专挑孩子“下手”!秋冬季要预防轮状病毒!

立冬以后,万物进入了休养状态,这是自然界的一种生物节律。随着气温微凉,我国部分地区出现呕吐、腹泻症状的小朋友们又多了起来。其中主要原因并不是“着凉了”,而是与一种逐渐活跃的微小致病微生物“轮状病毒”有密切的联系。据统计,在我国小于5岁儿童之中,超过三分之一的腹泻是感染轮状病毒所致。那轮状病毒是啥?常见症状有哪些?感染了轮状病毒该怎么办呢?一起来了解下!

轮状病毒是啥?

轮状病毒(简称RV)是一种RNA病毒。它是秋冬季节引起婴幼儿腹泻的主要病原之一。轮状病毒目前总共发现7种不同组别(A组—G组),不同国家与地区监测显示超过90%的人类轮状病毒感染病例都是A组轮状病毒引起。

轮状病毒是怎么传播的?

轮状病毒主要通过粪—口途径传播,也可以通过人—人接触传播,手、污染物、污染食品和水都可以作为轮状病毒传播的载体。轮状病毒不仅传染性强,而且还有很长排毒周期,从患者发病前2天到发病后10天均可持续排毒,所以很易在托幼机构、儿童病患集中医务场所、空气不流动人员密集的其它公共场所造成感染。

常见症状有哪些?预后如何?

患病的儿童会出现不同程度的腹泻,多伴呕吐和发热,严重时出现大便量多、水多、次数多而小便量少“三多一少”的临床特征。虽然轮状病毒传染能力很强,但大部分患儿症状不会太严重,经过适当补液、充分休息与合理喂养即可痊愈。

如果腹泻(或呕吐)严重时,家长们一定不可忽视,需要及时就医,尤其是小于1岁幼儿如不及时采取医疗救治,病毒可能会侵犯多个脏器引发惊厥等严重的并发症。

轮状病毒如何预防?

1、目前尚无特效抗轮状病毒药物,接种轮状病毒疫苗是预防轮状病毒急性胃肠炎最有效的措施。

2、同住家人要养成良好的卫生习惯,尤其要注意手卫生,不用脏手触摸小朋友的口、眼、鼻和食物等;饭前便后要及时清洁小朋友的手。

3、注意家庭卫生,室内常通风,宝宝们的食具(奶瓶、碗、勺等)使用前需清洗干净,衣被、玩具等要勤换洗。

4、鼓励和坚持进行母乳喂养。

5、托幼机构和学校中的小朋友感染后接触相关物品和环境,一定要彻底进行消毒,并根据物品种类特点采取高温、消毒剂或阳光暴晒等多种方式。

健康金钥匙专栏

本专栏由金坛区卫健局和金坛区疾病预防控制中心联合开设

医讯动态

常州市金坛第一人民医院:
开展学术交流协同查房 推动优质医疗资源下沉

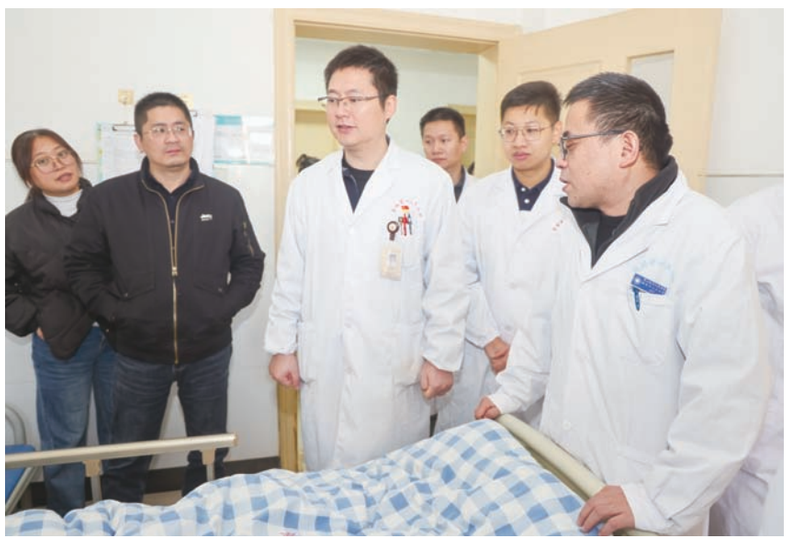
金坛第一人民医院医共体集团总院纪委书记、工会主席林燊日前带领外科第一党支部专家团队走进薛埠分院,开展学术讲座、协同查房。

床位医师详细汇报患者的病史、治疗方案等情况,总院医疗专家对患者进行细致的体格检查,全面评估分析患者病情,结合临床经验对患者的用药及治疗方案提出指导性意见和建议。总院外科第一党支部书记、医疗管理中心副主任谢华对病历文书书写、规范诊疗等存在的问题进行了指正。大家就医共体建设、远程会诊、医保报销等进行了沟通交流。专家一行还参观了康复疼痛中心,总院康复专家邱桂才对科室发展提出意见和建议。总院团委副书记陈然结合分院老年病科、骨科重点专科特色,以《骨盆骨折的急救与止血》为题开展了一场生动的学术讲座。

薛埠分院党支部书记仇扣忠说:“集团总院专家来院查房教学,实现了上级医院与基层卫生院的深度融合和资源共享,有助于基层医疗机构更好满足群众的医疗服务需求。希望集团总院派更多的专家来院指导,让基层患者在家门口就能享受到高水平的医疗服务。”

为进一步加强医共体建设,提升基层医务人员医疗服务能力,推动优质医疗资源下沉,金坛第一人民医院党委制定了《中共常州市金坛第一人民医院委员会基层党建联系点及支部结对共建制度》,旨在将党的建设与业务发展有机融合,推动集团向上向好发展。集团总院纪委书记、工会主席林燊指出,结对共建是以党建引领推动县域医共体集团发展前进的有效路径,对提高基层党的建设工作具有重要意义。他要求牢固树立“一盘棋”思想,积极探索“党建+业务”“党建+创新”等有效途径,围绕共同目标,共促资源互补,以高度的政治责任感和使命感,为集团发展注入新动力。

今年以来,金坛第一人民医院医共体集团总院各支部与分院各支部陆续开展结对共建,充分发挥县域医共体龙头单位作用,深入挖掘各医共体成员单位优势,讲团结协作、重学术氛围、求服务质量、创专科特色,通过组织业务查房、带教、技术指导、人才培养等,进一步落实“基层首诊、双向转诊、急慢分诊、上下联动”的分级诊疗模式,有效形成“资源共享、优势互补、共同发展”的良好局面,让基层百姓享受到优质便捷的医疗服务和医共体建设的成果。



(金医宣)

常州市金坛第一人民医院创伤中心:
在2024年环太湖创伤中心建设大会上喜获佳绩

太湖之滨日前迎来首届环太湖创伤中心联盟大会,本次大会由浙、苏、皖、闽四省医师协会创伤外科医师分会共同主办,聚焦创伤急救领域热点问题及最新进展,2000余名从事创伤外科、急诊、院前急救的医务人员参会。金坛第一人民医院创伤中心被授予“优秀创伤中心建设单位”荣誉称号。

此次创伤中心建设环太湖大会的成功举办,不仅为众多参会的专业人士搭建了一个学习交流平台,还推动大家碰撞出思维的火花、收获宝贵的经验,给创伤学科的发展注入了一股强劲的新活力与新动力。

金坛第一人民医院创伤中心成立于2019年,常驻极具外科急救经验的医生6名,同时骨科临床中心轮派创伤班24小时参与外伤急救,专业包括骨科、胸外科、颅脑外科、腹外科、烧伤科、泌尿外科及重症医学科。创伤中心设急诊外科、抢救室、创伤手术室,各专业由经验丰富的高年资医生及专科护士全天候提供创伤、急救服务。由各专业主任组成的急救专班24小时随时为大型、群体创伤救治作好准备。

目前,金坛第一人民医院创伤中心拥有呼吸机、除颤仪、自动复苏仪、保温毯、加温输液输血器、骨髓腔输液设备、加压输液输血器、输液泵、注射泵等急救设备,承担全区70%以上急诊创伤救治任务,院前急救系统完善,配备急诊DR、CT、B超等医疗设施和急诊检验等辅助功能科室,开展老年髋部骨折ERAS治疗康复流程,承担急诊创伤救治的培训及社会宣教任务,协调交警部门及120部门的合作。 (金医宣)

健康百科

盘点常见药物服用时间

我们常在药品说明书上看到“餐前服用”“餐后服用”等提示,“餐前服用”多久算“餐前”?为什么非得餐前服用?餐后服用会发生什么?那对应的,餐后服用呢?

饭前服用的药物

空腹服用的药物一般建议在餐前1小时服用,饭前服用的药物一般建议在饭前15—30分钟服用。需要饭前吃的药物,如果饭后吃了,食物可能会影响药物吸收而影响药效。这类药物一般有:

降糖药物。进食后血糖会升高,为避免血糖大幅波动,降糖药物一般餐前30分钟服用,具体药物如格列齐特、格列吡嗪、格列喹酮等。

消化系统药物。消化系统药物许多需要餐前服用,如质子泵抑制剂(奥美拉唑、泮托拉唑等)应在早饭前半小时服用,这样可以有效抑制饭后食物刺激引起的胃酸分泌增加;促胃肠动力药(多潘立酮、甲氧氯普胺等)建议饭前15—30分钟服用,可以帮助促进胃蠕动和食物向下排空;胃黏膜保护剂(复方谷氨酰胺、硫糖铝等)也应饭前服用,以便药物充分作用于胃壁。

此外,降脂药(如非诺贝特)和抗凝血药(如蚓激酶)也推荐在饭前服用。

饭后服用的药物

饭后服用的药物一般要在饭后15—30分钟服用,因为如果饭前吃了可能会加重胃部刺激,或者达不到想要的药效。此类药物一般有:

非甾体抗炎药。非甾体抗炎药(如对乙酰氨基酚、吲哚美辛、尼美舒利、布洛芬、双氯芬酸等)一般建议餐后服用,因为这样可以减少这些药物对胃肠道的刺激。但很多时候这种药物是按需服用的,如为了及时缓解症状,也不用非等到正常吃饭时间后,如果服用此类药物容易肠胃不适,可以少量吃点食物后再吃药。

维生素。维生素B1、B2等在胃的酸性环境中容易被破坏,饭后服用有利于维生素吸收。此外,还有一些药物如磷酸铝凝胶,根据不同适应证需选择不同服药时间。如治疗食道疾病时需餐后服药;治疗胃—食道返流、食道炎时于餐后和睡觉前服药;治疗胃炎、胃溃疡时于餐前半小时前服用;治疗十二指肠溃疡时于饭后3小时及疼痛时服用。

晨服的药物

晨服指早上服用,如果没有特殊强调,那就是早餐前或早餐后都可以。这类药物一般有:

长效降压药。长效降压药如氨氯地平片、培哚普利片、非洛地平缓释片、硝苯地平控释片、贝那普利片、西尼地平等,这些药物一般每日服用一次,建议在早晨7—8时左右服用,以维持一天的血药浓度,有效控制白天的血压高峰。

抗心绞痛药。这类药物如美托洛尔缓释片、比索洛尔片等。这些药物每日只需服药一次,应在清晨服用,以避免气温低时人体交感神经兴奋性提高,导致血压升高和心绞痛的风险。

抗抑郁药。这类药物如氟西汀、帕罗西汀、氟哌噻吨美利曲辛片等。这些药物多为每日给药一次,建议早晨服用,因为抑郁症的症状常表现为晨重晚轻,早晨服用有利于减轻焦虑、抑郁症状。

利尿药。这类药物如呋塞米、螺内酯等。如果每日服药一次,建议早晨服用,以避免夜间排尿过多影响睡眠和休息。

甲状腺激素类药物。这类药物如左甲状腺素钠片等。因其吸收不规律,宜在早餐前半小时用药,空腹将一日剂量一次性用适当液体送服,以利于药物的吸收。

睡前服用的药物

睡前服用的药物一般在睡前15—30分钟服用。这类药物主要有:

安眠药。常见安眠药有艾司唑仑、阿普唑仑、右佐匹克隆、氯硝西泮、唑吡坦等,一般在睡前15—30分钟服用。

抗过敏药物。如马来酸氯苯那敏、西替利嗪、氯雷他定、依巴斯汀等。这类药物容易引起乏力、嗜睡、眩晕等不良反应,建议在晚上服用。

平喘药。如白三烯(炎症介质)受体抑制剂孟鲁司特钠、β2受体激动剂沙丁胺醇、茶碱缓释片等,如果医生建议一天服用1次,晚上是最佳用药时间。因为哮喘患者经常在夜间或凌晨发作或加重。

钙剂。如碳酸钙D3片,若每日只服1次,服用的最佳时间建议餐后或者晚上睡前。一方面因为酸性环境有利于钙的吸收,进餐可以刺激胃酸分泌,饭后不久是胃酸分泌最充分的时候,饭后1小时左右服用钙剂最好。另一方面,按正常激素分泌调节作用,人体在晚间12点以后至凌晨时期内,血钙最低,夜间服用钙剂的吸收率最高。可以根据习惯来选择。看哪个时间最容易记起来服药,那就是最推荐的时间。

驱虫药。如灭虫宁、肠虫清等,睡前服用可减少白天的不适感。

需要强调的是,吃药前仔细阅读说明书中的“用法用量”,如果说明书有具体标准,如“饭后一小时服用”,那就以说明书为准,同时具体药物和剂量应遵循医生指导。

(来源:央视新闻客户端)

金坛第一人民医院12月外聘专家出诊表

专 科	姓 名	职 称	坐诊时间	所在单位
	孙 伟	主任医师	7日上午	上海一院
蔡郑东工作站骨科	孙梦熊	副主任医师	14日上午	
	沈嘉康	副主任医师	21日上午	
	马小军	副主任医师	28日上午	
	孙 健	副主任医师	21日上午	
夏术阶工作站泌尿外科	刘志宏	主任医师	5日上午	上海一院
	荆翌峰	主任医师	15日上午	
	陈慧兴	副主任医师	19日上午	
	夏术阶	主任医师	26日上午	
肺结节门诊	王海峰	主任医师	6日上午	上海肺科医院
	鲍 熠	副主任医师	13、27日上午	
	周逸鸣	副主任医师	21日上午	
胸外科	杨迪成	主任医师	31日下午	上海一院
袁伟杰工作站肾内科	杨 满	副主任医师	14日上午	上海一院
	戎 旻	主任医师	7日上午	
	谷立杰	副主任医师	28日上午	
	王 玲	副主任医师	21日上午	
朱丽专家团队甲乳外科	朱 丽	主任医师	7日上午	上海一院
	秦 钧	主治医师	14日上午	
	戴雪明	主任医师	21、28日上午	
消化科	曾 悦	主任医师	5、19日上午	上海一院
	陆伦根	主任医师	16日上午	
	万 荣	主任医师	26日上午	
	蒋巍亮	主治医师	14、28日上午	
吴云成专家团队神经内科	凌振芬	主任医师	14日上午	上海一院
	吴云成	主任医师	7日上午	
	朱潇颖	副主任医师	22日上午	
	张小瑾	副主任医师	28日上午	
王育璠专家团队内分泌科	丁晓颖	主任医师	14日上午	上海一院
	游 利	主任医师	7、28日上午	
	徐浣白	主任医师	21日上午	
心内科	林 松	主任医师	9、23日上午	南京一院
	张国兵	主任医师	7日上午	上海一院
黄陈专家团队胃肠外科	黄 陈	主任医师	27日上午	上海一院
	张人超	副主任医师	6、13、20日上午	
龙江专家团队胰腺外科	龙 江	主任医师	暂 停	上海一院
	董汉光	副主任医师	7、21日上午	
成峰专家团队肝胆外科	成 峰	主任医师	28日上午	省人医
	周浩明	副主任医师	14日上午	
肿瘤科	束永前	主任医师	5、19日下午	省人医
	刘怡茜	主任医师	12日下午	
妇科	徐 伟	主任医师	7日上午	上海一院
	桑震宇	副主任医师	21日上午	
生殖门诊	黄 洁	主任医师	28日上午	省人医
耳鼻咽喉科	董 频	主任医师	21日上午	上海一院
	英信江	副主任医师	27日上午	
牙种植修复科	祁胜财	副主任医师	4、18日全天	上海口腔医院
眼科	罗大卫	副主任医师	6、20日下午	上海一院
	傅 扬	副主任医师	7日下午	
	刘庆淮	主任医师	9日下午	省人医
	刘肖艺	主任医师	13日上午	
	王 飞	主任医师	27日上午	
疼痛科	许 华	主任医师	15日上午	上海岳阳医院
	季 锋	副主任医师	7日上午	
超声科	詹 嘉	副主任医师	7、21日上午	上海一院
皮肤科	王 飞	主任医师	3日上午	中大医院
	董正邦	副主任医师	31日上午	
	杨海晶	主治医师	17日上午	
整形美容科	刘安堂	主任医师	21日上午	上海一院
	林德锋	副主任医师	7日上午	
骨科超声介入	刁雪红	副主任医师	28日上午	上海一院
肛肠科	谷云飞	主任医师	25日上午	省中医
	史仁杰	主任医师	27日上午	
	陈邑岐	主任医师	每周六上午	

备注:所有号源提前一周均可预约,就诊当日时间段前15分钟取号,节假日专家门诊停诊,如有变动,以当日出诊为准!