

暴雨灾害过后， 怎样预防传染病？

近期，北京、河北、山东、河南等地暴雨灾害严重，除了对人们的生命和财产造成重大损失外，灾后的传染病也是当地人们面临的新的挑战。在暴雨灾害过后，预防传染病成为当务之急。那么，应该如何采取措施来预防传染病呢？



暴雨灾害后易出现哪些传染病？

1. 肠道传染病 暴雨灾害易导致饮水和食物受到污染，因此肠道传染病如细菌性痢疾、沙门氏菌感染、霍乱等可能发生流行。这些疾病通过摄入含有病原体的被污染的食物或水源而传播。

2. 呼吸道传染病 暴雨后，湿度和温度的变化有助于呼吸道疾病，如流感、感冒、肺炎等的传播。这些疾病主要通过飞沫传播，在人群密集处容易传染。

3. 皮肤感染 由于暴雨灾害造成的洪水和污水滞留，容易引起皮肤感染，如真菌感染、细菌性皮肤感染等。

4. 虫媒传染病 暴雨灾害会导致蚊虫繁殖区域增加，增加了蚊虫传播的传染病的风险，如疟疾、登革热等。

5. 肺部疾病 在强烈暴雨灾害中，雨水可能会带有有毒气体和化学物质，对呼吸系统造成损害，从而可能引发肺部疾病。

暴雨灾害后，如何预防传染病？

1. 保持个人卫生 在暴雨灾害过后，我们应该特别注意个人卫生。勤洗手、剪指甲、洗头发等对于预防传染病帮助很大，使用洗手液或者含有酒精成分的消毒剂可以更彻底地清洁手部。

2. 正确处理废物和污水：暴雨灾害可能导致道路阻塞和排水系统受损，进而造成废物和污水的滞留。这些废物和污水中可能存在致病菌和病毒，因此正确处理废物和污水至关重要。避免直接接触废弃物，选择安全的方式进行处理，如尽快清理和消毒。

3. 定期清洁和消毒环境 暴雨灾害会污染生活环境，容易藏匿细菌和病毒。因此，定期清洁和消毒环境是预防传染病的重要措施之一，特别是厨房、卫生间和用餐区域，应保持干净卫生。

4. 饮食安全 在暴雨灾害过

后，食品安全尤为重要。避免食用已经受到污水浸泡的食物，特别是生肉、蔬菜和水果。同时，饮用水要保证安全，使用煮沸或者已消毒的水源。

5. 加强个人免疫力 个人的免疫力是预防传染病的关键。通过均衡饮食、适量运动、充足休息等方式，增强自身免疫功能。此外，根据当地卫生部门的建议，及时接种疫苗也是重要的措施之一。

6. 保持良好通风 保持室内良好通风，有助于减少病原体在室内的传播。打开窗户，尽量让空气流动是很有效的措施。

7. 加强健康教育 增强居民的健康意识和对传染病的认知是预防传染病的基础。加强健康教育工作，向公众普及预防传染病的知识和技能，有利于提高整个社区居民的健康水平。

常宁市人民医院 王生明

做尿液检查注意这些 确保准确性

尿液检查是一种常见的医学检查方法，通过检测尿液中的成分和特征，可以为医生提供有关肾脏功能、泌尿系统健康以及其他身体状况的重要信息。正确进行尿液检查并遵循一些注意事项，可以确保检查的准确性和有效性。下面来了解如何做好尿液检查以及一些需要注意的事项。

尿液检查中哪些错误操作会导致检测结果不准？

1. 使用不洁净的容器 如果使用未彻底清洁或消毒的容器，其中可能存在细菌或其他污染物。这可能导致一些异常结果的出现，误导医生的诊断。

2. 尿液采集不当 如果不按照正确的方法采集尿液样本，可能会导致样本受到污染或损坏，从而无法验证尿液检查的准确性。例如，采集过少的尿液或者采集的是首次排尿的尾尿而不是中段尿液。

3. 不适当的储存和运输 尿液样本如果长时间无法储存或是错误的运输方式，可能导致尿液中某些成分的降解、变化或蒸发，影响结果的准确性。

4. 饮食或药物干扰 某些食物、补充剂或药物（如染色食物、维生素C等）可能会影响尿液的成分或颜色。

尿液检查的注意事项

1. 在医生指导下操作 尿液检查需要在医生或医疗专业人员的指导下进行。专业人士会给出具体的指示和注意事项，请按照其专业建议进行操作。

2. 使用清洁容器 确保使用干净、无菌的尿液容器。最好使用医用尿液容器。在使用之前，确保容器没有任何污垢或杂质。

3. 收集合适的尿液样本 根据医生或医疗专业人员的建议，在早晨首次排尿时收集中段尿液。在开始排尿后1~2秒钟，将尿液容器放在尿液流下方以收集足够的尿液。

4. 避免污染 为了避免尿液污染，女性在排尿前要注意将外阴进行清洁，并将阴唇分开。男性在开始排尿前要及时推开包皮，以免尿液与包皮接触。

5. 注意时间 在采集尿液样本时，及时进行检查或根据医生的建议进行储存或运输。如果尿液放置太久，其中的成分可能会发生变化，这可能会影响检查结果的准确性。

6. 注意饮食和药物 某些食物和药物可以影响尿液的颜色和成分，从而干扰尿液检查结果。在进行尿液检查前，避免临时摄入食物或药物，或根据医生的建议进行调整。

7. 标记和描述样本 在容器上清楚地标记个人信息，如姓名、年龄和采样时间。必要时，向医生或医疗专业人员提供与尿液样本相关的任何其他信息。

总之，做好尿液检查需要正确收集样本和遵循相应的注意事项。密切配合医生和化验员的指导，避免可能影响尿液样本的因素，确保尿液检查结果的准确性，并及时与医生交流任何疑虑或提问。

永州市祁阳市人民医院检验科 雷立军

血液透析患者血管通路堵塞的紧急再通及护理

血液透析是一种用于肾功能衰竭患者的治疗方法，通过透析机清除血液中的废物和余液。对于需要长期进行血液透析的患者来说，保持血管通路的畅通非常重要。然而，在一些情况下，血管通路可能会发生堵塞，这时需要进行紧急再通和护理。下面就血管通路堵塞的紧急再通和护理作简要介绍。

什么是血管通路堵塞

血管通路堵塞，是指供给透析机使用的动静脉血管通路发生阻塞或狭窄，导致血液无法顺利流经透析机。堵塞的原因常包括血栓形成、内膜增生或血管瘤等，及时处理和护理是避免严重并发症的关键。

血液透析者血管通路堵塞紧急再通的具体措施

1. 超声导引溶栓 超声导引溶栓技术是通过超声仪器辅助实施血栓溶解治疗。医生可以借助超声成像技术实时观察血管和血栓的情况，并精确注射药物进行溶栓治疗。这种方法安全有效，常用于堵塞较为严重的情况。

2. 血栓机械解除 血栓机械

解除是通过引入特殊的器械切除或吸出血管内的血栓。在专业医生的指导下，使用血管通路置管道具和导管来清除血栓，使血管恢复通畅。

3. 血管扩张手术 对于血管狭窄或瘤样增生，可能需要进行血管扩张手术，恢复血管通畅。手术过程中，医生会使用特殊的扩张器具或支架来增大血管腔径，使血液顺利流经通路。

血液透析者血管通路堵塞的护理措施

1. 观察和监测 定期观察血管通路的外观和颜色，注意是否有渗漏、红肿或疼痛等异常情况。同时，定期测量血流量和压力，了解通路的功能状态。

2. 清洁和消毒 保持血管通路周围区域的清洁和干燥，避免细菌感染的发生。使用无菌技术进行通路处置，避免交叉感染。

3. 避免压迫 避免在通路位置施加过多的压力或压迫。例如，不要穿着过紧的衣物，下机后压迫止血不宜过紧，日常生活中避免外力击打通路，避免睡觉时将身体压迫在通路上。

4. 预防血栓形成 鼓励血液透析者按照医生的建议进行抗凝治疗。例如，使用肝素或其他抗凝剂，以预防血栓形成。另外，合理控制血液透析过程中的压力和流量，也有助于减少血栓的发生。血液透析患者在透析过程中或日常生活中，应定时监测血压，长期低血压或血压骤然降低也会引起血栓形成的可能。

5. 定期复查和检测 定期进行通路的超声检查、血流动力学监测等，以了解通路的状况，及时发现并处理问题。

6. 积极配合治疗 血液透析者应积极参与治疗，按照医生的建议进行透析治疗，并定期复诊。同时，控制好高血压、糖尿病等基础疾病，以减少对血管通路的损害。

总之，紧急再通和护理过程需要在专业医生的指导下进行，并且严格遵守操作规范和无菌技术。此外，作为血液透析者，应积极参与治疗过程，接受定期复诊和检查，与医护人员保持沟通，以确保血管通路的安全和效果。

怀化市第五人民医院 刘小花