

如何防治脊髓灰质炎

记者 宋伟 刘晶

近期美国纽约州卫生部门报告1例脊髓灰质炎确诊病例,这也是美国2013年后的首个病例,同时该州多次在废水中检测到脊髓灰质炎病毒,该州宣布进入紧急状态。民众纷纷担心该病会卷土重来。脊髓灰质炎曾经是美国最可怕疾病之一,大约有1/200的病人最终肢体残疾,严重者因呼吸机麻痹而死亡。在相关疫苗出现后,于1979年在美国宣布被消灭。目前纽约的脊髓灰质炎疫苗接种率仅为79%。

让人闻风丧胆的脊髓灰质炎病毒究竟是什么来头,应该如何防治呢?为此,我们采访了延安市人民医院感染科副主任、副主任医师赵媛。

什么是脊髓灰质炎?

赵媛说,脊髓灰质炎是由脊髓灰质炎病毒所致的急性消化道传染病。好发于6个月至5岁儿童,经粪口传播。感染后多无症状,有症状的临床主要表现为发热、上呼吸道感染、肢体疼痛,部分患者可发生迟缓性神经麻痹并遗留瘫痪,俗称“小儿麻痹症”。

病人是唯一传染源,其中隐性感染者和轻症患者是主要传染源。主要通过粪口途径,污染的水、食物及日用品。也可通过空气飞沫传播,但时间短暂。

脊髓灰质炎有哪些临床表现?

赵媛说,本病潜伏期一般为7至14天。临床上可分为无症状型、顿挫型、无瘫痪型及瘫痪型四型。

一是无症状型(即隐性感染)。占全部感染者的90%以上。感染后无症状出现,但病毒分离或特异性抗体4倍增长可确诊。

二是顿挫型。约占全部感染者的4%至8%。临床表现缺乏特异性,表现为上呼吸道症状:发热、咽痛、恶心、呕吐、腹泻等。上述症状持续1至3天可逐步恢复。病毒分离及血清特异性抗体可诊断。

三是无瘫痪型。本型特征为具有前驱期症状,脑膜刺激征和脑脊液改变。患者有头痛、颈痛、背痛、呕吐、颈部和背部强直,克氏征和布氏征阳性。在整个病程

中无神经和肌肉功能的改变。

四是瘫痪型。本型只占全部感染者的1%。其特征为在无瘫痪型的基础上,出现瘫痪。瘫痪多在起病后3至10天出现,瘫痪1至2年后仍不能恢复为后遗症。部分瘫痪型病例感染后25至35年,发生神经肌肉软弱、肌肉萎缩、疼痛,受累肢体瘫痪加重,称为脊髓灰质炎综合征。

赵媛提醒说,脊髓灰质炎无法自愈,目前无特效抗病毒方法。治疗原则是减少恐惧,减少骨骼畸形,预防和及时处理并发症,康复治疗。

脊髓灰质炎怎样预防?

赵媛说,脊髓灰质炎是可以预防的,它的预防措施主要包括管理传染源、切断传播途径、保护易感人群、口服疫苗等。

一是管理传染源:患者自起病日起至少隔离40天,密切接触者应医学观察20天,对于病毒携带者应按患者的要求隔离。

二是切断传播途径:急性期病人粪便用20%含氯石灰乳剂,将粪便浸泡1~2个小时或用含氯消毒剂浸泡消毒后再排

放,沾有粪便的尿布、衣裤应煮沸消毒,被服应日光曝晒。

三是保护易感人群:在流行病急性发作期间,体质较弱的儿童应避免到人群过于聚集的场所,另外也要注意根据具体的天气随时添加衣物,避免受凉。一些不必要的医疗手术以及静脉注射也要推迟。

四是接种脊髓灰质炎疫苗:疾病流行暴发的季节,进行主动性免疫,促使体内产生免疫性抗体,避免感染该种疾病。

减毒活疫苗,也就是平时说的“糖丸”,2月龄开始,2、3、4月龄各服1次,4岁再加强免疫1次,抗体可维持终身。

灭活疫苗较为安全,可用于免疫缺陷者或接受免疫抑制剂治疗者,但价格昂贵,免疫维持时间短,需重复注射。

未服过疫苗、孕妇、医务人员、免疫力低下者、扁桃腺摘除等局部手术后或先天性免疫缺陷的患者及儿童。若与患者密切接触,应及时注射免疫球蛋白。

聚焦 健康



医疗前沿

延安大学附属医院

延大附院获批“绿洲工程”项目课题立项及资助

本报讯(通讯员 崔永平)最近,延大附院感染病科高晓红主任团队获批中国“绿洲工程”课题资助。“绿洲工程”项目全国范围共资助17项,该院为我省唯一一所获资助医院。

据了解,“中国降低乙肝患者肝癌发生率研究(绿洲)工程项目”由中国肝炎防治基金会主办,复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏教授为该项目执行委员会主任委员,全国筛选99家医院参与该项目,旨在观察研究全国2万

名慢性乙肝患者的5年肝癌发病率,优化乙肝抗病毒治疗的临床治疗路径,探索降低我国乙型肝炎发生率。延大附院为“绿洲工程”项目医院分中心医院,感染病科高晓红主任为项目执行委员会委员。

延大附院感染病科是陕西省优势医疗专科,陕西省感染性疾病诊疗中心,全国肝胆病防治技术示范基地,全国人工肝及血液净化技术示范中心。感染病科现设置门诊(感染、肝病、关

爱、发热门诊)、两个病区、临床实验室及超声诊疗室。感染病科年接诊门诊患者3万余人次,收治住院病人2000余人次,主要病种为乙丙肝病毒感染性疾病,包括肝硬化、肝衰竭、急性慢性乙丙肝、布鲁菌病、艾滋病、传染性单核细胞增多症、不明原因发热,团队以精湛的医术、良好的医德受到患者一致好评。团队承担并完成了全国、省、市级各类科研课题30余项,取得省、市科研成果、科技奖30余项,发表核心期刊论文100

余篇,SCI8篇。

学科带头人高晓红主任为内科及全科医学硕士生导师,传染病学教学主任及教研室主任,全国疑难及重症肝病攻关协作组第四届全国委员,全国肝胆病咨询专家,延安市感染病学会主任委员,陕西省医师协会感染科医师分会常务委员,延安大学第一临床医学院教学督导专家,延安大学“优秀导师”,延安市“优秀医生”,2021年度全市公共卫生工作先进个人,延大附院“教学能手”。

延大附院心脑血管病医院康复医学科

荣获中国康复医学会第四届手功能创新大赛三等奖

本报讯(通讯员 杨莉)9月16日,延大附院心脑血管病医院康复医学科在中国康复医学会第四届手功能创新大赛上荣获三等奖。

手功能障碍康复一直是康复领域的重点和难点,手在人体中的重要性不言而喻。近年来,手功能康复的创新理论与技术不断涌现,已在综合医院康复医学科、康复专科医院等逐渐应用,并

不断发展壮大。

由中国康复医学会主办、中国康复医学会手功能康复专业委员会承办的中国康复医学会第四届手功能创新大赛于2022年8月向全国各界、医学院等征集质量优秀的作品,延大附院心脑血管病医院康复医学科作为中国康复医学会手功能康复培训基地积极响应,精心制作视频作品参加此次比赛,全国评审专家团从73支队伍中评审

出64支队伍进入复赛,经过角逐,共有36个团队进入决赛,该院康复医学科团队成功晋级决赛。2022年9月16日,康复医学科杨莉、白瑞、黄坤、缙婷婷4人组成的手功能康复团队在决赛设置现场作品汇报展示和专家提问两个环节,在国家区域医疗中心复旦大学华山医院福建医院以生动形象的现场展示、敏锐准确的抢答提问,完美展现专业实力,最后以

综合实力进入前10名,经过辩论比拼,最终以优异的成绩荣获中国康复医学会手功能创新大赛三等奖。

以赛促学强技能,切磋交流助提升。此次比赛充分体现出心脑血管病医院手功能康复培训基地的综合实力,发挥了手功能康复培训基地在区域内的引领作用,更好地服务于手功能障碍患者,将省级重点专科项目做好、做强。



大医精诚 延安市人民医院

本报讯(通讯员 安丽)“我现在耳朵不流脓了,听力也恢复得特别好,一点也不难受了,谢谢您治好了我的耳朵,对我今后的学习及生活帮助特别大。”术后复查时,小霞高兴地告诉科主任。近日,原本听力下降、耳朵反复流脓的患者小霞在延安市人民医院耳鼻咽喉头颈外科成功实施了该院首例显微镜联合内镜下鼓室成形术后,听力得到提升。

13岁的小霞1年前出现右侧耳鸣,耳朵经常滋滋响,伴轻度听力受损,加之平时污水进耳易导致中耳感染,听力下

“显微加内镜”让患儿重新聆听清晰世界

降及耳闷不适,严重影响患者的学习和生活。市人民医院耳鼻咽喉头颈外科拓明祥主任详细询问病史,查体见右耳鼓膜紧张部大穿孔,诊断为慢性化脓性中耳炎。经过科内讨论后决定为她行鼓膜修补术。

入院后,主管医师冯睿做了详细的术前准备及术前评估,7月22日在全麻下由拓明祥主刀在显微镜联合内镜下为小霞做了右耳鼓室成形术,术后复查鼓膜修补形态好,耳鸣消失,听力恢复满意。

据了解,很多中耳炎患者由于家庭贫

困和周边医疗条件差,不能得到及时有效的治疗,最终发展为慢性中耳炎,每遇天气变化及感冒时就会出现耳朵流脓现象,极大影响了他们的身心健康。延安市人民医院耳鼻咽喉头颈外科多次派骨干医生在北京同仁医院、北京友谊医院进修学习,引入先进的耳显微治疗理念及技术,近5年来,共完成单纯鼓室成形术500余台,乳突根治+鼓室成形术200余台,其中人工听骨植入50台,人工耳蜗植入手术2台。这些手术时间明显缩短,单纯鼓室成形术仅需不到1小时的时间即可完成,术

后恢复快,鼓膜修补成活率高,形态好,听力恢复满意。

拓明祥主任特别提醒,慢性中耳炎为耳鼻喉科常见的一种慢性炎症性疾病,多因病原菌感染所致,以耳痛、流脓、听力下降等为主要临床特征。若不进行及时有效的治疗,会严重影响患者的身心健康和生活质量。显微镜手术联合内镜应用于鼓室成形术中,有效弥补了传统显微镜的不足,能清晰显示病灶,操作更加便捷,并且有利于保留中耳传音结构,具有良好的应用前景。



仁爱创新 北医三院延安分院

本报讯(通讯员 陈琪璐)近日,98岁高龄患有前列腺增生的高爷爷,在北医三院延安分院(延安市中医院)由泌尿外科团队成功实施了经尿道前列腺激光剝除术(HoLEP)恢复良好。这是该院建院以来手术年龄最大的一名患者。

98岁的高爷爷排尿困难长达15年,曾发生3次尿潴留,造成极大的痛苦,最近竟然发展到不能自解小便12小时,情急之下到北医三院延安分院泌尿外科寻求治疗。由于高爷爷年龄大,各重要脏器储备功能下降,且合并慢性阻塞性肺疾病、高血压病、右下肢静脉血栓、低蛋白血症、颈动脉硬化等疾病,手术风险极大,只能给予药物等保守治疗,但效果不理想。

98岁老人15年隐痛 微创手术一朝解决

入院后北医三院驻延安专家田雨教授、泌尿外科主任郭巍和主管医生刘磊磊做了充分检查评估。认为保守治疗只能减轻一时症状,随着排尿困难加重,反复的尿潴留,会使老人的肾功能状况及心脑血管疾病进一步加重,严重时还会有生命危险。而经尿道前列腺激光剝除术(HoLEP)治疗虽然是彻底解决患者排尿问题的理想选择,但高大爷年龄超高心肺功能差,代偿能力弱,机体新陈代谢速度趋向于衰弱,同时合并多种慢性疾病,对手术打击的承受能力极低。

北京驻延安专家田雨教授说,经尿道前列腺激光剝除术(HoLEP)是目前治疗前列腺增生最先进的手术方式,正在逐步替

代经尿道前列腺电切术成为前列腺增生的金标准。手术原理是利用一根细小的激光光纤,进行腺体切开并钝性分离,将增生腺体从包膜内完整地剝除,再用组织粉碎器将腺体组织切成碎块吸出体外。钬激光在切除腺瘤的同时可止血,术式安全可靠,切除腺体彻底,复发率极低,手术过程中无电流刺激,对身体创伤小,出血少,术后尿管留置时间和住院时间均很短,多数患者术后3天左右即可拔除尿管。

经过与家人充分沟通征得同意后,医院组织MDT多学科讨论,泌尿外科会同麻醉科、重症医学科、呼吸与危重症医学科、心血管内科等多个科室对患者病情进行分析讨论,制定了周密的手术、麻

醉、护理并发症预防、康复治疗方案和相应的应急预案。

8月26日,由泌尿外科主任郭巍主刀,为高爷爷成功实施了经尿道钬激光前列腺剝除术(HoLEP),术后当天高爷爷即开始进食,第二天床下活动锻炼,第三天拔除尿管,顺利解决了高爷爷困扰多年的排尿困难问题。

泌尿外科郭巍主任医师说,如此高龄的病人安全顺利完成手术,得益于泌尿外科和医院多学科团队专家的鼎力协助和患者及其家属对医院、对医生给予的充分信任。我们通过与北医三院泌尿外科的紧密合作,可让越来越多的患者在“家门口”就能享受到国内先进的医疗服务。



健康人博爱心

本报讯(通讯员 郝笑娜)近日,延安博爱医院综合内科、疼痛科、妇产科等科室的数名专家走进宝塔山街道办事处嘉陵社区开展爱心义诊活动,把优质的健康服务送给了社区居民。

爱心义诊进社区 服务居民送健康

活动现场,该院骨伤科、综合内科、疼痛科、妇产科专家们逐一为居民们测量血压、血糖,进行尿酸监测,认真了解身体状况,对居民提出的问题进行耐心仔细的解答,对慢性病患者给予科学合理的饮食

用药建议和适当的日常锻炼等建议,对前来的居民发放了节日慰问品。

活动期间,针对行动不便的患者,该院医护人员在社区工作人员的带领下同前往患者家中进行上门服务诊疗。对

患者现场评估、诊疗、测血压,并对患者及家属进行健康宣教。

本次义诊活动让更多百姓了解熟知健康知识,通过专业医疗技术和服务让更多的百姓享受到足不出户的医疗保障。

服务全民健身 发展体育经济

延安体育场:

让更多市民乐享健身服务

记者 宋伟 刘晶

“我们要更好地用好体育场馆,打造更高水平的公共服务体系,为人民群众的健身服务,发展我市体育经济。”市体育场场长杨杰说。

今年是“十四五”规划的关键之年,也是实现体育强国建设目标的重要一年。北京冬奥会的圆满成功,新《体育法》的顺利颁布,使得全民健身热潮前所未有的高涨,体育成为我们生活中不可或缺的元素。为了响应国家体育总局关于全民健身实施计划,延安体育场为市民安排免费开放锻炼时间,法定节假日及全民健身日全天开放,每周开放时间合计65小时以上,市体育场日常开放时间超出国家规定时间,开放后平均每天锻炼人数可达600人次以上,为广大市民提供了一个良好舒适的锻炼场所。

为了提高全民健身服务质量,倡导大健康理念,延安市体育局邀请体育协会参与搭建专业的健身服务团队,目前成立3支服务团队:足球、射箭、太极拳。利用场地开放全民健身的高峰时间,免费为锻炼的群众及体育爱好者提供专业指导。这些项目的开展能够充分满足儿童、青少年、中老年人等不同年龄段人群的体育健身需求,让每一个热爱运动的普通人都能成为体育场中的主角,可以体验到一流的场地设施、专业的健身指导服务,收获身心健康,力争全力打造“全民健身示范场地”。

据悉,每年市体育场都会举办陕西省群众足球超级联赛、延安市足球乙级联赛、延安市市运会田径足球比赛、延安市宝塔区中小学生运动会等大小赛事15次,参赛人数和观众近2万人次。比赛拉动了广告赞助和保险等行业的发展,这些体育赛事和全民健身给体育场周边的体育用品店和餐饮食宿以及我市旅游带来了可观的收入。

体育场为培育本土体育产业大力发展,为体育协会提供了场地支持。近几年来,体育场周边体育培训风生水起,比较热门的有乒乓球、青少年足球、篮球、射箭、太极拳、广场舞、体育教练员培训等。每年培训人数约1万人次,协会体育培训带动了全民健身队伍,同时也为延安本土培育了不少专业的运动员。体育培训也带动了周边不少和体育相关的产业。诸如体育体能协会、书画协会、足协等,打造成了一个集培训、健身、旅游的体育产业生态圈。

卫监 在线

向危害群众健康隐患说“不”

我市今年已查办400多起公共卫生违法违规案件

本报讯(通讯员 刘倩)“向危害群众健康的隐患坚决说‘不’!”今年以来,延安市卫生监督所针对百姓关注的热点难点问题开展的六项专项整治取得了积极进展,已查办400多起公共卫生违法违规案件,有力地保护了人民群众的健康安全。

非法医疗美容、非法行医、公共场所公共用品用具消毒不到位、职业健康保护措施不符合规定等问题一直是健康城市建设路上的重大隐患,严重损害人民群众的健康权益。为持续推进健康延安建设,今年以来,我市卫生监督所聚焦延安百姓关注的热点难点问题,以专项整治带动日常监督,开展了“全市医疗机构卫生专项监督检查”“医疗美容专项监督检查”“医疗机构医疗废物专项监督检查”“预防接种暨新冠病毒疫苗接种专项监督检查”“职业卫生专项监督检查”和“公共场所专项监督检查”等六个专项整治行动,累计排查从业单位7498户次,监督覆盖率超过70%,大量的违法违规问题通过“全覆盖+专项式”的监督检查得以发现,400多个单位被处罚和责令整改,其中公共场所215个,职业卫生74个,传染病防治65个,医疗卫生38个,部分案件尚在办理之中,违法违规问题整改工作正在进行。

今年4月,某公司未按照规定定期对工作场所进行职业病危害因素检测、评价,被处罚。6月,某酒店未按照卫生标准,规范要求对公共场所顾客用品用具进行卫生检测且逾期不改,被处罚;7月,某医院预检分诊点医务人员未按标准要求落实防护措施,被处罚。还有无《医疗机构许可证》擅自执业、违反医疗废物处置相关规定、防护设施及个人防护用品不符合相关要求等违法违规问题,截至目前,我市共查处公共卫生违法违规案件400多起。

据悉,下阶段,我市卫生健康执法监督工作将继续深入实施《健康延安行动计划》,全面畅通卫生监督投诉举报渠道(电话投诉:0911-2497661、网络投诉“圣地卫监”微信公众号),坚持问题导向,围绕整改清单,推进“全覆盖+专项式”监督检查深入进行,严厉打击卫生健康领域违法违规问题,为百姓执法,为群众监督,为健康城市点亮卫生健康法治之光。

健走步频应因人而异

如今,运动已成为一种时尚,晒步数的软件更是琳琅满目,许多人以每天走够一万步为傲。但是,极少有人去关注,每天这样运动,是否达到了锻炼要求。研究人员发现,健走30分钟,大约能够完成4000步,而锻炼效果,比花2个小时散步走1万步还要好得多。因此,健走不仅要求步数,步频同样重要,两者平衡,才能达到锻炼的目的。

健走的最佳步频,是能够完成“中等强度”运动的步频。中等强度,指的是微微出汗,微喘但能正常谈话。健走步频约为100~120步/分钟。

市疾控中心提醒大家:不同的人应该有不同的健走标准。

- 一、普通成年人:每天中等强度健走一万步,其中不包括自然行走、做家务等日常轻松的体力活动所完成的步数。
- 二、高血压、高血糖、高血脂等慢性病患者:每天累计中等强度健走时间30分钟,大约4000步,其余步数可适当放慢步频,以轻松的程度完成。中等强度健走可分次进行,比如每次健走10分钟,早中晚各进行1次。
- 三、肥胖人群:每天中等强度健走30~60分钟,大约4000~8000步,尽可能一次完成,中途尽量不减速。其余步数可适当放慢步频,以自身感到轻松的程度完成。
- 四、老年人:老年人身体机能下降,健走强度应根据自身情况来制定。每天累计中等强度健走时间30分钟,大约3000步,其余步数用散步的形式来完成。中等强度健走可分组成多次进行,比如每次健走10分钟,早中晚各进行1次。



疾控微健康 延安市疾控中心