应急响应级别下调 防控意识绝不能放松

专家提醒,要继续坚持勤洗手、多通风、不扎堆、戴口罩,实行分餐制

□本报记者 马晓非

随着疫情防控形势持续向好,有些人在疫情防控方面出现了懈怠和侥幸心理,经常扎堆聊天儿、聚餐,到人多的地方也不戴口罩……其实,疫情防控这根弦依然要绷紧。

5月13日,许昌市中心医院副院长、感染性疾病专家王坤铎表示,要继续坚持勤洗手、多通风、不扎堆、戴口罩等良好习惯,实行分餐制,并保持良好的社交礼仪。同时,许昌市中心医院千方百计提高新冠病毒核酸和血清抗体检测效率,实现应检尽检、能检尽检、愿检尽检,满足疫情防控常态化需求,为经济社会秩序全面恢复提供有力保障。

外防输入、内防反弹 防护意识丝毫不能放松

5月5日,河南省人民政府发布了《关于调整新冠肺炎疫情防控应急响应级别的通告》(以下简称《通告》),自5月6日零时起,我省重大突发公共卫生事件应急响应级别由二级调整为三级。下调应急响应级别是一个积极的信号,意味着艰苦卓绝的努力取得了一定成效,但防控意识绝对不能放松。

"看到应急响应级别下调,我首先感到很高兴,但我仍然觉得责任不轻,因为应急响应级别下调不意味着疫情结束。"王坤铎对记者说,毕竟境外疫情仍在蔓延扩散,国内新增病例并没有停止,复工复产复学在持续推进,外防输入、内防反弹的任务依然艰巨。而且,从目前情况看,新冠肺炎患者还有5%到15%的复阳率。

最近一段时间,吉林省舒兰市和湖北省武汉市东西湖区分别出现了本土聚集性疫情。吉林省将舒兰市风险等级由中风险调整为高风险,对所有社区实行封闭管理。武汉市东西湖区风险等级调整为中风险。这表明,疫情具有很大的不确定性,防控工作丝毫不能松懈。

"五一"假期结束后,随着中小学各年级陆续复学复课,师生这个特殊群体相互之间的接触增多,疫情防控也面临着新的考验。因此,虽然疫情防控形势持续向好,但仍然不能掉以轻心,更不能盲目乐观。

应检尽检、愿检尽检 千方百计提高检测效率

在新冠肺炎疫情防控常态化形势下,许昌市中心医院作为许昌市传染性疾病诊治定点医院,集中优势力量,全面开展新冠病毒核酸和血清抗体检测,千方百计提高新冠病毒核酸和抗体检测效率。在检测方面,该院坚持应检尽检、能检尽检、愿检尽检的原则,保障复工复产复学安全,为经济社会秩序全面恢复提供有力保障。

"最近半个月左右,每天有一二百人到我院进行新冠病毒核酸和血清抗体检测,到目前为止还没有发现核酸阳性者。"王坤铎告诉记者,在这些人群中,有些是复工复产人群,有些是发热人群,有些是自愿前来检测的人群。需要提醒的是,从武汉、东北以及国外等重点地区回来的人群一定要主动进行检测。

对于核酸检测,很多人并不陌生,这是诊断新冠肺炎的有效手段,也被称为"金标准"。对于血清抗体检测,很多人不是很熟悉。那么,除了核酸检测外,诊断新冠肺炎为什么还要增加血清抗体检测呢?

"通俗地讲,核酸检测可以判断现在是否感染新冠肺炎,血清抗体检测可以判断过去是否感染过新冠肺炎。将两者结合起来,相当于为诊断上了'双保险',有助于提高疾病的检出率,尽可能地找出确诊患者,更有利于控制疫情。"王坤铎说,血清抗体检测包括IgM和IgG两项。

人体感染病毒后,会产生IgM抗体和IgG抗体。血清抗体检测便是通过检测血液样本中是否存在IgM和IgG,如果存在的话,IgM和IgG的含量是多少,以此来判断是否感染过病毒和病毒感染情况。

有需要的群众可到许昌市中心医院感染科大楼一楼进行新冠病毒核酸和血清抗体检测。检测人员须持个人身份证或户口本、医保卡,如实登记身份证号码。由于采集咽拭子可能带来干呕、咳嗽等不适,因此采集咽拭子前4个小时最好避免喝水、进食,以免加剧不适。

珍惜抗疫成果 将良好卫生习惯保持下去

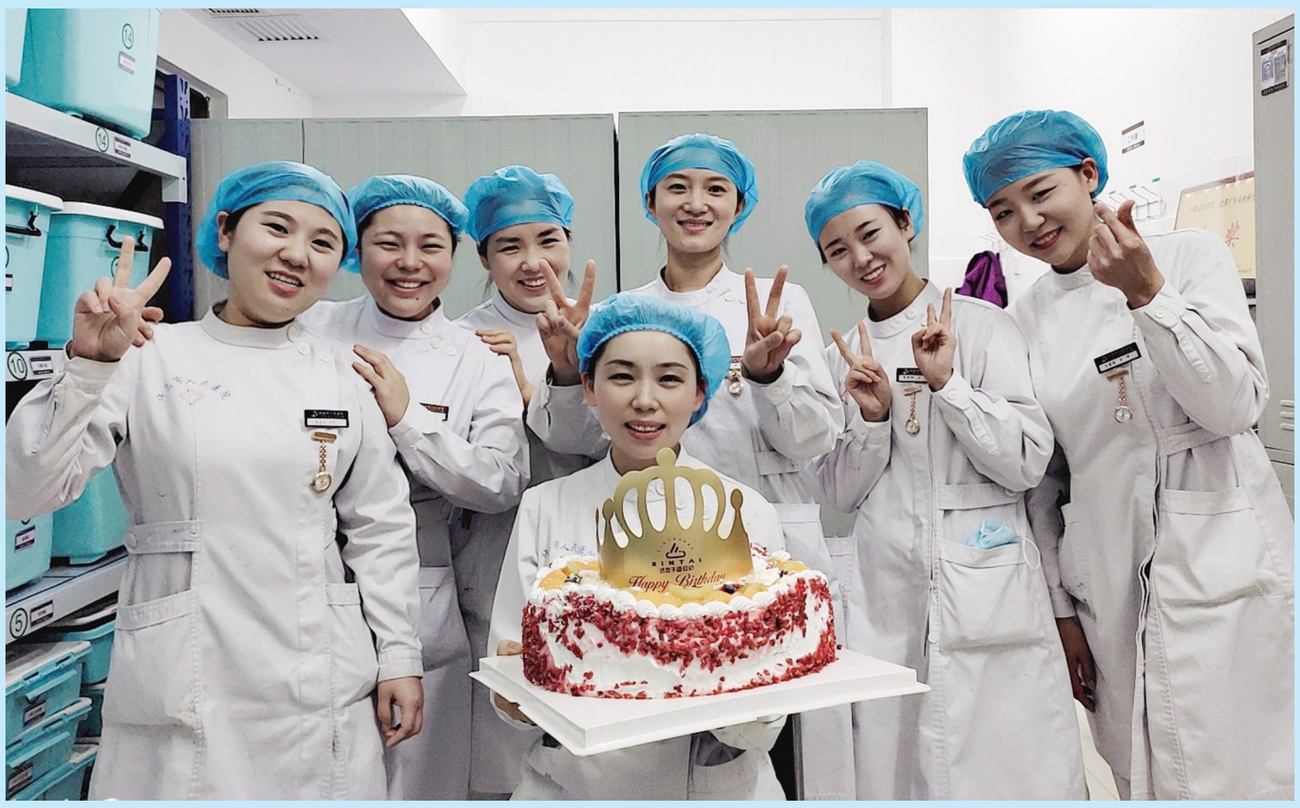
在公共卫生事件面前,没有一个人能置身事外,也没有一个人能独善其身。一场疫情,对于增强群众的卫生意识、提升群众健康素养也是一个很好的契机。无论新冠病毒还是流感、SARS,都是可以预防的。

"我们要珍惜来之不易的抗疫成果,将疫情期间养成的良好卫生习惯保持下去,勤洗手、多通风、不扎堆、戴口罩。"王坤铎建议,"在室外空旷区域可以不戴口罩,但是在学校、医院、候车区域等人群密集场所,一定要坚持戴口罩。选择普通医用口罩即可,没必要非得戴N95口罩。"

使用公筷公勺、实行分餐制,对于预防和控制新冠肺炎疫情非常有必要。同时,要养成良好的社交礼仪,打喷嚏时应用纸巾遮住口鼻。

从科学角度看,合餐非常容易导致疾病传染。由于饮食不当或使用共同餐具进食引起的食源性传染病有几十种,常见的有甲型肝炎、戊型肝炎、细菌性痢疾、结核病、幽门螺杆菌感染等。因此,就餐时一定不要忘记使用公筷公勺,实行分餐制,防止病从口入。

新冠肺炎不是人类面对的第一个流行疾病,也不会是最后一个。只有每个人养成了良好的卫生习惯,践行健康的生活方式,才能在与病毒的斗争中不被击败。



5月12日是国际护士节。今年的国际护士节意义非凡,因为2020年是南丁格尔诞辰200周年,更是举国奋战抗击新冠肺炎疫情的一年。当天,我市各医院护理人员收到了鲜花、蛋糕和社会各界人士真挚的祝福。图为许昌市人民医院乳腺疾病诊疗中心护士们共同庆祝属于自己的节日。

马晓非 摄

许昌市中心医院重症医学科全力守好生命最后一道防线

以"硬核"力量承受生命之重

该科医护人员查房

□本报记者 马晓非 文/图

在医院临床科室中,重症医学科似乎显得有些特殊和神秘。许昌市中心医院重症医学科,是一个"硬核"又不失温情的科室,全力守好生命最后一道防线,以"硬核"力量承受生命之重。

"重症医学专业非常重要,这一点在此次新冠肺炎疫情中更加充分地体现了出来。重症医学专业医护人员的参与使新冠肺炎重症患者的死亡率明显降低。"5月13日,许昌市中心医院重症医学科主任陈建开门见山地对记者说,"在分级诊疗的大背景下,重症医学专业也显得格外重要,因为一家医院水平的高低,不是看收了多少患者,而是看救治了多少疑难和危重患者。"

如何让各专业科室医生在重症医学科"唱好戏",是陈建经常思考的问题。在他看来,重症医学科是一个"平台科室",其任务是把这个台子搭建好,提供坚强的保障,让各专业科室的危重患者都能够在这里得到及时有效的救治。

在陈建的带领下,许昌市中心医院重症医学科致力于医疗质量与安全的提升,以及科室的科学和规范化管理。因为这里是离死亡最近的地方,稍有不慎就是生死之别,医疗质量和安全是重中之重。

为不断提高医疗质量,保证医疗安全,许昌市中心医院重症医学科设置了详细的质量控制指标,将此作为质量控制工作的衡量标准,从而实现"让患者有更好的就医体验,让患者更满意"的目标。

作为医护队伍中的"特种兵",重症医学科医护人员需要熟练掌握更多抢救技术。许昌市中心医院重症医学科将人才当成科室发展的核心竞争力,注重医护人员对常规技术的应用与核心制度的执行,要求医护人员不仅会采用各项技术,而且能够高质量完成。

经过多年的人才梯队建设,该科已经建立起一支实力强大、结构合理的医护团队。目前,该科医护人员熟练掌握了气管插管术、心肺复苏术、深静脉穿刺术、呼吸机治疗技术、床旁血液净化术、血流动力学监测等抢救技术,为重症患者的抢救提供了坚强保障。

在高质量采用常规技术的同时,许昌市中心医院重症医学科从来没有停止过创新的步伐,不断将新技术应用到临床,并十分重视系统创新。

"我认为,采用一项别人不能做的技术是创新。别人能做的事情自己进行系统完善后,能够比别人做得好也是创新。"陈建告诉记者,成功救治一名患者需要多方面的保障,不仅是一项技术,还包括药物应用、护理等。所谓系统创新,就是不光注重一项技术的采用,更注重规范救治体系的建立,从而取得更好的治疗效果。

近年来,该科在重症康复、心脏重症等方面进行了许多探索,而且取得了非常显著的效果,进一步提高了科室的区域影响力。

"向管理要质量、要发展、要技术、要科研"是许昌市中心医院重症医学科的显著特点。该科推出了一系列创新举措。在该科,人人都参与管理,每个人既是医护人员,又是管理人员。

在疾病诊治及患者管理方面,该科实行了医疗组组长负责制,使患者诊治始终处在集体决策之中,能够让诊疗更加全面、科学。在医患沟通方面,该科推行双重的宣教沟通模式,将管床医生宣教与集体宣教有机结合起来,保证宣教与沟通的有效性、全面性,真正改善患者就医体验。该科还建立了多种形式的信息化交班体系,变被动服务为主动参与,设置巡视岗,保证患者安全。此外,精细化管理也在该科体现得淋漓尽致。大到患者诊治流程,小到库房和卫生材料的管理,甚至是医护人员饭盒的放置,都是精细化管理的体现。

一花独放不是春,百花齐放春满园。作为许昌市重症医学质量控制中心、许昌市医学会重症医学专业委员会主委单位,许昌市中心医院重症医学科在提升自身水平的同时,还对其他医院重症医学专业发展进行指导,促进全市重症医学专业水平的整体提升。

"此次疫情就像一次'大考',让人们更加充分地认识到了重症医学专业在突发公共卫生事件中发挥的重要作用,同时也暴露出重症医学专业发展不平衡、不充分的缺点。这为重症医学专业下一步的发展指明了方向。在人员、技术、设备等方面,重症医学专业还有很大的提升空间。"陈建对记者说。

人无我有,人有我优。在发展的道路上,许昌市中心医院重症医学科医护人员从来不敢懈怠。他们知道,虽然重症医学科是离"鬼门关"最近的地方,但同样也是患者最后的希望之地。

许医领航

"赵医生,我相信你"

□本报记者 马晓非 文/图

"医生,我相信你。"这是医生最渴望听到的一句话,在他们心中,这句简单的话胜过千言万语。对此,许昌市人民医院心血管内科一病区主治医师赵韶辉感触颇深。就在不久前,他又有了一段医患齐心协力战胜病魔的难忘经历。

家住鄢陵县的刘先生今年50多岁,不久前突然出现腹泻、大汗淋漓、乏力、两侧腋窝闷胀等症状。刘先生以为是喝了凉饮料导致的拉肚子,觉得过一段时间就好了,并没有在意,也没有到医院就诊。

3天后,刘先生的症状没有缓解,被家人带到许昌市人民医院进行治疗,诊断结果让他和家人大吃一惊。心电图检查结果显示,刘先生已经出现心肌梗死两天。

"刘先生的心脏功能已经严重受到影响,但由于错过了最佳治疗时机,当时不适合做心脏造影检查,也不适合植入支架。"赵韶辉对记者说,"根据刘先生的具体情况,我们只能对其进行药物治疗,以度过危险期。"

治疗一星期后,刘先生的心脏功能有所恢复。心脏造影检查发现,患者右冠状动脉完全堵塞、左冠状动脉堵塞90%,且左冠状动脉钙化严重。赵韶辉建议对其进行支架植入术,但由于左冠状动脉血管钙化严重,手术存在一定风险。

赵韶辉了解患者恢复情况

此时,刘先生的女儿找到赵韶辉,说:"赵医生,我们全家人都相信你,请你一定要救救我父亲。"看着患者家属期望而信任的眼神,赵韶辉心中五味杂陈,决定冒着风险对患者进行手术。手术进行得很顺利。术后,患者症状逐渐缓解。对此,刘先生及其家属对赵韶辉等医护人员感激不已。

"其实,医生与患者永远都是身处同一个战壕的战友,我们面对着共同的敌人——疾病。只要有一线希望,我们都会付出百倍的努力,没有任何一名医生不愿意把患者的病治好。医患之间的相互支持、理解和信任,也是一剂良药。"赵韶辉深有感触地说,能够被患者及其家属信任是他最开心的事。

"当时的主要症状是拉肚子、浑身无力,怎么也没想到是患了心肌梗死。"回忆起当时的情景,刘先生至今依然感到有些后怕,"多亏了赵医生和许昌市人民医院的医护人员,是他们救了我一命,十分感谢他们。"

赵韶辉告诉记者,很多人认为只有出现胸痛、胸闷才有可能是患了心肌梗死,其实并非如此。有些心肌梗死患者的症状不是很典型,容易被误诊,可能会表现为上腹部不适、牙痛、肩膀疼痛、喉咙发紧、恶心、呕吐、大汗淋漓等。

"其实,口腔以下、肚脐以上的任何部位不适都有可能与心脏有关。因此,出现这些症状时要考虑到患心肌梗死的可能性,尤其是有心肌梗死家族史、患有'三高',以及经常抽烟、酗酒、熬夜、精神压力大的人群。"赵韶辉提醒。

医患故事汇
许昌市人民医院 协办
厚德守诚 精医为民
24小时急救电话:4515120

众志成城战疫情 科学补碘保健康

□本报记者 马晓非
通讯员 毛树存

5月15日是第27个"全国防治碘缺乏病日",今年的宣传主题为"众志成城战疫情,科学补碘保健康",旨在通过普及碘缺乏病相关知识,促使群众在防控新冠肺炎的同时做好科学补碘工作,进一步增强全社会对食盐加碘防治碘缺乏病工作的认同和支持。

"碘缺乏病是由于自然环境缺碘,使人体碘摄入不足而造成的碘营养不良所表现的一系列损害的总称,主要包括地方性甲状腺肿、地方性克汀病、地方性亚克汀病、婴幼儿的智力损害等。其实质上属于微量营养素不良。"5月12日,许昌市疾控中心地方病防治科科长王艳对记者说。

碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量营养素,是人体合成甲状腺激素的主要原料。甲状腺激素参与人体新陈代谢,维持人体所有器官的正常功能,促进人体尤其是大脑的生长发育。

孩子的大脑发育从母亲怀孕就开始了,胎儿期和婴幼儿期(1到3岁)是孩子大脑发育的关键时期。如果孩子在胎儿期和婴幼儿期缺碘,会影响大脑正常发育,严重者会造成克汀病、聋哑、智力损伤等。我国2000年消除碘缺乏病以前,在碘缺乏病区的儿童中,5%到15%有轻度智力障碍(智商50到69个点)、6.6‰有地方性克汀病(呆傻症),严重影响当地人口素质。

"碘缺乏病是可以预防的,最简便、安全、有效的预防方法是食用碘盐。"王艳告诉记者,外环境缺碘的现状很难改变,如果停止补碘,人体内储存的碘最多能维持3个月。因此,需要长期坚持食用碘盐。

1994年,我国开始实施以普遍食盐加碘为主的防治碘缺乏病策略。经过多年的防治,我国的碘缺乏病防治工作取得了显著成效,我市也于2009年达到消除碘缺乏病的标准。近几年的监测结果显示,我市人群碘营养总体处于适宜范围。

2020年3月,国家颁布了行业标准——《碘缺乏地区和适碘地区的划定》(WS/T669-2020)。对照该标准,结合我市近几年监测结果,目前我市大部分地区仍属于碘缺乏地区。在碘缺乏地区,除了一些患有甲状腺疾病的居民因治疗需要可不食用或少食用碘盐外,其他居民都需要食用加碘盐。

王艳提醒,鄢陵县的部分村庄属于水源性高碘地区,生活在这些地区的居民从饮水和食物中已经摄入较高剂量的碘,应食用未加碘食盐。目前,这些村庄售盐点供应的正是未加碘食盐。

健康大讲堂 DAJIANGTANG
许昌市疾病预防控制中心 协办

地址:许昌市八龙路与龙兴路交会处 邮政编码:461000
电话:总编室4396809 记者部4396848 社会新闻部4396826 工信部4396881 文化生活部4396800 金融保险部4396838 医疗医药部4396876 摄影美术部4396819 新闻管理部4396812 传真4396862 年定价368.00元 零售价1.50元
办公室4396828 法制部4396887 教育部4396859 房产部4399603 汽车部4396897 商业部4399602 广告监管部4396818 发行中心4396850 广告经营许可证:许工商广发字[2017]001号 许昌日报社印刷厂(许昌市万通大道东段)印刷 今日8版