

“对高龄、严重基础病患者有严重威胁”

——国家赴吉林医疗救治组专家谈奥密克戎危害性

国内外疫情数据显示,奥密克戎变异株的传播速度快、隐匿性强,重症患者比例相对低。但是否如一些人所说的“零重症”“流感化”?奥密克戎变异株的危害性到底如何?国家赴吉林医疗救治组专家日前接受新华社记者采访,结合吉林市、长春市两地感染者救治情况,作出解读回应。

仍有患者要上呼吸机

自3月2日吉林市本轮疫情发生以来,累计报告新冠肺炎感染者近2.5万人。其中,大部分为无症状感染者和轻症患者,占比97.5%。

国家赴吉林医疗救治组专家、四川大学华西天府医院院长康焰告诉记者,按照分级分类集中收治的原则,无症状感染者和轻症患者进行集中隔离管理,普通型、重型、危重型病例和有重型高危因素的病例集中收治于吉林市中心医院等定点医院。

据介绍,截至4月3日,吉林市中心医院收治的患者中累计重型50名、危重型35名。目前仍有10名患者需气管插管机械通气,即需要有创呼吸机支持呼吸。

“由国家专家组专家驻点指导定点医院规范开展诊疗,将重型、危重型病例全部收入重症监护病房治疗,按照多学科协同、‘一人一策’的原则救治重症患者,最大程度提高治愈率、降低死亡率。”康焰说。

基础病患者有较大风险

“新冠肺炎造成的损害与患者基础疾病造成的损害叠加,是

导致患者病情恶化的重要原因。”康焰针对吉林市救治情况分析表示,奥密克戎变异株对高龄患者、合并严重基础病患者等特殊人群具有严重威胁,特别是对于长期卧床、血液透析患者等基础情况差、免疫力低的人群威胁更大。

国家赴吉林医疗救治组专家、广州医科大学附属第一医院重症医学科主任医师桑岭介绍,吉林市本轮疫情中尿毒症患者感染比例较高,从目前诊治情况看,此类患者的肺炎表现重,转阴时间长,与患者的基础疾病叠加后容易发展为重型和危重型。

国家赴长春医疗救治专家组组长、哈尔滨医科大学附属第一医院院长于凯江介绍,长春市本轮疫情发生以来至4月3日18时,新冠肺炎感染者16312名,其中普通型患者411名、重型患者42名、危重型患者2名。

“一些有基础疾病的患者,刚来时是轻型或普通型,但后来出

现了转型,病情加重。”于凯江说。

重症患者中完成疫苗全程接种比例偏低

在吉林医药学院附属医院,本轮疫情累计收治了124例阳性的尿毒症透析患者。

桑岭告诉记者,这些患者的疫苗接种率仅为11%。由于大部分患者未接种疫苗,且免疫力低下,导致患者中重型和危重型占比15.3%,显著高于普通人群。

康焰介绍,吉林市中心医院收治的重型和危重型患者,呈现出高龄、疫苗接种比例低、基础疾病重等特点。完成2剂新冠疫苗接种的人占比约15%,显著低于普通人群。

“从吉林市疫情来看,要保护人民群众的健康权益,坚持‘动态清零’总方针不动摇十分必要。”康焰说,同时应继续加强疫苗接种,重症救治资源前移,实现重症患者早发现、早干预。据新华社

世卫组织称:中医药对治疗新冠有效

世界卫生组织日前发布《世界卫生组织中医药救治新冠肺炎专家评估会报告》,明确肯定了中医药救治新冠肺炎的有效性和安全性,鼓励世卫组织成员国在其卫生保健系统和监管框架内考虑使用中医药治疗新冠的可能性。

世卫组织中医药救治新冠肺炎专家评估会于2月28日至3月2日以视频会议形式召开。来自世卫组织6个地区办事处的21名国际专家围绕临床实践、科学研究和循证评价等方面展开研讨,对中方专家分享的关于中医药救治新冠肺炎相关报告进行了交流和评估,并形成专家评估会报告。

报告指出,研究结果表明中医药能有效治疗新冠,且根据临床疗效判定指标显示对轻型和普通型病例尤其有效,有利于降低轻型或普通型病例转为重症的风险。对于轻型与普通型病例,与单纯的常规治疗相比,中医药在作为附加干预措施时,可缩短病毒清除时间、临床症状缓解时间和

住院时间。在进行常规治疗的同时,使用中医药方法进行干预,不仅耐受性良好,其安全性与单纯的常规治疗亦相仿;尽早使用中医药可改善轻型和普通型新冠肺炎患者的临床预后。

报告建议,考虑到全球新冠疫情的演变特性,世卫组织应及时与会员国分享此次评估成果。鼓励会员国在其卫生保健系统和监管框架内考虑使用中医药治疗新冠的可能性;鼓励分享经验和教训,特别是通过有组织的中医药研究计划获得的积极经验和来自中国的临床经验。

报告对中国政府及研究人员自新冠疫情暴发以来,为增进知识、发展新冠疗法所做出的巨大投入和付出的巨大努力表示赞赏,认为有必要进一步开展中医药治疗新冠肺炎的相关研究。报告说,目前取得的进展也为国际协作与合作奠定了坚实基础,这种合作将可以促使中医药更有效、更恰当地用于新冠治疗,进而有益于全人类的健康。据新华社

市卫健委

举办核酸检测人员师资培训

本报讯(记者 管淑颖 通讯员 张明濮)3月31日,市卫生健康委举办新型冠状病毒核酸检测人员师资培训班。全市各级核酸检测机构检验科、信息科负责人,全员核酸集中采样、转运环节具体负责人等参加培训。

此次培训的目的是坚持问题导向和结果导向,盯紧全员核酸检测工作中薄弱环节,加强人员培训,补齐能力短板,为进一步提升核酸检测工作规范化、制度化水平提供坚强的队伍保障。

此次培训采取线上和线下相结合的形

式进行,重点围绕核酸检测全流程标准、实验室检测结果判定、初筛阳性上报与复核流程及实验室常见问题进行了深入解读,并针对全员核酸检测全流程管理操作中的注意事项进行要求强调。在培训的同时,做到把规范的流程、操作的要求传递下去,把解决问题、落实整改的压力传导下去。

市卫健委有关负责同志要求,各县区、各单位立即开展行动,周密安排,组织实施本地、本单位的人员培训,真正做到无死角、全覆盖,在全市形成上下联动、整体推动、扩面提质的培训局面。

市中医医院

举办第二期《伤寒论》专题讲座

本报讯(记者 管淑颖 通讯员 徐玮玮)3月30日,市中医医院2022年中医四大经典诵读活动——《伤寒论》第二期专题讲座开讲。

该院院长刘同坤、副院长陈秀民、经典诵读小组导师和成员50余人参加。科科长徐玮玮主持讲座。

专题讲座前,在导师的带领下,8个诵读小组依次上台以接龙的形式,背诵了《伤寒论》第96条到282条部分原文。这个环节更是现场展示更是对第二阶段学习情况的检阅。

市中医医院濮阳县医院闫书文副院长以《《伤寒论》第一方之桂枝汤》为题授课。

他从桂枝汤的主证条文、病机特点、症状分析、方剂解析、临床应用、禁忌证等6个方面对“第一方”进行了归纳总结,并引用大量经典案例,展示了经方治疗疾病的神奇疗效。

专题讲座后,医院通报了3月初《伤寒论》第一次月考团体和个人成绩,对于获得个人前十名者分一、二、三等奖进行奖励;安排4月份《伤寒论》第二次月考,考试内容手机理论考试、条文部分抽考默写;要求各个诵读小组一定要对规模生严格要求,经过组内条文背诵提问、默写条文考试等方式选拔出优秀选手,为《伤寒论》现场竞赛团体赛提前做好准备。

市第三人民医院

疫情防控知识培训进校园

本报讯(记者 管淑颖 通讯员 于飞于家如)在疫情严峻的形势下,为让孩子度过一个健康、平安、充实的清明假期,清明节前夕,市第三人民医院医生于飞、于家如分别深入市实验中学和市昆吾路小学进行疫情防控知识培训。

在市实验中学,于飞从流行病学特征、健康监测、校园防控要求、防控要点等方面讲解了新冠肺炎疫情防控的相关知识和预防措施。于飞提醒广大师生员工要做到勤洗手、多通风、戴口罩、常监测、多运动。学校要健全制度保障,进行专业环境消杀;通过

晨午检、因病缺勤登记、病因追踪、复学证明查验等一系列措施,随时关注师生健康状况,切实筑牢安全防线。

培训中,于飞讲解了“使用84消毒液注意事项”“佩戴口罩三要素”“咳嗽或打喷嚏礼节四步骤”“正确洗手的意义及方法”“疑似感染症状的应急处置”等方面的内容,使大家受益匪浅。

在市昆吾路小学,于家如为全校师生讲解了疫情防控知识,以及疫情防控期间学习生活健康小知识,引导学生安全学习,健康生活。

市油田总医院

开展疝修补手术惠民活动

本报讯(记者 管淑颖 通讯员 司民权)4月3日,记者自市油田总医院获悉,为鼓励腹腔镜患者早诊早治,减轻困难患者费用负担,普外三科即日起开展“善行老乡”疝修补手术免收补片费惠民活动。

此次活动对象为在市油田总医院做腹腔镜疝修补术的城乡困难群众、孤寡老人、低保家庭成员、油田伤残职工、困难职工及家属、军烈属和伤残退伍军人等。

腹腔镜疝是一种常见病、多发病,在老人和体质虚弱的群体中高发。疝内容物脱出后会导致患者出现局部坠胀不

适、疼痛且进行性加重,生活质量下降。腹腔镜疝久拖不治容易发生疝嵌顿,出现疼痛加剧、内容物缺血性坏死、消化道穿孔、感染性休克甚至死亡等危险情况。

由于舍不得花钱治病,不少患有腹腔镜疝的困难群众常拖延治疗,带疝生活,不仅平时要忍受病痛,而且一旦发生疝嵌顿会带来更大麻烦和经济负担。所以,患者应及早进行手术治疗。该院普外三科专门成立了疝外科专业组,对疝手术方式不断改良创新,实现了微创化、规范化、个体化治疗,显著提高了诊疗质量,降低了并发症的发生率。

黄褐斑的预防与治疗

黄褐斑也称肝斑,是面部黄褐色色素沉着的表现症状,常见于女性群体,主要原因是血中雌激素水平过高。

黄褐斑的形成原因

遗传。如果母亲有黄褐斑,那么下一代长斑的概率是比较大的。妊娠、口服避孕药。妊娠期间,口服避孕药之后,女性的雌激素会产生一定的变化,雌激素可刺激黑色素细胞分泌黑色素颗粒,孕激素能促进黑色素的转运和增加黑色素量。长时间日光暴晒。大多数人会在夏季进行防晒,其实紫外线一年四季都存在,并且阴天也有紫外线,如果不注意防晒,且在阳光下暴晒的频率较高,皮肤失去皮脂的滋养,造成皮肤干燥,引起角质层细胞变异、排列紊乱,使皮肤变得粗糙。化妆品、护肤品使用不当。市场上针对女性美容的产品鱼龙混杂,而大多数人对于化妆品、护肤品的成分没有专业的认识,很多人会盲目跟风使用爆款化妆品或护肤品,时间久了皮肤会受到伤害,加大长黄褐斑的概率。

黄褐斑的预防与治疗

基础调理。当发现内分泌失调的时候,注意调整自己的内分泌,使其变得有规律可循,在日常的生活中要注意调节自己的心态,保证充足的睡眠,当面对压力的时候,要学会释放压力,一年四季都要注意防晒。

综合治疗。综合治疗有物理治疗、水光针治疗、外用药物治疗3种方式。选择哪种治疗方式,要针对病因选择治疗方案。

黄褐斑治疗过程比较漫长的,每个患者的病因、体质不同,治疗方式也不同,因此要具体问题具体分析,不要乱用药,避免对皮肤造成新的伤害。

王大军

多吃这些食物可补脑

花生 花生含有丰富的卵磷脂和脑磷脂,它们是神经系统所需的重要物质,能够延缓大脑功能的衰退,抑制血小板凝集,防止脑血管的形成。实验证明,经常食用花生可以改善血液循环、增强记忆能力、延缓衰老,是名副其实的“长生果”。

鱼肉 鱼肉是促进智力发育的首选食物之一。鱼肉富含DHA,俗称“脑黄金”,对于提高大脑的记忆能力和思考能力非常重要,并能防止脑细胞退化,延缓大脑的衰老。同时,鱼肉的脂肪含量非常低,又含有丰富的蛋白质和钙,对人体健康很有帮助。

鸡蛋 鸡蛋是一种常见的营养补充来源。蛋黄含有丰富的卵磷脂、甘油三酯、胆固醇和卵黄素,对神经的发育有重要的作用,能够促进大脑发育,增加记忆力。

核桃 核桃含有丰富不饱和脂肪酸,能够降低胆固醇的含量,对心脏有一定好处。除此之外,核桃也含有丰富的维生素B和E,可以防止细胞老化,增加记忆力及延缓衰老,所以核桃有“万岁子”“长寿果”之称。每天早晚吃几个核桃,对身体有很大帮助。

南瓜 南瓜含有丰富的β-胡萝卜素。据研究发现,多摄取β-胡萝卜素可以维持较为敏锐的思考能力。南瓜子含有的锌元素,可以帮助脑部发育,有助于脑部运转。

海带 海带中含有丰富的亚油酸、卵磷脂等营养成分,有健脑的功效,海带等藻类食物中的碘类物质,是大脑发育过程中不可缺少的。

香蕉 香蕉含有丰富的矿物质和钾离子,可以平衡身体内的钠离子,有促进细胞和组织生长的作用,常吃香蕉对补脑很有帮助。除此之外,香蕉中还含有一种能够帮助人体制造开心激素的氨基酸,可以减轻心理压力。董宁



4月5日,家长带着孩子在山东省枣庄市东山村田间玩耍。当日是清明节,不少人来到户外踏青游玩,感受美好春光。新华社发

春燥降火妙方

春天开始气候变暖,自然界阳气萌生由弱转强,阴气由盛转衰乃至消失。气候变化无常,乍寒乍暖,时晴时雨。和自然界一样,人体内的阳气随着春暖也开始苏醒,渐成主角。如果遇到外界气温骤升、阳气大盛,体内外阳气交织,容易导致身体积热。因此,这个季节极易上火。

中医认为,上火的症状为头晕、口腔溃疡、牙龈肿痛、咽喉疼痛、有口气、脸上长痘等,而且还会影响消化系统,出现小便赤黄、便秘。同时,体内的火可以引来外感,患感冒、肺炎、流感的概率增加。春季降火妙方如下:

嗓音干哑 饮淡盐水、橘皮糖茶。
咽喉肿痛 嫩丝瓜捣烂挤汁,频频含漱;醋加等量的水漱口可减轻疼痛;用一匙酱油漱口,一分钟左右吐出,连续三四次。

有口气 藿香15克洗净,加水煎5分钟,弃渣取汁,再将粳米50克熬成粥后,加入藿香汁食用;将藿香换成薄荷煎粥,也可以防治口气。

咳嗽 桑树皮10克,甘草、竹叶各5克,洗净入锅,加水适量煎服,可治清晨多痰;生姜1块切碎,鸡蛋1个,香油少许,像煎荷包蛋一样,把姜和蛋一起用香油煎熟,趁热吃下,每日2次。

口干舌燥 百合、杏仁和粳米同煮,到粥煮好时,加入梨干、枇杷干,再拌入少许蜂蜜即可服用。

脸上长痘 将芹菜、西红柿、雪梨、柠檬洗净后榨汁饮用,每日1次;或者用胡萝卜、芹菜、洋葱榨汁饮服,都有清热、解毒、祛火的作用。 泽川