

科普『H7N9』来了怕个啥

教你几招远离它

这么吓人?!好怕怕!

“禽流感”,也就是H7N9疫情,是由H7N9病毒引起的,2013年以来每年都会会在冬春季出现季节性流行。

感染H7N9以后7-10天发病,可能出现发热、咳嗽、咳痰、头痛、肌肉酸痛、腹泻或呕吐等症状。发现症状后需要早诊早治,后期重症病例治疗效果差,病死率高,目前报告病例的总体病死率40%左右呢。

那些容易感染这个鬼病毒呢?

离退休人员、家务及待业人员、农村群众为主;其中中老年人居多;此外,从事不规范的家禽养殖、贩卖、宰杀等工作的人群,因为暴露于带毒禽类的机会更多,所以被感染的风险也更高。

接触到感染的活禽或者身处被感染活禽的环境中会被传染,但是,吃煮熟的食物不会感染H7N9病毒。而且并没有证据表明H7N9病毒能持续地“人传人”。

那现在有没有疫苗可以预防禽流感呢?

没有

感冒咳嗽戴口罩

早就诊、早治疗!在高发季节、高发地区,有发烧咳嗽等症状后,要佩戴口罩,尽快到医院就诊,并交代最近有没有接触活禽哟!

当然可以吃啦!不要接触活的或者病死的鸡鸭就好啦!可以去超市或市场购买通过检疫的生鲜鸡鸭放心吃!

按照既往疫情流行规律,每年春节过后发病数量会出现明显的下降,目前疫情已经受到控制,大家不要惊慌啦!

那我就吃鸡吃鸭了啊?

那我就放心啦!

专家的预防控制建议

尽量避免接触活禽,更不要接触病死禽。不去活禽市场或者流动摊点购买活禽食用或者回家中饲养,在禁止活禽交易的地区,发现有流动摊贩销售活禽,应及时举报。

选择购买冷鲜、生鲜禽类产品。生熟分开,烧熟煮透。做饭做菜时,一定要做到生熟分开。鸡、鸭等禽肉及其肉制品以及禽蛋等一定要烧熟煮透后再吃。

从事禽类养殖、运输、销售、宰杀等行业人员在接触禽类时,要做好个人防护(戴手套、戴口罩、穿工作服),接触后注意用消毒液和清水彻底清洁双手。

及时就医,如果出现发热、头痛、鼻塞、咳嗽、全身不适等状况时,应佩戴口罩,尽快到医院就诊,并主动交待有无活禽接触史。

保持健康生活方式。保持良好的个人卫生习惯,勤洗手,咳嗽和打喷嚏时遮掩口鼻,不喝生水。居住、生活环境要注意适度通风换气。注意饮食和营养,保证充足睡眠,加强体育锻炼,增强体质,提高免疫力。

患儿,男,1岁4月,因“咳嗽、气喘2天”来我院就诊。家属陈述患儿入院前2天吃花生米后出现咳嗽、气喘。患儿胸部三维CT检查示:双肺下叶少许炎症。因支气管异物不能完全确诊,故拟“支气管肺炎、支气管异物?”收住儿科治疗。因患儿喘息无明显好转,由孙寅医生在PICU为患儿行床边电子支气管镜检查。术中见右中间段支气管近上叶开口处可见一异常反光物。予异物钳成功套取出大小约1cmx0.5cm碎花生一枚,术中、术后患儿未见不适。术后诊断:支气管异物(右侧);支气管内膜炎。术后患儿气喘即消失,转回普通病房观察。

2014年我院率先在枣庄地区开展了儿童电子支气管镜检查及介入治疗术,目前已完成各种介入手术数百例,接受检查患儿年龄最小为新生儿。本例手术又一次的成功实施,标志着我院儿童电子支气管镜检查术已经走在了全省先进行列。

气管、支气管异物为临床常见急症,好发于2岁以下儿童,因右主支气管较粗短,故异物多位于右侧主支气管。如异物较大,可阻塞气管导致窒息、危及生命。以往气管、支气管异物均由耳鼻喉科医生在手术室全麻下经硬质支气管镜取出。硬

异物呛进气管怎么办?

儿一科成功实施经电子支气管镜支气管异物取出术

质支气管镜具有视野大、观察全面、吸除分泌物快、易止血、对较大或形状特殊的异物能安全取出等多项优点,但检查范围非常受限,两肺上叶是盲区,且需要特殊的体位和姿势,且操作者辛苦,病人也非常痛苦,且创伤较大,易引起牙齿脱落、喉头水肿等并发症。手术还需要全身麻醉,手术时气道痉挛明显,风险较高。电子支气管镜镜体细软可弯曲,可进入3-5级支气管,经鼻或口插入,使用方便,操作简单,具有创伤小,危险小,效果好等优点。但对于体积较大、形状特殊、边缘锐利、通过声门困难、易损伤声门的异物,或狭长、表面光滑无法钳取的异物,如塑料笔帽、橡皮、杨梅核等,还是由耳鼻喉科经硬质支气管镜取出较好。

为避免食物卡到气管里,在孩

子3岁之前,不要给孩子喂食瓜子、花生、豆子等不易嚼咬的食物,不要养成口含食物的不良习惯,吃东西的时候不要哭闹、嬉笑、跑跳,吃饭时一定要细嚼慢咽。异物一旦进入气管,被咳出的机会是极小的。如果异物在肺内停留时间过长,不仅取出困难,还可引起支气管炎、肺炎、肺不张、肺脓肿等严重疾病。所以,一旦有异物呛进气管,需立即去医院,即使没有什么呼吸困难的表現,也应尽早去医院接受检查处理。如果异物呛进气管出现窒息、面色发紫、意识丧失的情况,要一边拨打120,一边采取急救措施,推荐立即使用海姆立克急救法进行急救。具体应对方法:

(一)受害者站着或坐着:救护者站在受害者身后,从背后抱住其腹部,双臂围其腰腹部,一手握

固定物体上(如桌子边缘、椅背、扶手栏杆等),以物体边缘压迫上腹部,快速向上冲击,直至异物排出。

(四)应用于婴幼儿:使患儿平卧,面向上,躺在坚硬的地面或床板上,抢救者跪下或立于其足侧,抢救者以两手的中指或食指,放在患儿剑突下和脐上的腹部,快速向上压迫,但要很轻柔。重复之,直至异物排出。或救护人取坐位,让儿童背靠在救护人的腿上,然后,救护人用双手食指和中指用力,向上方挤压患儿的上腹部,压后随即放松。

海姆立克(Heimlich)急救法的原理是利用冲击腹部,使膈肌下软组织被突然的冲击产生向上的压力,压迫两肺下部,从而驱使肺部残留空气形成一股气流。这股带有冲击性、方向性的长驱直入于气管的气流,就能将堵住气管、喉部的食物硬块等异物驱除,使人获救。Heimlich手法虽卓有成效,但也可产生并发症,如:肋骨骨折、腹部或胸腔内脏的破裂或撕裂,故除非必要时,一般不随便采用此法。如果患者呼吸部分梗阻,气体交换无力,就应鼓励患者用力咳嗽,并自主呼吸;如患者呼吸微弱,咳嗽乏力或呼吸道完全梗阻,则立刻使用此手法。

(二)患者躺在地上不省人事:取仰卧位,首先开放病人的呼吸道,然后救护者两腿分开跪在病人大腿外侧地面上,一手以掌根按压肚脐与剑突之间的部位,另一手掌覆盖其手掌之上,进行冲击性地、快速地、向前上方压迫,反复至咽喉异物被冲出。

(三)自己是受害者,孤立无援:一手握拳,另一手成掌捂按在拳头之上,双手急速冲击性地、向内上方压迫自己的腹部,反复有节奏、有力地、或稍稍弯下腰去,靠在一

拳头,掌心向内按压于受害人的肚脐和剑突之间的部位;另一手成掌捂按在拳头之上,双手急速冲击性地、向内上方压迫自己的腹部,反复有节奏、有力地、或稍稍弯下腰去,靠在一

■突出重点、定向发力,全面做好2017年的各项工作

面对2017年艰巨而繁重的任务,我们必须统一思想、凝心聚力、突出重点、扎实工作,牢牢把握工作的主动权,全面推进医院各项工作稳步开展,确保全年目标任务圆满完成。为此,重点抓好以下几个方面的工作。

(一)加强党的建设,推动医院各项事业全面发展。以党的十八大和十八届三中、四中、五中、六中全会精神为指导,以党建工作推动医院各项事业全面发展。加强党员干部的品德教育,完善党内民主生活会制度,狠抓干部队伍建设。加强对全院职工廉洁自律教育;加大对投诉、举报案件和违纪违规问题的查处力度;规范医疗服务行为,杜绝过度检查、过度治疗;建立健全医德医风绩效考核机制,严格进行考核管理;积极开展满意度调查工作;坚持民主集中制,认真落实“三重一大”事项集体讨论决定制度;切实发挥纪委、审计监督功能,积极参与医院重大经济活动监督;加强党内外监

□邱立 孙寅

(上接第2版)

2017年医院工作的指导思想和主要任务目标

全面贯彻党的十八大和十八届三中、四中、五中、六中全会精神,以习近平总书记系列重要讲话精神为指引,坚持正确的卫生与健康工作方针,逐步深化公立医院改革,全面落实医院十三五发展规划,以迎接三甲医院复审为主线,遵循标准,强化规范;以患者为中心,抓好质量,改善服务;以人才队伍建设为重点,不拘一格引才聚智、培养骨干;以学科建设为抓手,加大投入、深化拓展创新;以科技创新为动力,发展特色、树立品牌;以精细化管理为内容,强化成本意识,加强经营管理。转作风、正医风、树院风,不断提升医院品牌形象和综合实力,继续打造区域医疗技术高地,力争医院各项工作走在全省前列,为人民群众提供更加高效、便捷、安全的医疗服务。

全年计划门诊急诊量增长3-5%;出院患者人次增长5-10%;完成各类手术7万余台次,其中住院手术4万余台次;患者平均住院日降至8天以内;药占比控制在30%以下;门诊、住院次均费用增长分别控制在5%、8%以下;业务总收入增长10%左右;危重病人抢救成功率高于85%;院内感染率控制在3%以下;科研教学工作取得新突破;医院社会满意度超过95%;其他医疗质量指标均达到三级甲等综合医院标准要求。

督,实施民主管理;积极开展院务公开,打造“阳光医院”。

(二)深化公立医院改革,增强医院发展活力。积极稳妥地推进人事分配制度改革,稳步实施院科两级聘任制,建立动态调整机制;完善绩效考核分配体系,逐步完善按岗取酬、按工作数量、服务质量、技术含量、风险大小等新型绩效工资分配机制;完善医院法人治理结构,健全决策、执行、监督机制;加强医保费用控制,积极推进分级诊疗工作,畅通双向转诊渠道,发挥自身优势,帮扶镇街和社区卫生院进行专科建设、人才培养和学科管理能力提升。

(三)加快“人才强院、科技兴院”步伐,不断提升医院综合实力。大力支持学科带头人走出国门,带动科室专业技术快速发展;高薪引进学科带头人3-5名;继续实施“优秀中青年人才培养计划”,大力支持临床、科研等复合型人才队伍建设;引进本科,硕博研究生190余人,着重加大对内科、产科、超声、心脏外科、介入、护理、学科带头人等急需紧缺专业人才的引进和培养力度。鼓励医务人员参加国际、国内学术交流,积极开展院内各类讲座;鼓励科室承办各级学术研讨会;全面推进住院医师规范化培训工作;高度重视低年资、低职称有培养前途的青年医师的发展与培养;积极把国内知名专家请进来讲学授课、指导新技术新项目的开展;把有知识、有理想、有作为的年轻人才送出去进修学习,为医院发展储备后劲。

按照“支持重点学科、发展中间学科、扶持薄弱学科,形成多学科优势,全面提升医院学科竞争力”的原则,以精准医学、微创技术为突破点,以现有省市级临床重点专科为基础,大力推进学科交叉融合,树立业内优质品牌;围绕消化、心脑血管、肿瘤、内分泌、传染、遗传等疾病,着重在精准医疗方向寻求突破;充分利用医院转化医学实验室平台,开展基因检测及治疗药物血药浓度监测项目,逐步实现患者个体化治疗;加快推进精准医学、医学影像、血液透析、儿童保健、皮肤美容、心脏外科、产科、耳鼻喉科、康复医学学科的发展建设;建立以肿瘤、产科、ICU、糖尿病等为中心的多学科会诊平台;发挥并联合医院优势学科,带动和促进其他相关、相近专业的学科壮大;对重点学科、特色科室的建设与发展予以大力扶持和投入,加快新技术、新项目的开展和科研成果的产出。

加大对临床应用型新技术、新项目的引导和奖励力度;继续承担相关高校临床

实施生带教和教学任务,积极争取研究生带教工作,认真落实“教学相长”的工作方针,加强各临床教研室建设,改善教学环境,全面推动医、教、研工作开展再上新台阶。

(四)加强科室标准化建设,全面迎接三甲医院复审工作。建立“以患者为中心,以质量与安全为核心”的诊疗模式,从管理体系、质量指标、医疗服务、相关护理、药事管理、院感监控等方面实施标准化与精细化。为此,全院上下要统一思想、明确责任、完善流程、强化措施、积极准备,全面迎接三甲复审。

全面加强临床医技科室的工作质量和规范行为的监控考核;重点抓好医疗质量核心制度的落实;加强医疗安全防范、协调管理;创新护理管理,提升服务品质,围绕患者六大安全目标,保障患者安全;深化落实优质护理服务,推进责任制整体护理;不断提高专科护理水平,提升护理人员的教学科研能力;加强药事管理,促进临床合理用药,加快医院职工食堂等基础设施。大力推行数字化医院建设,探索开展“互联网+医疗健康”服务模式;不断完善医院预约诊疗平台,加快建立远程医疗服务信息系统支撑体系,积极向周边医疗机构提供远程会诊、病理诊断、影像诊断、心电图诊断等服务;年内实施全院性的移动式查房、护理工作;加强信息化在管理中的工具作用,全面做好各类信息系统提档升级,实现医疗资源利用的最大化。加大资金投入,用于大孔径CT、直线加速器、PET/CT等一批高端仪器设备的引进,保证诊疗手段的先进性。

(八)加强医院文化建设,提升医务人员职业幸福感。力争完成院志的撰写定稿工作;全面规范医院标识文化;充分利用连廊独特的交通位置,进行文化长廊建设。加大医院对外宣传力度,建设医院电视台,加大对涌现出的先进人物事迹及各项医疗服务新举措的宣传;发挥医院工会、团委等平台优势,努力创造和谐健康的医院文化氛围;持续关注离退休老同志生活,定期组织开展各类有益老年人身心健康的活动;积极改善职工福利保健待遇,稳步提升职工福利水平;结合硬件改造,完善设施,建好职工休息区;定期组织职工体检,开展职工心理疏导,关注职工身心健康;继续开展职工双亲查体给予减免50%的活动,高度关注贫困、患病职工生活,为他们提供最大的便利和关心,努力打造现代人文医院。

