

专家提醒：春季踏青要有“防范之心”

本报记者 朱传胜

眼下，正是踏青赏花时。工作之余，不少市民举家出游，远足郊外，爬山穿林，享受春日美好。对此，河南理工大学第一附属医院急诊医学科主任王旋麟提醒，大家在踏青赏花时，一定要规避风险，注意自我保护，避免和预防意外伤害及病患。

过敏者春游切勿“拈花惹草”

王旋麟指出，春天百花争艳，室外过敏原中，最常见的是花粉，而花粉变应原主要来自树木、青草和野草。当人们踏青赏花时，不少草木散发出“天然活性物质”或花粉等，让一些人产生过敏反应，从而诱发过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性皮炎等。因此，有过敏史者春游时切不可“拈花惹草”，回家应及时洗手、洗脸。春游时不要到草丛中嬉戏，尽量不与花粉等过敏原接触。带上抗过敏类药物和防晒护肤品，一旦发生过敏应及时到医院诊治。

踏青赏花切勿“招蜂引蝶”

王旋麟提醒，春日赏花，千万不能见花就摸、逢花就

嗅，更不要“招蜂引蝶”。因为百花盛开时，也是蜂蜇伤的高发季节。蜂毒主要含蚁酸、神经毒素和组胺等，轻者表现为局部红肿、疼痛及瘙痒等症状；严重时，可能出现肾功能衰竭、过敏性休克、急性肺水肿，甚至死亡。毒力以蜜蜂最小，而马蜂的毒素可致人死亡。因此，赏花时尽量不要去碰蜜蜂，更不要去招惹马蜂。看到马蜂窝千万不要用石头砸或拿棍捅，带孩子的家长更要教育孩子注意安全。若不慎触动了蜂巢，要就地蹲下，待蜂群活动恢复正常后再离开。

遭受蜂蜇，应立即拔出毒刺，然后用清水冲洗伤口并立即去医院治疗，千万不要用手挤压，以免毒液扩散。

避免蜂扰最明智的方法是“不留香”，不喷香水、不携带甜食和含糖饮料。

赏花时要远观而不可亵玩

王旋麟说，三月正是踏青赏花好时节，而有些看似美艳的花却有毒性，如夹竹桃的茎、叶乃至花朵都有毒，误食会中毒；杜鹃花误食会引起休

克；冬珊瑚、龟背竹、石蒜等，都含有不同的有毒物质。所以，赏花时最好以眼观为主，不要随意将花草放入口中嚼食，尤其是小朋友，家长一定要看管好。

王旋麟表示，郁金香的艳丽花色虽能吸引游人流连忘返，但由于郁金香含毒碱，游人不宜长时间在花丛中逗留，特别是不要近距离嗅花香。另外，超过两个小时在郁金香花丛中，有些人可能会出现毛发脱落等过敏症状。尤其值得一提的是，外出踏青，不要采集未食用过或不认识的野生果、山野菜和野生蘑菇等，食用后一旦出现中毒症状，要立即催吐，并尽快到附近医院就医。

踏青尽量别在草地久坐

王旋麟建议，外出踏青游玩时要尽量避免草地、树林等地长时间坐卧，这些地方常有隐藏在草丛里的“杀手”——蜱虫。

王旋麟介绍，蜱虫俗称“草爬子”，是一种椭圆形小虫，呈红褐色或灰褐色，芝麻粒大到米粒大，吸血饱后胀大

如黄豆，主要栖息在草地、树林等环境中。蜱虫在吸血时，会分泌神经毒，有时使宿主麻痹或死亡，并会传播森林脑炎、出血热等疾病，造成死亡或形成后遗症。每年4月至9月都是蜱虫活跃期，这个时候人们户外活动增多，很容易被蜱虫“叮”上。

王旋麟称，一旦被蜱虫叮咬不要恐慌，无论蜱虫在人体或动物体表，还是游离在墙面、地面，都不要用手直接接触，甚至挤破，要用镊子或其他工具夹取后烧死；如不慎皮肤接触到蜱虫，尤其是蜱虫被挤破后的流出物，要进行消毒。一旦发现蜱虫叮咬或钻入皮肤，可用酒精涂在蜱虫身上，使蜱虫头部放松或死亡，再用尖头镊子取出蜱虫。不要生拉硬拽，以免拽伤皮肤或将蜱虫的头部留在皮肤内。取出后，再用碘酒或酒精作局部消毒处理，并随时观察身体状况，如出现发热、叮咬部位发炎破溃及红斑等症状，要及时就诊，主动告知医生有蜱虫叮咬史，以便医生诊断是否患上蜱传疾病，避免错过最佳治疗时机。

市医学会骨科专业委员会成功换届

焦煤中央医院当选主委单位

本报讯(记者朱传胜 实习生张静宇)3月26日，由焦作市医学会主办、焦煤中央医院承办的焦作市医学会骨科专业委员会第五次代表大会暨学术年会在月季大酒店召开。市卫生健康委、市医学会及焦煤中央医院有关领导与全市上百名骨科专业领域医务人员参加了大会。

会议选举产生新一届骨科专业委员会，焦煤中央医院骨科一区主任张之智被选举为新一届骨科专业委员会主任委员，焦煤中央医院成为新一届骨科专业委员会主委单位。

省医学会骨科学分会主任

委员高延征，省骨科医院首席专家孙永强，郑大一附院骨科主任医师刘宏建、殷力等多名省内知名专家教授应邀参加并开展了学术交流活动。

据介绍，去年，张之智带领团队成功应用iKPAS便携式导航系统为一名罹患重度骨性关节炎患者实施了人工膝关节置换术，让膝关节置换术达到了毫米级精度。这意味着，我市关节置换手术迈入数字智能化时代。在焦作看骨科，老百姓想到的是焦煤中央医院。2021年，焦煤中央医院被省卫生健康委确定为全省创伤(骨科)区域医



疗中心建设单位，此举彰显了骨科在行业领域的地位。此前，该院在2019年被焦作市卫生健康委员会确定为创伤(骨科)区域医疗中心建设单位。为了给创

伤患者提供全程无缝衔接服务，该院引进了一大批高档设备，为治疗提供有力支撑。

上图 大会现场。

本报记者 朱传胜 摄

科学认识唐氏筛查

本报记者 孙阅珂

2011年12月，联合国大会将每年的3月21日定为世界唐氏综合征日。那么，什么是唐氏综合征？又该如何避免唐氏综合征？在世界唐氏综合征日当天，记者走访了正在市人民医院门诊大厅义诊的产科护士长张苏明。

张苏明解释，唐氏综合征即21-三体综合征，又称先天愚型或Down综合征，是由染色体异常而导致的疾病。因为此病属于染色体病变，患病的孩子主要表现为智力低下，具有鼻梁低、眼距宽、眼裂小、常张口伸舌、通关掌或先天性

心脏病等特异性改变，这类孩子也被人们俗称为“唐宝宝”。在生殖细胞形成过程中，如果受到一些不良因素影响，生殖细胞染色体可能发生畸变，这是一种概率事件，所以每一个怀孕的妇女都有可能生出“唐氏儿”，而且随着孕妇年龄的增加，“唐氏儿”的出生概率更高。根据流行病学调查，孕妇年龄越大，患病风险越高，母亲年龄大于35岁，唐氏综合征发病率会明显上升，对于预产年龄在35岁以上的妊娠妇女，建议作羊水穿刺产前诊断。目前，由于该病在整个世

界范围内暂无彻底有效的治疗方案，因此产前筛查是预防此病最重要的一道防线，可以做到早发现、早干预，避免“唐氏儿”出生。

张苏明进一步解释，唐氏筛查具有无创、经济等优点。抽取中孕期孕妇静脉血3ml至5ml，检测的母体血清甲胎蛋白、血清人绒毛膜促性腺激素和非结合雌三醇指标，结合孕妇的年龄、体重、孕周、病史等进行综合风险评估，得出胎儿罹患唐氏综合征的风险度。临床中，一些准妈妈总是担心筛查结果

不好怎么办，其实没必要过于忧虑。当产前筛查结果显示为“高风险”时，这仅仅表明胎儿患唐氏综合征的概率高于一般孕妇，并不表示胎儿一定就是“唐氏儿”。另外，针对不同的筛查结果，医生还有不同的后续检查手段。对高风险或合并多项超声软指标异常的孕妇，接下来要作确诊性的检查即产前诊断(羊膜穿刺检查或绒毛检查)，从而确诊是否真的是“唐氏儿”。对临界风险、单项MOM值异常、唐筛高风险但有羊穿禁忌症的孕妇，医生

会建议无创DNA检测。对低风险、有条件的孕妇，则会建议选择无创DNA进一步检测或直接常规产检即可。

张苏明温馨提示，生一个健康、聪明的宝宝是每一个家庭的共同愿望，但我国仍是出生缺陷的高发国家，遗传因素和环境因素如噪声污染、放射污染、化学污染、微生物污染等是造成先天缺陷儿出生的主要原因，希望全社会都能提高唐氏综合征的认知度和关注度，强化出生缺陷干预，让每一名孕妇都能生出一个健康宝宝。



服务百姓
关爱健康



扫二维码
关注“焦作健康”

每周一出版

主编:金珊珊

执行:周丽娟

记者:朱传胜

新闻热线:13333916333

服务热线:15565602387

13598538802