

# 空调病患者扎堆就诊

## 老人、孕妇、孩子易中招

本报讯(通讯员 高琳)当长沙高温飙升至38℃以上时,与气温一同飙升的还有呼吸病门诊人数。8月2日,长沙市中心医院呼吸科名医工作室一份门诊统计显示:7月16日至31日,该院呼吸病门诊人数近1800人,比7月上旬增长了近70%。其中就诊人数最多的一天达到了400余人,80%为“空调病”引发的呼吸道疾病。中招者主要是老年人、孕妇和3岁以下幼童。

“空调病”不是一种真正意义上的疾病,多指长时间使用空调后出现的各种不适。该院呼吸科名医工作室主治医师王菊芬解释,最常见的原因是使用空调后温差相差太大,温差过大时身体为了对抗低温,体温调节中枢就会紧急作出调节,就易导致鼻

塞、流鼻涕、拉肚子等不适。还有一个原因是空调吹出来的风湿度低,容易导致鼻腔和皮肤干燥,干燥的鼻腔黏膜,减小了病菌从呼吸道进入人体的阻力,上呼吸道就容易感染。第三个原因是室内不通风容易滋生细菌,容易引起肺部及上呼吸道的感染,如果有过敏体质还可能造成鼻炎、眼睛痒、头痛、眩晕及呼吸困难。还可能导致肺炎或哮喘等慢性阻塞性肺疾病。

大部分人离开空调房之后,不适症状会有所缓解和消失。但另一部分人就没那么幸运了。“空调病”引发的呼吸道疾病,以慢性阻塞性肺疾病、上呼吸道感染、以及慢性呼吸道疾病急性发作等病症为主。老年人、孕妇和3岁以下幼童是主要就诊人

群。

远离“空调病”,王菊芬提出四条建议:一是调整好空调的温度。注意室内外温差不要超过7摄氏度,室内温度维持在26-28摄氏度左右。冷热温差大容易导致人体排汗散热功能出现问题,建议空调白天温度在26℃、夜晚在28℃为宜,风速也要调低。二是注意空气流通。隔一段时间就要开窗通通风,防止房间氧气浓度下降,避免交叉感染。三是增加空气湿度。把湿度控制在40%-60%,病原体致病力、传播能力会迅速下降。同时记得多喝水,补充水分。四是及时清洗空调。每年使用空调前,最好请专业师傅对空调进行彻底的修理、清洗,尤其是出风口处。

■白衣天使风采

## 金云霞： 孕产妇的“娘家人”

在怀化市第五人民医院妇产科住院部和门诊之间,经常穿梭着一个头不高、留着齐耳短发、办事精干麻利、四十来岁的女医生,一会俯身指导下级医生,一会耐心细致查患者,她就是该院妇产科主任金云霞。20多年来,她用精湛的医术和时刻为孕产妇着想的仁爱之心,成了孕产妇心中的“娘家人”。

2016年的冬天,科里收治了一例重度子痫前期的孕妇,来院时已经抽搐昏迷,金云霞带领医护人员立即展开抢救,硫酸镁解痉、降压后,予急诊剖宫产术,手术顺利,母子平安。但产妇家境贫寒,金云霞得知后,立即掏出一千元钱送给产妇,并发动全科人员捐款,解决了产妇的燃眉之急。

2015年的夏天,科里来了一位前置胎盘大出血患者,情况十分紧急,金云霞立即带领科内医护人员进行术前准备,积极抢救患者。就在这时,金云霞突然接到电话,她的父亲突发肠梗阻住院,需要紧急手术,但考虑到病人情况紧急,刻不容缓,金云霞只好挂断电话,全身心投入到抢救工作中,患者终于转危为安。

国家二胎政策放开后,孕产妇特别是高龄产妇数量越来越多,随之而来的产妇生产安全显得尤为重要。金云霞带领科室医务人员,每周三免费开办孕产妇学校,从孕产期运动、孕期保健、孕期营养、分娩方式选择、母乳喂养等方面,给准妈妈们进行孕产期健康知识宣教。孕产妇学校自开办以来,已为200多名准妈妈提供了孕产期保健服务,深受广大孕产妇欢迎。

8000多个日日夜夜,金云霞先后收治病人1万余人,完成各类手术6000多台,治愈率达98.7%。2012年金云霞被评为“怀化市十佳医生”。

通讯员 刘国林



8月5日,湖南省妇幼保健院围绕“母乳喂养,共同坚持”为主题,开展了以家庭秀、情景剧等为内容的一系列母乳喂养科普宣教活动,倡导全社会积极参与和支持母乳喂养,营造良好的母乳喂养氛围。图为5个宝宝家庭展示的“母乳喂养家庭秀”,母乳喂养指导专家根据现场展示中出现的情况进行指导和纠正。记者 王璐 通讯员 黄欢 摄影报道

## 作业场所闻到“臭鸡蛋”味

### 疾控提醒:高温时节严防硫化氢中毒

本报讯(通讯员 黄邵玲)近日,长沙市疾病预防控制中心专家提示:在高温环境下,化工、造纸、纺织、印染等生产单位的作业车间,疏通阴沟、下水道,以及污水、污泥处理作业场所,要注意预防硫化氢中毒。

据了解,硫化氢是一种比空气重的无色、易燃、具有强烈腐败臭鸡蛋样气味、易积聚在较低部位、能溶于水的气体。主要经呼吸道吸收,消化道也可以吸收,经皮肤吸收很慢。一旦接触硫化氢,人体可出现刺痛、畏光、流泪、咽部灼热感等眼和上呼吸道刺激症状,以及头痛、头晕等神经系统症状。脱离接触后短时间内即可恢复。一次性大量吸取硫化氢,可导致人体急性中毒,出现明显的头痛、头昏、乏力、意识障碍甚至

肺水肿、猝死。

要预防硫化氢中毒事故的发生,第一,要提高预防硫化氢中毒的意识,建议可能产生、接触硫化氢的单位组织一次防硫化氢中毒的学习,组织职业技能演练,使一线操作工掌握自救互救技能,一旦发生事故,能有效地开展自救、互救;第二,完善预防硫化氢中毒的防护用品,比如安全绳、防毒口罩、携氧呼吸器等;第三,加强作业场所通风换气,做好含硫废气、废水排放前的净化除硫;第四,生产环境监测,对有可能发生硫化氢气体泄漏的区域设置自动报警器,发现问题及时解决;第五,对沟渠、下水道疏通,污水处理设施维修、污泥转运等可能接触硫化氢作业的场所,进入作业前需充分通风换气,佩戴供氧式防毒面具,并有专人监护。

市州连线

## 益阳市首家中医医疗联合体成立

本报讯(通讯员 王红江)8月3日,益阳市第一中医医院与益阳亚东康复医院医疗联合体举行揭牌仪式,标志着该市首家中医医疗联合体正式成立。

益阳亚东康复医院是该市最具规模、致力于康复医疗的民营专科医院;益阳市第一中医医院为该市唯一一家三级甲等中医医院。结成医联体后,益阳市第一中医医院将充分发挥自身优势,在医院管理、学科建设、技术帮扶、人才培养、设备共享等方面提供支持,还将定期派出专家对亚东康复医院进行查房和指导。两家形成上下联动、双向转诊、分级诊疗的运行机制,实现资源共享、优势互补、合作共赢的目标,以更好地为辖区百姓提供便捷、优质的医疗服务。

## 湘雅二医院专家 到社区开健康讲座

本报讯(通讯员 罗国凯)“听说湘雅二医院专家来我们社区讲课,我得赶紧去看看!”70多岁的范大爷患有心脑血管疾病多年,8月3日,在家人的搀扶下,他来到长沙市梅溪湖街道社区卫生服务中心大讲堂,听中南大学湘雅二医院著名心内科专家赵水平教授进行健康讲座。

讲座中,赵水平通过通俗的语言和丰富的实例,利用现场讲解、互动提问等方式,从心内科疾病的概念、如何预防、心内科疾病的治疗等方面深入浅出地进行了讲解和分析,阐明了心内科疾病预防、治疗、康复工作的重要性。他指出,健康生活方式可“战胜”心脏病致病基因。只要稍稍改变生活方式,就能预防80%的冠心病、90%的Ⅱ型糖尿病、50%的高血压。并且从营养搭配、适当运动等方面介绍了如何建立科学健康的生活方式。讲座后,赵水平为社区居民义诊,并对其中2例疑难病例进行了会诊。

## 武陵区启动基本公卫宣传月活动

本报讯(通讯员 曾惠 陈毅)8月2日,由常德市卫生计生委、武陵区人民政府联合主办、武陵区卫生和计划生育局承办的基本公共卫生服务项目宣传月活动启动,武陵区连续一个月的基本公共卫生服务集中宣传活动由此拉开帷幕。

此次宣传月活动以“基本公共卫生,我服务、你健康”为主题。启动仪式当天,该区丹阳、穿紫河、芷兰街道社区卫生服务中心等多家单位通过设宣传展板、发放健康手册、健康咨询等方式,向广大群众宣传国家基本公共卫生服务项目免费政策和服务内容。医务人员还现场为100余名群众进行了义诊义治和免费赠送药品。

## 耒阳市提高老人高龄补贴标准

本报讯(通讯员 贺丹 谭琼雄)近日,衡阳耒阳市提高老年人高龄津贴,千余名高龄老人受益。其补助标准为:90周岁-99周岁老人的津贴标准由原先的1000元/年提高到1200元/年;百岁老人高龄津贴标准由原先的250元/月提高到300元/月。高龄津贴由市民政局严格进行资格审核后提交市财政局统一实施打卡发放。

截至目前,上半年耒阳市新增对象350人,核减483人,经资格审核后,有1862名高龄老人已经享受提标后的高龄津贴。