。

放学回家

走读生保持家和学校“两点一线”,放学后应直接回家,不在校外托管。不在外逗留、玩耍、聚会。

到家后立即洗手、洗脸,更换在外穿着衣物,对书包等物品进行合理消毒。

规律作息,科学用眼、合理膳食、适量运动、充足睡眠(小学生保证每天10小时、初中生保证每天9小时、高中生保证每天8小时的睡眠时间)。

家长要如何配合工作?

保持积极向上心态,主动了解疫情防控知识,不信谣不传谣,以身作则带动和帮助孩子养成良好卫生习惯和健康习惯。

教会孩子必要的自我防护方法。如何时洗手、七步洗手法、佩戴口罩和摘取口罩的正确方法、咳嗽或打喷嚏的礼仪动作、上下学安全要点等。

返校前先检查孩子的健康状况(如每天返校前测量体温),如发现异常情况应及时带孩子到医院诊治,并如实向学校报告孩子的健康状况,不带病上学,不隐瞒、谎报病情。

孩子如患传染性疾病,必须治愈并开具复课证明,经学校校医核后方可返校。

家庭成员中如有新冠肺炎的确诊病例、疑似病例、无症状感染者、密切接触者,必须及时向学校报告,并配合做好密切接触者集中隔离医学观察。

返校前给孩子准备充足、适宜年龄特点的个人防护用品,如口罩、消毒湿纸巾、免洗手液、干净的纸袋等。家长可以通过“穗康”小程序的“学生健康卡”预约购买口罩。

尽量采取步行或乘坐私家车上下学;如乘坐公共交通工具返校时,应督促孩子全程佩戴口罩,与他人保持距离,尽量减少接触交通工具的公共物品和部位。

错峰错时接送孩子,家长接送孩子不进入校园,在等候区间隔1米以上排队等候,不聚集,不交谈。回家后叮嘱孩子洗手,更换衣物,并对钥匙、书包等物品进行合理消毒。

营造干净、整洁、通风良好的家庭生活和学习环境。建议每天通风至少3次,每次至少20-30分钟,并做好预防性消毒工作。

协助调整孩子身心状态。将作息时间调整到与学校日常一致,三餐规律,适当补充营养,加强体育锻炼。

关心孩子学习情况。了解孩子的学习情况并积极与老师沟通,加强信息沟通。引导孩子合理选择和使用电子产品,确保科学用眼。

疫情期间尽量减少外出,不串门、不聚餐、不到人员密集的公共场所。

关注孩子返校后的心理状态,营造和谐的家庭氛围,加强与孩子、老师的沟通交流,积极做好心理疏导工作。

备考学生如何做好心理调适?

高考压力



经历了一个超长的寒假生活,高三初三的同学们终于回到阔别已久的校园。长时间的居家防疫以及网课学习,使学生在返校复课之后要重新适应学校环境、课业要求、作息安排以及严密的防疫要求。为了帮助毕业班学生尽快重新适应,以饱满的情绪和健康的身心状态迎接新阶段的学习生活,本文给备考的同学们提供一些心理调适的建议。

一、遵守制度,齐心防疫

疫情尚未结束,为了保障师生安全和学校各项工作的有序开展,学校会制定很多防疫措施,需要家长、学生、老师以及学校多方配合。在执行的过程中,难免会给学习和生活带来一定影响,要保持耐心,避免消极心理,要相互提醒,相互督促,齐心协力把学校防疫的措施执行到位。

二、自我照顾,相互理解

备考的关键阶段,要时刻重视个人防护,加强预防疾病意识。坚持适当的锻炼,确保自己的身体健康,如有不适及时报告。与他人保持友好的距离,不扎堆,不串门。不要歧视和欺负生病的同学,不要排斥外地的同学,同学之间互相关心、和谐相处。加强与老师、家长之间的交流沟通,互相理解和支持。

三、调整作息,摆正心态

调整生活作息和学习的节奏,制定科学的学习计划,劳逸结合、科学用脑。保持健康饮食,适宜的锻炼和充足的睡眠才能提高免疫力,提高学习效率。

摆正心态,避免长时间阅读或过分关注疫情消息以及其他负面信息。正确看待考试,不要将其视作沉重的负担,相信自己一定能够发挥水平,考出自己的理想成绩。

四、接纳自己,调节情绪

面对学业压力、考试焦虑等心理问题,可以向好友、老师和家长倾诉。除此之外,可以试试下面这些心理调适方法:

- ★正念调适法,以积极的认知来调适情绪,调整考试观念,以平常心看待考试;不和别人做竞争性的横向比较,而要和自己比。
- ★合理接受法,接受自己的情绪,把紧张、焦虑看做是一种正常心理反应,顺其自然,适度紧张还会促进考生发挥自己的潜力。
- ★音乐放松法,听自己喜欢的轻松音乐,比如婉转、舒缓的音乐,也可以缓解情绪。
- ★运动减压法,通过慢跑、瑜伽、太极拳等锻炼方式让身心都得以放松。
- ★自我暗示放松法,主要有呼吸放松法和肌肉放松法:腹式呼吸,从吸气、屏气到呼气均默数5秒,吸气时通过鼻腔缓慢而充分地将空气吸到身体最深处,呼气时则通过鼻腔或口腔缓慢呼出,在此过程中可将手置于腹部感受其起伏变化,待完全呼出气体后可正常呼吸2次。循环上述步骤,每次可练习3-5分钟。肌肉放松法,可以尝试从头-躯干-四肢-全身的顺序,使个体有意识地感受身体主要肌肉群的紧张和放松,从而充分放松自己的身体。
- 如果遇到长期无法解决的心理问题,可以寻求专业心理咨询机构的帮助,可拨打下面机构咨询热线:广州市卫生健康咨询热线:020-12320 广州市心理卫生援助热线:020-81899120 广州市未成年人心理咨询与援助中心的咨询热线:020-86335333。



学生膳食如何做到营养又健康?

1.食物多样,合理搭配

学生平日膳食要覆盖五大类人体必需的基本食物:谷薯类、蔬菜水果类、禽畜鱼蛋奶类、大豆和坚果类、油盐类。每天品种要多样,尽可能多摄入不同种类食物,最好平均每天摄入12种以上食物,每周25种以上,每餐搭配要合理,有主食,有副食,荤素搭配,粗细搭配(可用杂粮、杂豆或薯类部分替代精白米面)。尽量避免食物单一。

条件的地区每天提供至少一种新鲜水果,不要用果汁代替水果。

4.天天喝奶,促进骨骼健康

考虑到疫情防控期间户外活动减少,应增加奶类的摄入,保证钙的摄入量,促进骨骼健康。

5.能量平衡,维持健康体重

疫情期间更要关注自己的体重,不主张节食减肥,也要避免体重快速增长,可根据自身体重的变化,适当调整食物的摄入量,保证能量平衡,只有吃动两平衡,才能促进身心健康。

6.足量饮水,少喝甜饮

每天少量多次饮水,并保证饮水量,以白开水或矿泉水为主。出汗多可适当增加饮水量,不要等到感到口渴时再饮水。不喝或少喝含糖饮料,更不能用饮料替代水。

7.合理烹调,控油限盐

饮食清淡,每人每天烹调用油量

不超过25-30g;控制食盐摄入,包括酱油和其他食物的食盐在内,提供的食盐不超过每人每天5g;蔬菜应先洗后切;烹调以蒸、炖、烩、炒为主,尽量减少煎、炸等可能产生有毒有害物质的烹调方式;烹调好的食品不应存放过久;不提供冷荤凉菜,不吃野生动物和鱼生,食物要烧熟煮透。

8.培养良好饮食习惯

规律进餐,细嚼慢咽,吃好一日三餐,三餐合理,不漏餐,不偏食,不暴饮暴食;合理选择零食;合理选择快餐;限糖、限酒;学会看食物营养标签,提高营养科学素养。

9.提倡分餐制、用公筷

学校可根据实际情况分时段就餐,错峰就餐,或送餐到班,或打包带回教室或宿舍用餐,不扎堆用餐或面对面用餐,用餐时少交谈,取餐时保持一定距离。不要共用餐具,使用公勺公筷,最好使用独立餐具,每餐消毒。



本版内容摘自《中小学校新冠肺炎疫情防控技术方案》、《新冠肺炎防控学生手册》、《广东省2020年春季学期学生健康返校家长指引》、《关于新冠肺炎防控期间学生餐营养指引》及广州教育官方微信公众号。



职业健康保护

我行动

预防职业病危害 守护劳动者健康

为深入贯彻《职业病防治法》，推动用人单位落实职业病防治主体责任，保障广大劳动者职业健康权益，我国自2003年开始，将每年4月的最后一周至5月1日国际劳动节定为全国《职业病防治法》宣传周。2020年4月25日至5月1日是第18个《职业病防治法》宣传周，主题是：“职业健康保护·我行动”。

我市启动十大重点行业企业职业健康执法专项巡查

按照市卫生健康委年度工作计划的部署，广州市卫生监督所于2020年4月开始，启动全市用人单位职业健康执法专项巡查工作。

一是紧盯重点行业，压实主体责任。本次专项巡查针对粉尘、噪声、有毒有害物质等重点危害，覆盖金属制品加工(含船舶修造、汽车制造)、电子制造、有机溶剂使用、铅蓄电池制造、陶瓷制造、石材加工、危险化学品生产、危险化学品使用、金属冶炼、非煤矿山等10类重点行业领域，重点推动我市工业企业落实职业病危害防治主体责任。

二是结合专项任务，落实指标要求。结合职业病防治十三五规划、加强职业病防治工作意见、尘肺病防治攻坚行动、尘毒危害专项治理和职业健康保护行动确定的各项目标任务，以强化

督查为抓手，确保我市用人单位职业病危害项目申报率、职业健康监护率、职业卫生培训率和“三同时”制度实施率等重点指标达到既定要求。

三是聚焦执法办案，切实履职尽责。将督查巡查发现职业卫生问题隐患的企业、2019年存在新发职业病的企业以及职业健康信访投诉涉案的企业列为重点巡查对象。以问题为导向，结合省卫生健康委“以案促管”工作要求，对发现的违法行为依法依规坚决打击，做到有案必查、违法必究。对企业逾期不改的情况，在严肃查处的同时按照工作要求，将其纳入“职业病预防控制不达标责任主体名单”。

四是做好现场带教，推动同质发展。以市区联合执法的形式，做好基层职业卫生监督员、街镇执法人员和协管员的传、帮、带。建立统一的执法

标准，推动全市职业健康监管执法“同质化”发展。

五是抓实疫情防控，助力复工复产。在监督检查的同时，开展重点企业复工复产疫情防控指导，深入基层、企业、车间，指导企业设置临时医学观察点和单独隔离观察间，分类做好重点人群管理，严格落实健康检查和健康登记，正确做好生产办公场所、员工居住地的通风、消毒和卫生管理等工作。同时，针对冬春季职业中毒高发的特点，以及部分从业人员复工复产容易存在思想松懈、通风排毒除尘等设备设施由于较长时间停用导致可靠性降低等现象，指导企业开展复工复产职业卫生培训，并进行职业病防护设施设备全面检查，确保疫情防控期间不出现职业中毒等危害事故，复工复产平稳有序。

(广州市卫生监督所 戴蒙)

以案说法

从一例皮炎病例中“揪出”的企业违法行为

案情介绍

9月，卫生健康执法人员在例行核查全市职业病诊断病例和疑似病例时，发现某电子科技有限公司有“职业性三氯乙烯药疹样皮炎”1例。卫生健康执法人员高度警觉，立即对涉事电子科技有限公司进行现场监督检查。

现场检查发现该公司未安排从事“洗板”作业的劳动者刘某进行上岗前职业健康检查，未能及时发现职业禁忌证，导致刘某在短短一个月的时间内即出现了严重的三氯乙烯皮炎。同时，该公司职业病危害防护设施未经竣工验收合格即已投入使用，“洗板”工作岗位的抽排设施完全不符合职业卫生要求。

经抽检结果显示，该公司所用的“洗板水”中，三氯乙烯成分占到88.39%，“洗板”作业岗位三氯乙烯浓度超过国家职业卫生标准限值2.54倍。

案件处理结果

经调查，该公司存在安排未经职业健康检查的劳动者从事接触职业病危害的作业、未按规定进行职业病危害预评价、未按规定对职业病防护设施进行职业病危害控制效果评价等违法行为，违反了《职业病防治法》相关规定，市卫生健康委依法给予警告、罚款的行政处罚，并责令立即改正违法行为。

涉事企业在确凿的证据面前承认了违法行为，并自觉缴纳了罚款。对于职业病患者刘某，该公司也按照国家规定落实了职业病相关待遇。在后续的整改过程中，该公司主动采取了“物料替代”的方法，使用更加安全环保的清洗剂替代了“洗板水”。

重要提醒：

根据《中华人民共和国职业病防治法》

规定，工业企业作为用人单位，负有职业病防治工作的主体责任，应当建立健全职业病防治责任制，加强对职业病防治的管理，提高职业病防治水平，对本单位产生的职业病危害承担责任。同时，应当为劳动者创造符合国家标准和卫生要求的工作环境，并采取有效措施保障劳动者获得职业卫生保护。

知识链接：

三氯乙烯(Trichloroethylene, TCE)，是电子加工、五金、电镀行业常用的清洗剂，又称“洗板水”，易挥发，有特殊的甜味。该物质不仅对环境有严重危害，也对人体健康造成危害。三氯乙烯是一种有致敏性的化学物质，有些人对三氯乙烯过敏，就像有人对青霉素过敏一样，不可以接触，一旦接触就会过敏。严重者伴有全身多系统、多器官损害，甚至导致死亡。

职业健康保护行动——劳动者如何做？

倡导健康工作方式

积极传播职业健康先进理念和文化。国家机关、学校、医疗卫生机构、国有企业等单位的员工率先树立健康形象，争做“健康达人”。

树立健康意识

积极参加职业健康培训，学习和掌握与职业健康相关的各项制度、标准，了解工作场所存在的危害因素，掌握职业病危害防护知识、岗位操作规程，个人防护用品的正确佩戴和使用方法。

强化法律意识，知法、懂法

遵守职业病防治法律、法规、规章。接触职业病危害的劳动者，定期参加职业健康检查；罹患职业病的劳动者，建议及时诊断、治疗，保护自己的合法权益。

加强劳动过程防护

劳动者在生产环境中长期接触粉尘、化学危害因素、放射性危害因素、物理危害因素、生物危害因素等可能引起相关职业病。建议接触职业

病危害因素的劳动者注意各类危害的防护，严格按照操作规程进行作业，并自觉、正确地佩戴个人防护防护用品。

提升应急处置能力

学习掌握现场急救知识和急性危害的应急处置方法，能够做到正确的自救、互救。

加强防暑降温措施

建议高温作业、高温天气作业等劳动者注意预防中暑。可佩戴隔热面罩和穿着隔热、通风性能良好的隔热服，注意使用空调等防暑降温设施进行降温。建议适量补充水、含食盐和水溶性维生素等防暑降温饮料。

长时间伏案低头工作或长期前倾坐姿职业人群的健康保护

应注意通过伸展活动等缓解肌肉紧张，避免颈椎病、肩周炎和腰背痛的发生。在伏案工作时，需注意保持正确坐姿，上身挺直；调整椅子的高低，使双脚刚好合适地

平踩在地面上。长时间使用电脑的，工作时电脑的仰角应与使用者的视线相对，不宜过分低头或抬头，建议每隔1~2小时休息一段时间，向远处眺望，活动腰部和颈部，做眼保健操和工间操。

教师、交通警察、医生、护士等以站姿作业为主的职业人群的健康保护

站立时，建议两腿重心交替使用，防止静脉曲张，建议通过适当走动等方式保持腰部、膝盖放松，促进血液循环；长时间用嗓的，注意补充水分，常备润喉片，预防咽喉炎。

驾驶员等长时间固定体位作业职业人群的健康保护

建议合理安排作业时间，做到规律饮食，定时定量；保持正确的作业姿势，将座位调整至适当的位置，确保腰椎受力适度，并注意减少震动，避免颈椎病、肩周炎、骨质增生、坐骨神经痛等疾病的发生；作业期间注意间歇性休息，减少憋尿，严禁疲劳作业。

职业病防治法规定劳动者应当承担下列义务：



▲接受职业卫生培训，学习和掌握相关的职业卫生知识。



▲遵守职业病防治法律、法规、规章和操作规程。



▲正确使用和维护职业病防护设备和个人使用的职业病防护用品。



▲发现职业病危害事故隐患应及时报告。

Q&A

职业健康问与答

□本版供稿：广州市卫生监督所

1.什么是职业病？

职业病是指企业、事业单位和个体经济组织等用人单位的劳动者在职业活动中，因接触粉尘、放射性物质和其他有毒、有害因素而引起的疾病。



2.我国的法定职业病有哪些？

目前，国家《职业病分类和目录》中所列职业病共有10类132种。如下：

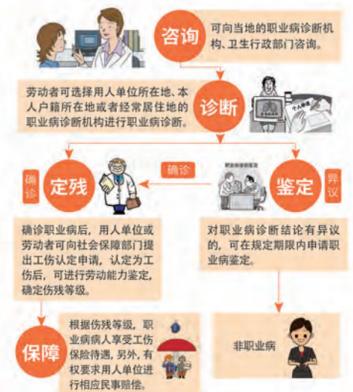
类别	举例
职业性尘肺病及其他呼吸系统疾病	矽肺、煤工尘肺、电焊工尘肺等
职业性皮肤病	接触性皮炎、黑变病等
职业性眼病	电光性眼炎等
职业性耳鼻喉口腔疾病	噪声聋、爆震聋等
职业性化学中毒	铅及其化合物中毒、一氧化碳中毒、苯中毒等
物理因素所致职业病	中暑、减压病、手臂震动病等
职业性放射性疾病	外照射急性放射病等
职业性传染病	布鲁氏菌病、艾滋病(限于医疗卫生人员及人民警察)
职业性肿瘤	石棉所致肺癌、间皮瘤，苯所致白血病等
其他职业病	金属烟热等



3.确定职业病有哪些要素？

- (1)有用工合同或雇用关系，劳动者必须是企业、事业单位和个体经济组织等用人单位的劳动者；
- (2)在劳动过程中接触国家《职业病危害因素分类目录》中所列的有毒、有害因素；
- (3)所患疾病为国家《职业病分类和目录》中所列疾病；
- (4)达到国家相应的职业病诊断标准。

4.职业病诊断和鉴定的流程是怎样的？



5.什么是职业健康检查？

对从事接触职业病危害的作业的劳动者，用人单位应当按照国务院卫生行政部门的规定组织上岗前、在岗期间和离岗时的职业健康检查，并将检查结果书面告知劳动者。职业健康检查费用由用人单位承担。

用人单位不得安排未经上岗前职业健康检查的劳动者从事接触职业病危害的作业；不得安排有职业禁忌的劳动者从事其所禁忌的作业；对在职业健康检查中发现有与所从事的职业相关的健康损害的劳动者，应当调离原工作岗位，并妥善安置；对未进行离岗前职业健



康检查的劳动者不得解除或者终止与其订立的劳动合同。

用人单位应当为劳动者建立职业健康监护档案，并按照规定的期限妥善保存。职业健康监护档案应当包括劳动者的职业史、职业病危害接触史、职业健康检查结果和职业病诊疗等有关个人健康资料。

劳动者离开用人单位时，有权索取本人职业健康监护档案复印件，用人单位应当如实、无偿提供，并在所提供的复印件上签章。

6.职业病人享受哪些待遇

(1)用人单位应当保障职业病人依法享受国家规定的职业病待遇。包括安排职业病人进行治疗、康复和定期检查；对不适宜继续从事原工作的职业病人，应当调离原岗位，并妥善安置；对从事接触职业病危害作业的劳动者，应当给予适当岗位津贴。

(2)如果用人单位参加工伤保险，职业病人的诊疗、康复费用，伤残以及丧失劳动能力的职业病人的社会保障，按照国家有关工伤保险的规定执行。

(3)如果用人单位没有参加工伤保险，职业病人的医疗和生活保障由用人单位承担。

(4)用人单位已经不存在或者无法确认劳动关系的职业病人，可以向地方人民政府民政部门申请医疗救助和生活等方面的救助。

(5)职业病人除依法享有工伤保险外，依照有关民事法律，尚有获得赔偿的权利的，有权向用人单位提出赔偿要求。

(6)职业病人变动工作单位，其依法享有的待遇不变。用人单位在发生分立、合并、解散、破产等情形时，应当按照国家有关规定妥善安置职业病人。

7.职业病防治主体责任是谁

用人单位应当建立、健全职业病防治责任制，加强对职业病防治的管理，提高职业病防治水平，对本单位产生的职业病危害承担责任。

8.用人单位职业病防治的主要职责是什么

(1)积极采用有效的职业病防治新技术、新工艺、新设备、新材料；逐步淘汰职业病危害严重的技术、工艺、设备、材料。

(2)依照职业病防治法律、法规要求，严格遵守国家职业卫生标准，落实职业病预防措施，从源头上控制和消除职业病危害。

(3)建立、健全职业卫生管理组织，配备职业卫生管理人员。

(4)建立、健全职业卫生管理制度和操作规程。

(5)定期对劳动者进行职业病防治法律、法规和防治知识培训。

(6)按照职业病防治法律、法规的规定对劳动者进行职业健康检查，建立职业健康监护档案。

(7)按照职业病防治法律、法规的规定给劳动者配备个人使用的职业病防护用品。

(8)定期对工作场所进行职业病危害因素检测、评价，检测、评价结果存入用人单位职业卫生档案。

(9)及时安排疑似职业病人进行诊断。

(10)与劳动者订立劳动合同时，应当将工作过程中可能产生的职业病危害及其后果、职业病防护措施和待遇等如实告知劳动者，并在劳动合同中写明，不得隐瞒或者欺骗。



9.劳动者享有哪些职业健康权利

劳动者依法享有下列职业卫生保护权利：
(1)获得职业卫生教育、培训；(2)获得职业健康检查、职业病诊疗、康复等职业病防治服务；(3)了解工作场所产生或者可能产生的职业病危害因素、危害后果和应当采取的职业病防护措施；(4)要求用人单位提供符合职业病防治要求的职业病防护设施和个人使用的职业病防护用品，改善工作条件；(5)对违反职业病防治法律、法规以及危及生命健康的行为提出批评、检举和控告；(6)拒绝违章指挥和强令进行没有职业病防护措施的作业；(7)参与用人单位职业卫生工作的民主管理，对职业病防治工作提出意见和建议。