

# 高温天气,一旦中暑如何应对?

**本报讯** (通讯员 李珊) 近期,全国多地连续发布高温预警。中南大学湘雅三医院120急救中心主任左钰提醒,高温天气要注意预防中暑。

左钰介绍,65岁以上老年人、婴幼儿、儿童及慢性病患者中暑的风险最大。在高温高湿天气进行重体力劳动或剧烈体育运动者,即使是健康的年轻人也可能发生高温中暑。

中暑可分为先兆中暑、轻度中暑、重度中暑三种类型。先兆中暑者会出现口渴、食欲不振、头痛、头昏、多汗、疲乏、虚弱等症状,体温正常或略有升高,一般不超过37.5℃。但因为这些症状往往缺乏特异性,不易引起大家的重视。轻度中暑者可能出现恶心、呕吐、心悸、脸色干红

或苍白、注意力涣散、动作不协调,以及体温升高大于38.5℃等症状。重度中暑是指除上述轻度中暑症状外,还伴有肌痉挛、腹痛、高热、昏迷、休克等,严重者可危及生命。

左钰表示,一旦发现有人中暑,先兆中暑可及时自行处理,而轻度中暑尤其是重度中暑者,应拨打“120”急救电话求援,并进行力所能及的现场急救。

**要脱离中暑环境。**停止活动,迅速脱离高温、高湿环境,转移患者至通风阴凉处,尽快除去患者全身衣物。如果条件允许,可将患者转移至有空调的房间,建议室温调至16℃~20℃,让患者静卧休息。

**量体温。**快速测量体温,最好是核心温度,通常使用直肠温

度来反映核心温度。如现场无法测量核心温度,也可测量体表温度(腋温或耳温)做参考。如腋温或耳温不高,也不能排除热射病,应每10分钟测量一次或持续监测体温。

**快速降温。**对于高热患者,快速、有效、持续降温在中暑急救中尤为关键。最好在2小时内将患者体温由40℃以上降至38.5℃。可使用蒸发降温、冷水浸泡等方法降温。

**快速补液。**如果患者清醒,没有恶心呕吐,可以喂其喝淡盐水或者运动饮料,也可服用人丹、十滴水、藿香正气水等中药。

**控制抽搐。**如患者出现抽搐等症状时,应迅速用口腔垫压舌板或其他硬物压住舌头,防止舌咬伤的同时保持呼吸道通畅。



## 中国疾病预防控制中心 来湘调研科技教育和 培训支撑疾病防控体系发展

**本报讯** (通讯员 李圣琳 刘秀英) 6月28日,中国疾控中心副主任施小明一行五人莅临湖南省疾控中心新址开展科技教育和培训支撑疾病防控体系发展调研。

座谈环节,湖南省疾控中心参会科室负责人就本领域关切的问题进行提问,包括国家级重点实验室、国家级专业基地的遴选、科技管理部门的改革、“十四五”重大专项的启动、信息化建设、基层疾控机构实验室人员能力提升等。中国疾控中心调研组专家对相关问题进行了逐一作答。

施小明表示,目前社会各界都关注公共卫生人才的培养,从很多层面给予了支持,实验室的能力提升项目也会加强;湖南省疾控中心需进一步加强人才引进,提升科技创新能力提升,加强与高校合作,实现优势互补,协同发展,互利共赢。

最后,湖南省疾控中心主任高立冬表示,湖南省疾控中心将加强科技创新、教育培训,推动人才培养,带动全省疾控机构,锐意进取,推动疾病防控体系的改革发展,做好公共卫生服务,为全省6000多万人口的健康保驾护航。

## 人工髋关节成功置换 让88岁老人放“髋”心

**本报讯** (通讯员 谭海玉 向佳) 近日,长沙县星沙医院骨科成功为一名88岁高龄老人实施髋关节置换手术,老人术后三日便可下床行走,如今已康复出院。

“没想到年纪这么大了,手术效果这么好,真心不错!”家属手捧着一面印有“医德高尚医术精,护理一流暖人心”的锦旗送到了医院。

不久前,家住长沙县星沙街道凉塘路社区的陈大娘在家中不慎跌倒后,感到右髋部疼痛剧烈,无法正常活动。1周后,陈大娘右髋部疼痛无明显缓解并出现胸闷、气促,由家人送至该院就诊,诊断为“右侧股骨转子间粉碎性骨折”,随即住院治疗。

鉴于陈大娘高龄,且多年来合并有高血压、糖尿病、冠心病、脑梗塞等多种内科基础疾病,近期又出现胸闷、气促、肺部感染,在家长期卧床可能导致肺部感染加重、泌尿系感染、褥疮、下肢深静脉血栓等各种并发症,会严重影响其生活质量及生命安全。因此,该院骨科科室主任刘叁带领专家团队对老人身体状况进行了全面评估,并联系麻醉科、ICU、心血管科、呼吸内科等科室进行MDT多学科会诊,讨论患者病情,制订了详细的综合治疗方案。

大家一致认为,为实现早期下床活动,对其实施右髋关节置换术是目前最佳的治疗方案。通过与病人及家属充分沟通,积极完善术前准备,在手术麻醉科团队的密切配合下,骨科专家团队成功为老人实施了右侧髋关节置换术。手术顺利,术后老人生命体征平稳,转入普通病房,复查DR显示假体位置良好,第三天即在助行器的辅助下下床活动,目前老人已经康复出院。

## 暑假健康宣教

6月27日,学校临近暑假,衡阳市祁东县卫健局组织医务人员,深入学校等地,对学生开展防溺水、增营养、护视力、爱劳动等健康宣传。

通讯员 何晓晓 摄影报道



## 郴州市北湖区计生协优生优育服务指导中心挂牌

**本报讯** (通讯员 何作为 曹丽媛) 6月30日,郴州市北湖区妇幼保健计划生育服务中心燕泉路院区举行北湖区计生协优生优育服务指导中心成立暨揭牌仪式。旨在通过区计生协和区妇幼保健计划生育服务中心通力合作,整合计生协组织网络优势和

妇幼保健计划生育服务中心的专业技术力量,提升全区优生优育服务水平,筑牢人口质量“第一道防线”。

北湖区副区长何蔚要求,该中心在区委、区政府和区卫健局的统一领导下,整合资源,着力抓好优生优育服务工作。重点要

加强中心的基础设施建设,人才建设,争取锻造一流的指导中心;进一步增强主动服务意识,多举措开展“妇幼健康、优生优育”进基层活动;为辖区妇女儿童提供系统、规范的优生优育全程服务指导,为构建和谐北湖、健康北湖奋斗。

## 从面对面到心贴心 道县人民医院积极推行“卓越服务”

**本报讯** (通讯员 柏华林 胡玲霞) “大爷您好!我院内科各诊室已经搬到了一楼,挂好号请跟我来。”7月4日上午,在永州市道县人民医院门诊大厅,导诊护士正在引导挂号的患者到大厅一楼内科诊室就诊。

为了进一步改善就医环境,提升就医体验,7月3日开始,该院把所有的内科诊室搬入门诊部一楼,原来分散在3-5楼的外科、康复科门诊搬到2楼。一楼新开设的内科诊室包括呼吸与危重症医学科、心内科、内分泌科、神经内科、便民门诊、肿瘤血液科、消化内科、全科医学、内分泌科(糖尿病标准化防控中心)、PICC门诊、伤口造口门诊等11个诊室,候诊大厅摆放了舒适的候诊椅,开放空调,设置导诊台和电子叫号系统。为了做好相关的配套服务,把原本设在4楼检

验科的抽血室也搬到了一楼门诊的旁边,进一步方便了患者。

近年来,该院坚持人民至上,生命至上,坚持以人民健康为中心,实施医疗服务十大惠民举措,不断提升患者就医体验。成立院前服务中心,创新服务理念;服务端口前移,加强引导服务;开展病区新入院患者走访慰问;开展出院患者电话回访,回访率已经达到63.69%。推行“全院一张床”。在全市率先设立住院服务中心,推行“院内一张床”管理,极大缓解病床紧张、“住院难”等突出问题。转诊“院外一个号”。切实履行医共体总院牵头单位的职责,对双向转诊病人统一使用一个值班电话号码,24小时有人值班值守;开通转诊病人绿色通道,提前安排就诊和床位,通过绿色通道服务病友2500

余人次,基本形成“基层首诊、双向转诊、急慢分治、上下联动”的分级诊疗格局。进一步加强门诊精益化管理,优化服务流程,规范统一标识,合理摆放等候椅,美化亮化环境,着力为患者提供整洁、便捷、温馨的就医环境。提升门诊服务能力,开设中医外治、产后康复等专科门诊。加快智慧医院建设,让信息多跑路,让患者少跑路。诊室整合优化,将门诊各楼层分散的诊室、收费窗口、采血室进行整合,尽量安排在低楼层,缩短就诊距离,节约患者上下楼层跑动的的时间。

