

许昌市中心医院南区医院

强化慢性病管理 决胜脱贫攻坚

■ 记者 刘地委 文/图



游玉红(右二)带领志愿团队入户随访。

“没有全民健康，就没有全面小康。”健康扶贫是打赢脱贫攻坚战的关键一环，也是实现贫困群众脱贫致富的重要保障。

11月26日早上，由许昌市中心医院南区医院业务骨干组成的健康扶贫团队志愿者，在该院副院长游玉红的带领

下，携带心电图机、血糖仪、血压计、药品等驱车奔赴该院对口帮扶村——禹州市鸠山镇张家庄村，开展“百医包百村”健康扶贫深化慢性病管理工作。

健康扶贫团队志愿者到达张家庄村后，立即投入到紧张有序的人户随访、体格检查、用药指导、制定方案工作中。

在患有高血压、冠心病、脑梗死、关节炎等疾病的村民李大伯家，健康扶贫团队志愿者为其测血压、听诊、询问病情变化等，并制定了新治疗方案。“你们定期来给我检查身体，我的身体越来越

健康了。”李大伯高兴地说。检查完身体，得知身体正在慢慢恢复，他的脸上乐开了花。

对心悸村民病史进行详细询问，调整用药；对血糖控制不好的糖尿病患者查血糖，并进行生活用药指导；给多位患高血压慢性病的村民测血压，并进行用药指导或调整用药方案；对精神疾病患者进行精神障碍长效药物的第36次肌肉注射，以巩固疗效……

每到一家，健康扶贫团队志愿者都详细询问村民身体状况，耐心分析病情，边检查边讲解，同时认真解答关于常见病、多发病的预防诊治及愈后疑难问题。

健康扶贫团队志愿者通过有针对性的深化慢性病管理工作，有效增强了村民的健康保健意识，真正将健康扶贫工作落到了实处。

游玉红告诉记者，鸠山镇张家庄村位于禹州市西部山区，是省定贫困村。因该村地处深山，交通不便，没有村医疗室，缺医少药，这里的村民“大病靠躺、小病靠扛”是常事，小病拖成大病的情况时有发生。张家庄村原有129户426人，其中贫困户为128户，贫困户占

比几乎为百分之百。

2016年，禹州市鸠山镇张家庄村成为该院的对口扶贫村。

按照“摸准实情、找准穷根，不漏一户、不落一人”的工作方针，许昌市中心医院南区医院健康扶贫团队志愿者坚持每个月进村为村民义诊、体检、入户随访、送医送药，筛查心脑血管病、高血压、糖尿病等各种慢性病高危人群，并对村民进行健康宣教，发放宣传资料，增强村民的防病意识。

4年来，在驻村第一书记、驻村扶贫工作队员、鸠山镇中心医院团队、村医师和许昌市中心医院南区医院健康扶贫团队志愿者的共同努力下，该村拥有了标准化的村医疗室。

“张家庄村村民426人中高血压15人、糖尿病15人、冠心病15人、精神病8人，脱贫后仍应进行慢性病管理，防止因病返贫、因病致贫。”游玉红说，帮助张家庄村村民脱贫“摘帽”并非终点，而是帮助他们迈向新生活的起点。接下来，慢性病人群仍将是该院的帮扶重点。该院将运用医疗专业技术优势，精准“把脉”、对症“下药”、真抓实干，让村民“看得了病，看得起病，看得好病”。

肺炎高发季 感冒及时治

■ 记者 刘地委

进入冬季后，很多小朋友成了医院的常客。自入冬以来，儿科门诊量持续增加，大都是呼吸道疾病，其中最主要是肺炎。11月30日，许昌市妇幼保健院儿科主任裴留伟提醒家长，肺炎是一种常见的感染性疾病，临床表现主要有发烧、咳嗽、咳痰、胸痛等，重症者表现为喘息、呼吸困难，可危及生命，应积极预防。

裴留伟介绍，肺炎是由于病原体入侵人体呼吸道所致。冬季之所以肺炎发病率较高，是因为这个季节空气较为干燥，加上天气寒冷，人体的呼吸道黏膜血管收缩，抵抗力下降。由于病原体的不同，肺炎可分为细菌性肺炎、病毒性肺炎、支原体肺炎等。但不管哪种感染性肺炎，大多通过飞沫传播。引起感染的这些致病因素往往以气溶胶的形式存在于空气中，随着呼吸不断进出我们的气道。因此，通风换气对预防肺炎十分重要。同时，封闭场所应少去，多到户外做有氧运动。

肺炎球菌寄居在正常人的鼻咽部，一般情况下并不会致病。当人体受凉、劳累、慢性疾病、吸烟等引起免疫力下降时，肺炎球菌便乘虚而入感染呼吸道。因此，冬季应该注意保暖、休息以及增强免疫力；多锻炼，多喝水，多吃水果和绿色蔬菜。

裴留伟提醒市民，冬季是肺炎高发季，感冒是肺炎的重要诱因。感冒实质是上呼吸道感染，多由病毒引起。而肺炎则为下呼吸道感染，其病原体以肺炎球菌最为多见。虽然感冒通常有自限性，但上呼吸道感染可导致整个呼吸道黏膜抵抗力下降，从而继发细菌感染导致肺炎。如果对感冒不进行及时治疗，则可能埋下祸根。

感冒一般7天左右就会好转，如果10天左右仍不见好转，症状越来越重，尤其是出现高热、咳黄浓痰、胸痛等症状，就应该警惕是否为肺炎。需要注意的是，幼儿尤其是新生儿患肺炎并不都会高烧。幼儿不懂得把痰咳出，多表现为气促、呼吸困难、咳嗽、吮吸差、拒奶、精神不振等，家长应该注意观察，尽快带其就医，进行规范的治疗，切勿盲目服用退烧药、镇咳药或抗生素，以防延误病情。



11月27日、28日，许昌市红十字会、许昌市登山运动协会联合许昌市第二人民医院举办许昌市“拥抱蓝天，珍爱生命”户外急救知识培训班。医护人员现场讲解并示范如何利用心肺复苏法急救以及创伤止血、伤口包扎、骨折固定、伤员搬运4个急救环节的操作。

记者 刘地委 摄

12月1日是世界艾滋病日

携手防疫抗艾，共担健康责任

■ 记者 刘地委

12月1日是世界艾滋病日，今年我国宣传活动的主题是“携手防疫抗艾，共担健康责任”。艾滋病是一种危害性极大的传染病。那么，其传播途径有哪些？怎么预防？11月27日，记者采访了市疾病预防控制中心健康教育科科长唐丽红。

唐丽红介绍，艾滋病的医学全名为获得性免疫缺陷综合征，是由艾滋病病毒引起的。艾滋病病毒又称人类免疫缺陷病毒，简称HIV。HIV本身不会引发任何疾病，但其会破坏人体的免疫系统。

人体天生具有免疫功能，当细菌、病毒等侵入时，在免疫功能正常运作下，就算生病了也能治好。然而，HIV所攻击的正是人体免疫系统的中枢细胞——T4淋巴细胞，致使人体丧失抵抗能力，不能与那些对生命有威胁的病菌战斗，从而使人体发生多种极为罕见的、不可治愈的感染和肿瘤，最终导致感染者死亡。

艾滋病病毒主要存在于感染者和患者的血液、精液、阴道分泌物、乳汁和伤口渗出液中。艾滋病主要有3条传播途径：

性传播：艾滋病病毒可以通过性交，在男女之间和男性之间传播。性伴侣越多，被感染的概率越大。

血液传播：共用注射器吸毒，输入被艾滋病病毒污染的血液和血液制品，使用未经严格消毒的手术、注射、针灸、拔牙、美容等侵入人体的器械等可能感染艾滋病。

母婴传播：感染了艾滋病病毒的妇女在怀孕、分娩和哺乳时，可以把病毒传染给婴儿。

那么，日常接触会传染艾滋病吗？“日常生活接触和工作接触，如握手、拥抱、礼节性亲吻，同吃同饮，共用厕所和浴室，共用办公室、公共交通工具、娱乐设施等，不会传播艾滋病。另外，咳嗽、打喷嚏以及蚊虫叮咬也不会传播艾滋病。”唐丽红表示。

艾滋病病毒对人体免疫系统的破坏是一个渐进的过程。感染上艾

滋病毒后至病发的潜伏期由几个月(最快)至10年以上不等，其间可无任何临床表现，但可以通过易感染艾滋病的危险行为将病毒传染给他人。

当艾滋病病毒感染者的免疫系统受到严重破坏时，就进入了“发病期”，成为艾滋病患者。一般初期的症状如同普通感冒、流感等，可能伴随全身疲劳无力、食欲减退、发热等。随着病情的加重，症状日渐增多，如皮肤出现单纯疱疹、带状疱疹、紫斑等；以后渐渐侵犯内脏器官，出现原因不明的持续性发热，可长达几个月；还可出现咳嗽、气促、呼吸困难、持续性腹泻、便血、肝脾肿大等症状。

“确诊艾滋病不能光靠临床表现，最重要的依据是检查者的血液检测是否为阳性结果。因此，怀疑自身感染HIV后应当及时到当地的卫生检疫部门进行检查。”唐丽红说，目前还没有可治愈艾滋病的药物，但规范化抗病毒治疗可有效抑制病毒，提高生活质量，降低传播风险。