

许昌市中心血站、许昌市妇幼保健院

近6个小时“生死时速”，携手拯救病危新生儿

■记者 刘地委 文/图



新生儿科医护人员为患儿进行会诊。

刚刚来到世上16分钟的小婴儿因患新生儿黄疸，生命危在旦夕。看着孩子全身皮肤黄染，父母心急如焚。为全力救治小患者，许昌市中心血站工作人员与许昌市妇幼保健院医护人员全力以赴为孩子寻求“救命血”。从19时40分到第二天1时30分，一场拯救生命的“生死时速”在夜幕中展开了……

“喂，你好。我院一名新生儿出现

黄疸，贫血较严重，需要进行新生儿溶血病鉴定和输血治疗，但患儿体内检测出不规则抗体，我院现有的血液配型都没有成功。”6月23日19时40分，许昌市中心血站供血科值班工作人员李霄接到许昌市妇幼保健院血库工作人员打来的紧急求助电话。

新生儿溶血病指的是母子血型不合引起的同族免疫性溶血。它是由于

母血中免疫球蛋白抗体进入新生儿的血液循环并破坏新生儿的红细胞，导致发生溶血性贫血的一类疾病。临床上多以ABO血型不合引起的新生儿溶血病最为常见，其次为Rh、MN血型系统，其中Rh系统引起的溶血最为严重。大于77%的新生儿溶血病患儿出生24小时内出现黄疸并迅速加重，病情严重者会出现胎儿水肿、贫血、肝脾肿大、胆红素脑病等，同时会伴有胸腔积液的情况，如不及时救治会导致新生儿死亡。

时间就是生命。放下电话，李霄立即与许昌市中心血站质管科负责血型鉴定的黄山歌取得联系。吃过晚饭，正在家里休息的黄山歌得知情况后，急忙赶往许昌市中心血站。

经过鉴定，患儿属Rh血型系统抗-Ec抗体导致的新生儿溶血病。病因确定后，为尽快找到与患儿相合的血液，黄山歌迅速投入血液的配型工作。

1袋、2袋、3袋、4袋……时间一分一秒过去，黄山歌心急如焚。“我当时恨不得多长两只手、两只眼。”黄山歌说，功夫不负有心人，在筛选第13袋血液时，她终于发现了与患儿血样配型相合的血液。

相合的血液找到了，由于患儿为Rh血型系统新生儿溶血性贫血，极重度贫血会严重影响患儿身体多脏器功能，且

患儿直接抗人球蛋白试验阳性，只能输注洗涤红细胞。黄山歌筛选出的配血相合血液为去白细胞悬浮红细胞，需要制备成洗涤红细胞才能使用。

“好，我马上制备。”接到通知，早早到达工作岗位，负责血液制备的工作人员郭小娟说。洗涤、离心、再洗涤、再离心，经过郭小娟近3个多小时的不懈努力，两袋合格的洗涤红细胞制备完成。6月24日1时30分，“救命血”顺利到达许昌市妇幼保健院。输注一袋洗涤红细胞后，患儿的病情明显减轻。

6月29日9时，记者来到许昌市妇幼保健院新生儿科重症监护室，透过保温箱看到患儿正在安然熟睡。“经过这几天的治疗，目前小宝宝的生命体征平稳，已脱离危险期。但由于其年纪太小，病情容易出现快速变化，我们会24小时监测。如果其出现贫血情况，我们会随时为其输血。”许昌市妇幼保健院新生儿科护士长何亚伟说。

“疑难血型鉴定抢救急需用血患者，对我站而言已不是第一次了。看到一个个患者在我们的努力下转危为安，我们感到很欣慰。今后，我们将进一步加强培训，全面提升服务水平，为更多患者的安全用血提供有力保障。”得知事情的经过后，许昌市中心血站站长闫惠玲深有感触地说。

端午节过后 让肠胃好好休息

■记者 刘地委

端午节，家家户户要吃粽子。由于粽子难消化，不少市民吃后会患上肠胃病。6月28日，在许昌市中心医院消化内科门诊室外，记者看到20余位患者正在候诊。

市民张阿姨告诉记者，当天早上，她看到端午节包的粽子没吃完，就吃了几个。吃完粽子，她感觉肚子隐隐作痛，并出现呕吐现象，赶紧来医院就医。

“端午节前后，由于肠胃不适前来就诊的患者比平时增加30%左右。”许昌市中心医院消化内科专家高春耕说，端午节前后急性肠胃炎的病患大增，一些家庭在端午节前后甚至把粽子当作主食或替代米饭食用，从而导致饮食不当引起肠胃疾病。另外，很多人吃完粽子会喝浓茶，以为能促进消化。其实，过多饮浓茶，其中的茶多酚和茶碱会打破肠胃道原本的菌群平衡性，对肠胃有较大刺激，加上粽子带来的负担，容易产生急性肠胃炎，出现恶心、打嗝、腹胀、腹泻等症状。

高春耕说，粽子是传统的美食佳品，也是一种高脂肪、高热量的食物。粽子的主料为糯米，黏性大，不容易消化。人们在粽子里加入的肥肉、甜豆、红枣等配料也是不宜消化的食物，容易引起胃胀、胃痛等肠胃疾病。

这些肠胃疾病多是“祸从口入”。高春耕建议市民，过了端午节，最好清淡饮食三五天，让连日超负荷运转的胃肠道好好休息一下。有腹胀感觉的市民节后几天可多吃些面、粉、粥之类的易消化食物，青菜水果可以多吃，大鱼大肉要少吃。

市民在节后吃剩粽子时千万要当心。吃粽子不宜过量，患有糖尿病、胆囊炎、高脂血症、脂肪肝、胰腺炎、胃病等的患者更要忌口。吃的时候可以搭配一些水果、蔬菜以增加膳食纤维的摄入，促进消化。如果吃肉粽，可以加食一些山楂片助消化。不要把粽子当早饭、晚饭吃，这样很容易患胃病。一大早就吃粽子，停留在胃里的时间更长，刺激胃酸分泌，可能导致慢性胃病、胃溃疡的人发病。另外，临睡前不要把粽子当夜宵，否则一晚留在肚子里不容易消化。尤其是从冰箱里拿出来未经加热的剩粽子，一定要彻底煮熟、煮透再吃。

“病靠三分治，七分养，胃更是这样。”高春耕说，养成规律的生活习惯是养胃的基础，同时身边常备一些胃药。出现胃痛、胃酸、胃胀等症状时，应及时用药物治疗，中和胃酸、缓解不适，防止胃病发作及反复。

近日，许昌市第二人民医院医护人员在春秋广场开展义诊活动。医护人员通过设置宣传展板、咨询台，给过往群众测血压、发放宣传资料等方式，普及健康知识，提升群众的健康素养。

记者 刘地委 摄



高考前病了怎么办？

防治感冒、腹泻、失眠，专家有妙招儿

■记者 刘地委

还有一周时间，2020年高考将正式开始。高考不仅是一场学习成绩的比拼，而且是一场心理素质与健康素质的比拼。考生和家长最怕的，就是高考前几天出现身体不适，影响发挥。如果感冒、腹泻、失眠这些常见问题真的与高考打起“遭遇战”，怎么办？记者就此采访了相关专家，教大家一些应急处理方法。

少吹空调，感冒后多休息

预防感冒，考生考前这几天一定要注意增减衣服。出汗后进入空调房内，一定要将身上的汗擦干，而且尽量不要到正在吹冷风的空调前面去，空调的温度不要开得太低。在饮食上，一定要注意饮食卫生，多吃清淡、易消化的食物。许昌市中心医院呼吸内科专家史广超介绍，过度劳累或者缺乏睡眠使免疫力下降时，考生容易患感冒；使用空调者，室温过低，造成室内外温差过

大，更易感冒。如果在高考前患了感冒别慌，应及时就医。如果来不及就医，应多休息，并服用一些清热解毒的感冒药，如感冒清热冲剂等，也可服用藿香正气液。选择药物时要看清成分，建议选择单纯的中成药，不要选择含有西药成分的复方制剂，以免引起嗜睡。

防腹泻，少吃冷饮备好止泻药

腹泻也是高考的常见病之一。因为夏季温差很大，加上考试前夕紧张的情绪，很容易引起消化不良而导致腹泻。专家建议考生多吃一些水果、蔬菜等清淡的食物，别因天气炎热贪喝冷饮，并且要保证充足的睡眠和充沛的精力。对于一些体质虚弱、经常腹泻的同学来说，做好预防工作非常重要。如果是因为紧张过度而造成的腹泻，治疗的办法就是把心态调整好，腹泻的症状就会自然消失。如果因不洁饮食引起胃肠炎，出现恶心、呕吐、腹泻，重者甚至出现低热症状，可服用蒙脱石

散等药物止泻，并及时就医。

另外，吃冷饮、不规则进食、进食过快等，还可能引起考生胃痛。如果出现胃痛，可以服用胃舒平等。

家长的助眠药物别乱给孩子吃

一般来说，考生高考前失眠都是因为过度紧张造成的。如何解决失眠问题呢？史广超建议，考生应调节作息规律、进行适当的户外体育锻炼。躺在床上之后，不要过分关注自己是否入睡，可以想一些轻松的事情，告诉自己一定会成功的，使情绪得到放松，入睡也就容易了。考生可以通过听舒缓的音乐、洗热水澡等手段来松弛身心。

有些家长有助眠药物，看到孩子失眠就想给孩子吃一些。史广超提醒，一定要在医生的指导下使用药物，不要自行决定。因为帮助睡眠类药物分为很多种，其中含有镇定成分的药物有些副作用较大，半衰期较长，可能会造成考生连续几天精神萎靡不振。