

杭州某小学多名学生被紫外线消毒灯灼伤眼睛 紫外线消毒安全风险不容忽视

近日,杭州市余杭区某小学二年级3个教室因误开紫外线消毒灯,导致部分孩子眼睛被紫外线灯灼伤。据该校副校长介绍,9月1日上午9点,学校电工在断电故障排除过程中操作失误,不慎将二楼3个班级内的紫外线消毒灯开启,直到当天下午2点左右,部分学生出现眼睛发红、流泪等不适后才关闭了消毒灯,并组织学生进行相关治疗。学校为了消毒杀菌在教室安装紫外线消毒灯可谓用心良苦,但紫外线消毒灯使用不当会对人体产生伤害,所以一定要在保障安全的前提下,科学、有效地使用。



紫外线对人体有哪些伤害?

紫外线杀菌具有无色无味无化学物质残留等优点被广泛应用于日常生活中,如各种易于滋生细菌的场所,或对环境质量要求较高的地方,如病房、手术室等,现也用于一些电器产品内,如空气净化器、新风机等。由于紫外线对人体会产生一定伤害,使用时一定要注意安全。

当紫外线杀菌消毒灯开启时,所有人员必须离开消毒场所,避免被紫外线灼伤。皮肤一旦被紫外线灯照射,轻者会出现红肿、疼痛、脱屑,重者甚至会引发皮肤癌变。同时,紫外线还是眼睛的“隐形杀手”,紫外线会损伤角膜的上皮细胞,被紫外线灯照射两个小时以上就会出现不同程度的异物感,严重时还会有刺痛、流泪甚至眼睛痉挛和模糊等现象,引

起结膜炎、角膜炎,长期照射还会导致白内障。

被紫外线消毒灯灼伤后如何处理?

当皮肤不慎被紫外线灯灼伤时,可立即在患处涂抹茶油或护肤霜,轻者几天可恢复,严重者连续涂抹护肤霜3~4天,注意不要用力擦洗灼伤部位,一般一个星期后灼伤部位会自动脱皮痊愈。如果眼睛不慎被灼伤,应立即躺下,闭上眼睛,用冷毛巾对眼部进行冷敷,以减轻眼睛充血,且有助快速止痛,同时及时更换毛巾,直到疼痛缓解为止。

如何科学使用紫外线消毒灯?

摆放位置不可随意 由于紫外线在空气中穿透能力极弱,很难达到远距离杀菌,所以使用时要尽量放置在主要除菌位置。紫外线和太阳

照射一样会有老化效果,贵重物品、家具等应尽量远离。

照射时间有所限制 紫外线照射时间一般以30~60分钟为宜,每立方米需1.5W的紫外线消毒灯,即每20平方米空间需要一盏30W的紫外线消毒灯,以此类推。

杀菌环境保持清洁 环境是否干燥清洁会影响紫外线消毒灯的杀菌效果,环境温度在27℃~40℃时,紫外线的输出强度最大,湿度过大或粉尘过多都会降低消毒灯的杀菌能力。

黑暗环境效果更佳 使用紫外线消毒灯时,最好关闭门窗、拉上窗帘,黑暗的环境更利于紫外线发挥杀菌作用。消毒后关闭紫外线灯,打开门窗,经过充分通风换气后方可进入室内。

定期更换消毒灯管 消毒灯都有慢漏现象,在使用8000小时以后,需要及时更换灯管,一般一年更换一次。

战略支援部队特色医学中心
苏琳

溃疡性结肠炎到底是一种什么病?

近日,日本首相安倍晋三因健康问题辞去首相一职。据悉,他从十几岁起被诊断为溃疡性结肠炎,该病发作时导致严重的腹痛、腹泻、脓血便,8月期间曾连续两次因此病前往医院接受诊治,并被告知需要全面接受一年治疗。溃疡性结肠炎到底是一种什么病?

溃疡性结肠炎是什么病?

溃疡性结肠炎是一种累及结肠和直肠的慢性非特异性炎症性疾病,病因尚不明确,一般认为与微生物感染、精神因素、遗传、药物、肠道菌群失调有关。这种疾病的特点是:病因不明确、慢性、非特异性。“病因不明确”代表这种疾病致病机制的复杂性;“慢性”代表该疾病病程的迁延性;“非特异性”代表该疾病治疗的难治性。该病的全球年发病率约为12/10万,主要发病年龄段为15~25岁人群,其次是50~60岁人群。

溃疡性结肠炎有哪些症状?

(1)反复腹泻,常伴有粘液脓血,程度与疾病的活动度密切相关,可伴有里急后重感;(2)腹痛:部位多位于左下腹和下腹,严重时可有全腹痛;(3)营养不良:如体重减轻、低蛋白血症、贫血等;(4)发热;(5)生长缓慢:幼时发病者,若疾病控制不理想可致生长缓慢;(6)肛外表现:外周关节炎、结节性红斑、虹膜炎、反复口腔溃疡、骶髂关节炎、强直性脊柱炎、坏疽性脓皮病、原发性硬化性胆管炎等。

溃疡性结肠炎如何治疗?

临床上诊断溃疡性结肠炎尚无金标准,需要结合临床表现、肠镜、病理,并排除肠结核、细菌性痢疾、阿米巴痢疾、巨细胞病毒肠炎、艰难梭菌感染、肠癌、缺血性肠病等疾病后作出。

临床上按其病情的严重程度可分为轻、中、重度,轻中度患者通过积极治疗可长期维持缓解状态,但容易反复发作,不能彻底根治,如不及时治疗可并发中毒性巨结肠、肠穿孔、结肠癌等。目前没有能够彻底治愈该病的药物,比较有效的药物有水杨酸制剂(如美沙拉唑)、糖皮质激素(如强的松)、免疫抑制剂(如硫唑嘌呤)、生物制剂(如单克隆抗体),以及中医药等。

如何缓解溃疡性结肠炎症状?

溃疡性结肠炎虽然无法根治,但患者可以通过合理的药物治疗及调整生活方式、饮食习惯等,以减轻症状并长期维持缓解状态。如(1)低脂饮食:因脂肪可加重腹泻,加重溃疡性结肠炎患者症状;(2)限制膳食纤维:膳食纤维本是健康食物成分,但遗憾的是它可以加重溃疡性结肠炎的症状。所以,该类患者应尽量少吃水果、蔬菜、全谷粗粮、坚果类食物,轻度及缓解期患者可以将水果、蔬菜削皮、剁碎、煮熟或榨汁吃;(3)中重度患者需限制奶制品:研究发现,中重度患者通过少吃或不吃奶制品,可使腹痛、腹泻、腹胀等症状得到缓解或消失。但是,限制奶制品有可能导致钙摄入不足,因此,这类患者需注意补钙。轻度或处于缓解期的患者可以适当摄入奶制品;(4)不暴饮暴食,少食多餐,少吃辛辣食物,不吃碳酸类饮料以及含咖啡因和酒精的饮品;(5)由于存在个体差异,患者对平时的饮食应多个心眼,对于容易加重症状的食物应尽量少吃。

上海仁济医院南院消化科 黄美兰
上海中医药大学附属龙华医院

副主任医师 朱凌宇

筑牢三道“防火墙” 预防出生缺陷

9月12日是“中国预防出生缺陷日”,统计数据显示,我国是世界上出生缺陷高发国家之一,发病率为5.9%,也就是说,我国每年大约有90万有缺陷的新生儿出生。什么是出现缺陷?如何预防出生缺陷?我们来听听衡阳常宁市中医医院妇产科主任、副主任医师刘丽芳是怎么说的。

什么是出生缺陷?

因近亲结婚、高龄妊娠、孕期营养缺乏、病毒感染,以及孕妇患有糖尿病,误用某些药物,吸毒、吸烟、饮酒,接触到汞、铅、苯、农药、X射线有毒有害物质,造成胎儿在出生前就已经发生的形态结构、功能代谢、精神、行为等方面的异常称为出生缺陷。形态结构异常表现为先天畸形,

如无脑儿、脊柱裂、兔唇、四肢异常等,生理功能和代谢缺陷常导致先天性智力低下、聋哑等异常。

如何预防出生缺陷?

预防新生儿出生缺陷,要筑牢三道“防火墙”。

孕前检查是第一道防火墙。 夫妻双方怀孕之前要做好孕前检查,包括是否携带地中海贫血基因,夫妻双方是否有家族遗传病,是否存在风疹病毒、巨细胞病毒、单纯疱疹病毒和弓形虫感染,是否存在感染性疾病或慢性消耗性疾病等。此外,如果孕妇有心脏病、高血压等病要做好评估。

产前检查是第二道防火墙。 女性在怀孕之后要定期进行产前检查,孕早期通过HCG等指标的水平 and B超确定妊娠囊、胚胎是否发育正

常,通过定期的超声检查确定胎儿NT水平以及各个组织器官发育是否良好。整个孕期至少要做4次B超检查,分别是孕中期和孕晚期,俗称大排畸和小排畸,临产前还要做超声了解胎位、胎儿大小等。

新生儿筛查是第三道防火墙。 宝宝出生后要及时进行新生儿筛查,以便早日确诊某些遗传性疾病和先天性疾病等,如先天性甲状腺功能低下、苯丙酮尿症,确诊缺陷的宝宝要尽早诊断和治疗,尽可能降低疾病带来的不良影响。

除此之外,刘丽芳还强调,预防出生缺陷还需要各位孕妈的身体力行,做好孕期保健,坚决改变不良的生活方式,戒烟限酒,孕期避免接触有害有毒物质、谨慎用药等。

常宁市中医医院 彭小绿