

布氏杆菌病的防治

布氏杆菌病又被称为布鲁氏菌病，是由布鲁氏菌引发的人畜共患传染病。最早发于牛羊等动物，人类在接触感染动物的排泄物或是摄入感染动物制作的食物后，就可能会患病。该疾病多发于畜牧区，由于春夏季多为动物产仔季节，当人接触到感染动物的粪便、尿液、奶、胎盘、流产产物等物品时，就有可能感染布鲁氏菌。另外该病菌具有顽强的生命力，能在冻肉及奶制品中存活数月，有极高的危险性。感染布氏杆菌后，及时治疗基本都能治愈，但因其可能会引起大面积传染，所以依然要做好疾病防治工作。那么该如何防治布氏杆菌病呢？

布氏杆菌病的传播途径

消化道传播 是主要的传播途径之一，当人类摄入感染动物制作的食物后，就可能会被病菌感染，如未经巴氏消毒的牛奶、冰激凌、黄油、奶酪、未熟透的肉类等。

呼吸道传播 研究得知布鲁氏菌能在空气中存活，工作人员、农民、屠宰场工人若在现场吸入了含有布鲁氏菌的气溶胶，也会感染布氏杆菌病。

皮肤及粘膜接触 感染动物的血液、精液、胎盘中含有大量布氏杆菌，病菌能通过伤口、眼结膜等部位进入人体从而引发布氏杆菌病。但在日常生活中，与感染动物正常接触，如，抚摸、玩耍等并不易感染。根据研究，虽然布氏杆菌病极少出现人传人情况，但性交、输血、骨髓移植等依然有可能会感染布氏杆菌病。

布氏杆菌病的症状

布氏杆菌病有着一定潜伏



期，多数为1~3周，少数患者会长达数月到一年。反复发热伴大汗淋漓是布氏杆菌病最突出的症状，部分患者的发热会呈现为波状热，其体温会迅速升高至39℃以上，之后数日内会逐渐下降至正常水平，随后再次升高，如此反复。

另一些患者则仅仅会出现低热，从而导致误诊。布氏杆菌病还可能伴有寒战、疲惫、乏力、关节痛、肌痛、背痛、体重下降、厌食等症状，部分患者的症状可能会超过一年，还会诱发感染，引发脊柱炎、关节炎、心内膜炎等，此外布氏杆菌病患者还会存在肝、脾和淋巴结肿大的情况。

如何防治布氏杆菌病

淘汰疫畜 当发现牲畜感染了布氏杆菌病后，牧民要及时向当地畜牧单位报告，及时将病畜送往专门地点进行屠杀，在屠杀过程中要加强个人防护，以免被感染。屠宰后的牲畜采取焚烧或者深埋等无害化处理。

预防接种 疫苗是對抗疾病的重要手段，目前疫苗分为人预防疫苗和畜预防疫苗。在开始饲养牲畜时，牧民一定要按照畜牧单位的规章制度，为牲畜接种各类防病疫苗，以提高牲畜对布氏杆菌病的抵抗能

力，同时，高危人群也可接种布氏杆菌病疫苗。

消毒和控制 平时食用肉类时要保证肉类烹制完全熟透；选择经过了巴氏消毒的奶制品，避免直接饮用鲜奶。牧民与畜牧工作人员合作，定期对牲畜健康情况进行检查，一旦发现患有布氏杆菌病的牲畜，要及时进行处理，并对整个区域进行消毒。同时，牧民要定期对家、畜牧点进行消毒处理，平时在畜牧处理时要尽量戴手套、面罩等防护用品，避免布氏杆菌通过伤口、眼结膜、口腔、鼻腔等进入人体，造成感染。工作结束后，可用肥皂水、来苏儿等洗手，能有效避免布氏杆菌残留在手上，之后附着在食物中进入人体造成感染。屠宰牲畜后，皮毛最好在阳光下晾晒1~3天，让紫外线消灭残留的布氏杆菌，或是使用环氧乙烷熏蒸消毒，由于布氏杆菌抵抗力并不强，多数常用的消毒剂能有效将其杀灭。

改变家畜饲养方式 饲养家畜要进行圈养，尽量不要散养、混养，避免家畜直接接触水源，无论是成畜还是幼畜，都不要室内饲养。在对牲畜圈舍清洁或是照料牲畜时，一定要做好个人防护，在劳动后要及时将防护用品消毒清洗，并放在太阳下晒干。

布氏杆菌病是一种人畜共患传染病，容易在牧区造成大规模传播，不仅会让牲畜大量死亡，造成牧民的经济损失，还会感染人体，对人体健康造成威胁。因此，做好布氏杆菌病的防治对于牧区来说十分重要，只有将布氏杆菌病扼杀在萌芽状态，才能减少其对畜牧业生产、食品安全、人体健康的影响和危害。

广西医科大学第一附属医院
蔡筱雯

骨伤疾病康复护理知识

骨伤疾病是指由于外力作用导致的骨骼、关节、肌肉等部位的损伤。常见的骨伤疾病包括骨折、扭伤、关节脱位等。这些疾病可能会对患者的身体造成严重的伤害，因此正确的康复护理对于患者的恢复至关重要。

骨伤疾病的康复护理知识

休息与活动 在骨伤恢复期间，患者需要充分休息，避免过度活动和负重。适当的活动有助于恢复肌肉力量和关节灵活性，但过度活动可能会加重损伤。

冷热敷 在骨伤发生后的24~48小时内，可以采用冷敷的方法来减轻肿胀和疼痛。随后可以改为热敷，有助于促进血液循环和淤血的消散。

药物治疗 根据医生的建议，可以使用一些消炎止痛的药物来缓解疼痛。

康复锻炼 在骨伤恢复期间，适当的康复锻炼是必要的。通过锻炼可以增强肌肉力量，改善关节灵活性，从而有助于骨伤的恢复，但锻炼的强度和时间应根据患者具体情况而定。

心理护理 骨伤疾病可能会给患者带来巨大的心理压力和不适感。因此，心理护理也是康复护理的重要组成部分。家属和医护人员应当给予患者关心和支持，帮助患者缓解心理压力，积极面对疾病。

骨伤疾病的康复护理是一个综合性过程，需要患者、家属、医护人员等多方面配合。在康复过程中，患者应当遵循医生的建议，注意休息、冷热敷、药物治疗、康复锻炼等方面。同时，心理护理也非常重要，患者应当保持积极的心态面对疾病。

潍坊市中医院 孙娜

保持健康生活，预防老年冠心病

冠心病，即冠状动脉粥样硬化性心脏病，是一种由于冠状动脉发生粥样硬化，导致血管狭窄、阻塞，进而引发心肌缺血、坏死的一种疾病。要降低老年罹患冠心病的风险，保持健康的生活方式至关重要。

合理饮食 饮食是预防冠心病的关键。首先，应保持低盐、低脂肪的饮食，少吃油炸食品和含脂肪高的食物。此外，增加富含纤维的食物，如蔬菜、水果、全谷类和豆类，有助于降低胆固醇水平。适量摄入优质蛋白质，如鱼、瘦肉、豆类和豆制品，有助于保持身体健康。

适量运动 运动是保持身体健康的重要方式。老年人可以选择适合自己的运动方式，如散步、太极拳、广场舞等，适量的运动有助于增强心肺功能，提高身体的抵抗力。

控制体重 肥胖是冠心病的重要危险因素之一。因此，保持正常的体重对于预防冠心病至关重要。老年人应定期进行体重监测，合理控制饮食，适当增加运动量，以达到减轻体重的目的。

戒烟限酒 吸烟和过量饮酒是冠心病的主要危险因素之一。戒烟限酒对于预防冠心病具有重要意义。

定期检查 老年人在日常生活中应定期进行身体检查，了解自己的身体状况。如果出现身体不适，应及时就医，以便尽早发现冠心病的症状并进行干预。

总之，老年冠心病预防需要从多个方面入手，包括合理饮食、适量运动、控制体重、戒烟限酒、保持良好心态以及定期检查等。这些措施有助于降低患病风险，保持健康生活。

山东省慢性病医院
(山东省康复中心) 刘慧君

血常规检验在健康管理中的应用

血常规检验是一种常见的医学检查方法。通过采集血液样本，对血液中的红细胞、白细胞、血小板等细胞数量和形态进行检测和分析。这些指标可以反映机体的免疫功能、感染和炎症等情况，为临床诊断和治疗提供重要依据。血常规检验的常用方法包括血细胞计数仪法、显微镜和自动血细胞分析仪检查法等。本文将介绍血常规检验的原理、应用、注意事项以及在健康管理中的应用。

血常规检验的应用

1. 评估机体免疫状态 免疫细胞的数量和活性可以反映机体的免疫状态。血常规检验可以检测免疫细胞的数量和比

例，评估机体的免疫功能。

2. 检测慢性疾病 许多慢性疾病如糖尿病、高血压等会对血液中的细胞成分产生影响。血常规检验可以检测这些慢性疾病对血液成分的影响，为疾病的早期发现和治疗提供依据。

3. 评估营养状况 血液中的细胞成分与营养物质的摄入和利用密切相关。血常规检验可以了解机体营养状况，指导饮食和营养素的补充。

4. 评估妊娠风险 孕妇的血常规检验结果可以反映孕妇的妊娠反应、贫血等情况，为妊娠风险评估提供依据。

血常规检验的注意事项

1. 样本采集要规范 采集

血液样本时，要选择合适的采血部位，避免过度挤压和搓揉，以免影响检验结果。

2. 样本保存要得当 采集后的血液样本要及时送检，避免长时间放置在常温环境中，以免影响检验结果。

3. 检测过程要标准 血常规检验要采用规范的检测方法和仪器，确保检测结果的准确性和可靠性。

总之，血常规检验在健康管理中不仅可以帮助我们了解机体的健康状况，还能指导疾病的早期发现和治疗，在健康管理中发挥着重要的作用。

电子科技大学医学院
附属绵阳市中心医院 高宁烛