

“夺命蜱虫”出没,谨防发热伴血小板减少综合征

发热伴血小板减少综合征,又称“蜱虫病”,是我国近年来新发现的一种自然疫源性传染病,主要经蜱叮咬传播,人与人之间也可经直接接触患者血液、血性分泌物、排泄物及其污染物传播,导致聚集性疫情发生。

发热伴血小板减少综合征的基本知识

该病传播媒介主要为长角血蜱,主要分布于丘陵地区的草地、树林、公园等。

病原体为大别班达病毒,潜伏期为7-9天,长者可达2周。该病起病急,主要症状为发热,多在38.5℃以上,伴有全身不适、乏力、肌肉酸痛、头痛、恶心、呕吐、厌食、腹泻等症状,后期常出现心、肝、肾等脏器损害的表现。

病情较重者可有表情淡漠、反应

迟钝、嗜睡等症状,晚期可有皮肤淤斑、吐血、黑便,严重者可导致死亡,病死率可达30%。

按照我省既往流行特点,每年的3-10月会出现发热伴血小板减少综合征的流行高峰。

防控要点

1、在蜱活跃的季节(3-10月)应尽量避开森林、丘陵地区草地等环境。如有需要,应采取必要的防护措施:

a、穿浅色长袖长裤,扎紧裤腿。应当尽量避免在蜱类主要栖息地,如草地、树林等环境中长时间坐卧。

b、户外活动前做好防护,裸露的皮肤涂抹含避蚊胺、驱蚊酯等有效成分的驱避剂。回家后及时洗澡,检查腋窝、腹股沟、头皮、颈部、腰部及脚踝下方等皮肤褶皱、薄弱部位有无蜱

附着。
c、如果同时携带宠物,需及时检查宠物耳部、腹股沟等部位有无叮咬的蜱。

2、身上或动物体表发现有蜱附着时不能随意用手拔除,更不能捏碎蜱的虫体或用酒精、烟头等去刺激,这样会导致被病原体感染的概率加大。

正确的拔除方式是:用镊子贴紧皮肤,夹住蜱的口器迅速拔出。

3、接触患者及因本病死亡患者血液、体液、血性分泌物或排泄物及其污染物的医务人员及其陪护转运人员等,应在标准预防的基础上,根据情况进行适当防护。同时,密切接触者应进行医学观察,观察期为自末次接触后14天,如出现发热、乏力、消化道不适等症状应立即前往医院就医。

a、在接触患者血液、体液、血性

分泌物或排泄物时应戴乳胶手套;离开隔离病室前,应摘除手套,洗手或手消毒。

b、在进行气管插管或其他可能产生喷溅的诊疗操作时,应穿隔离衣、戴医用防护口罩和护目镜(或防护面罩);离开病室前,按照标准脱除防护装备。

4、对本病的死亡患者,遗体应由专业技术人员行表面消毒处置,并用消毒剂湿润的中单包裹,负责遗体处置人员应采取适当防护措施。对病例或尸体的血液、分泌物、排泄物及被其污染的环境和物品,可采取焚烧、含氯消毒剂喷洒等方式进行消毒处理。

健康金钥匙专栏

本专栏由金坛区卫建局和金坛区疾病预防控制中心联合开设

金坛第一人民医院3月专家坐诊表

星期	专科	姓名	职称	时间
周一	普外科	徐颖	副主任医师	上午
		段建春	副主任医师	全日
	骨科	赵银必	主任医师	上午
		徐中华	副主任医师	下午
	甲乳专科	戴国芳	副主任医师	全日
	消化内科	张小平	主任医师	全日
	呼吸内科	姜文明	副主任医师	全日
	内分泌科	邓国忠	主任医师	全日
	心内科	杨黎明	主任医师	全日
		何雪松	副主任医师	下午
	肿瘤科	石永康	主任医师	上午
	风湿免疫科	李小兰	主任医师	全日
	妇科	沈粉华	主任医师	全日
	高危产科	林菊芳	主任医师	全日
儿科	邓英琴	主任医师	全日	
口腔科	王卫芳	副主任医师	全日	
皮肤科	龚小俊	主任医师	全日	
周二	骨科	李继春	主任医师	上午
		谢华	主任医师	下午
	普外科	虞卫新	主任医师	上午
	胸外科	丁需清	副主任医师	上午
	甲乳专科	谈震东	副主任医师	全日
	疼痛科	曹国平	主任医师	上午
	消化内科	赵凯	主任医师	上午
	心内科	卫小兵	副主任医师	上午
	呼吸内科	蒋和平	副主任医师	全日
	内分泌科	李君	主任医师	全日
	肿瘤放疗科	吴建华	主任医师	上午
	肿瘤内科	张玲	副主任医师	上午
	肾内科	戴贵军	副主任医师	全日
	妇科	倪息兰	主任医师	全日
儿科	潘莉	副主任医师	全日	
耳鼻咽喉科	王俐杰	副主任医师	全日	
周三	骨科	朱爱平	主任医师	上午
		汤立	主任医师	下午
	普外科	徐群	主任医师	全日
	泌尿外科	薛一峰	副主任医师	上午
	心内科	于文敏	主任医师	全日
	呼吸内科	张小勇	副主任医师	下午
	内分泌科	徐俊马	副主任医师	全日
	神经内科	于雪冰	主任医师	全日
	肿瘤内科	丁年东	主任医师	全日
	妇科	田声望	主任医师	上午
	高危产科	陈荣芳	主任医师	全日
	儿 科	袁霞	主任医师	全日
	耳鼻喉科	邵建飞	副主任医师	全日
	眼科	马建华	副主任医师	全日
皮肤科	朱宇承	主任医师	全日	
肛肠科	陈军	副主任医师	全日	
周四	骨科	程国林	主任医师	上午
		周忠华	主任医师	下午
	普外科	万航	主任医师	上午
	心内科	吕远	副主任医师	上午
	消化内科	罗明雄	副主任医师	下午
	呼吸内科	潘良	副主任医师	全日
	内分泌科	吴国荣	主任医师	全日
	神经内科	林伟	副主任医师	全日
	肿瘤放疗科	梁国华	主任医师	上午
	肿瘤内科	王海	副主任医师	上午
	妇科	曾艳华	主任医师	全日
	儿科	周国平	主任医师	全日
	肛肠科	翟金荣	副主任医师	全日
	周五	骨科	何劲	主任医师
邓建			主任医师	下午
普外科		葛海龙	副主任医师	上午
胸外科		林啸	副主任医师	上午
消化内科		赵凯	主任医师	上午
神经内科		周鑫	副主任医师	下午
呼吸内科		张俊华	主任医师	全日
内分泌科		戴小平	副主任医师	全日
血液内科		马建强	副主任医师	全日
肿瘤放疗科		汤琴	主任医师	全日
肿瘤内科		朱雅俊	副主任医师	上午
心内科		查小斌	副主任医师	上午
		周磊	副主任医师	上午
妇科		徐腊生	副主任医师	全日
高危产科	乔华	副主任医师	下午	
皮肤科	丁屹	主任医师	全日	
皮肤科	顾文文	副主任医师	全日	
皮肤科	王俐杰	副主任医师	下午	
皮肤科	黄海霞	主任医师	全日	
儿 科	王文辉	主任医师	全日	
肿瘤科	郭玉华	副主任医师	上午	
普外科	许剑	副主任医师	上午	
呼吸内科	鲍丽娟	副主任医师	全日	
泌尿外科	陈伟军	主任医师	上午	
儿 科	王自珍	副主任医师	全日	
普外科	陈文云	主任医师	全日	
周日	普外科	周林秋	副主任医师	上午
	儿 科	虞永杰	主任医师	全日

备注:所有号源提前一周可预约,就诊当日时间段前15分钟取完号,节假日专家号停诊!如有变动,以当日出诊为准!

医讯动态

AI助力精准诊疗!

金坛第一人民医院成功部署DeepSeek智能诊疗辅助系统

近日,常州市金坛第一人民医院成功部署基于DeepSeek引擎的智能诊疗辅助系统。这一系统的引入标志着医院在智慧医疗领域迈出了重要一步,AI技术的深度应用将为患者提供更加高效、精准的诊疗服务,进一步提升医院的医疗服务水平。

AI智慧大脑赋能医疗,提升诊疗效率

DeepSeek智能诊疗辅助系统被医护人员亲切地称为“AI智慧大脑”。该系统通过深度整合医学知识和海量病例数据,能够根据患者的症状、主诉、检查检验结果等信息,快速生成诊断思路,辅助医生做出更科学、合理的医疗决策。这一技术的应用,不仅缩短了诊断时间,还提高了诊断的准确性,为患者提供了更加优质的医疗服务。

网络安全与数据安全双保险,筑牢信息防线

在确保数据与网络安全的前提下,金坛第一人民医院采用私有化部署模式,将插件安装在国产化操作系统上,并通过iptables精细化策略配置放行端口,同时在DMZ区部署反向代理,实现严格的单向访问控制。这一架构设计不仅保障了数据的高效传输,还通过严格的权限管理有效降低了网络安全风险。

在数据安全方面,DeepSeek系统深度适配医院内网环境,所有诊疗数据



仅在网内运行,全程加密,数据交互封闭进行,严格遵循国家医疗信息安全规范。无需数据共享,彻底杜绝了信息泄露的风险。这种“双保险”机制,确保了患者隐私和诊疗过程的安全性,医生和患者都能安心使用。

助力智慧医院建设,推动医疗创新

此次部署DeepSeek系统,不仅是

医院信息化建设的重要里程碑,也是智慧医院建设进程中的关键一步。AI助手的引入,不仅提升了临床决策能力,还为医院未来的创新发展奠定了基础。随着AI技术的不断进步,DeepSeek系统将在精准诊疗领域发挥更加重要的作用,为患者提供更加个性化、精准化的医疗服务未来展望:AI技术引领医疗新未来。

常州市金坛第一人民医院的成功实践,为医共体集团内其他医疗机构提供了宝贵的经验。未来,随着AI技术的不断成熟和普及,智能诊疗辅助系统将在更多医院得到应用,推动医疗行业数字化转型。AI助手不仅提升了基层医生的诊疗能力,还将为患者带来更加便捷、高效的医疗体验,真正实现科技与医疗的深度融合。 金医宣

健康百科

辅酶Q10要不要补,听听医生怎么说

近日,由中国科学院院士陈晓亚牵头的科研团队与合作者通过利用引导基因编辑技术,创制了合成辅酶Q10的水稻新种质,将丰富辅酶Q10的食物来源,相关科研论文发表在期刊《细胞》上。

尽管人们可以通过日常膳食来补充辅酶Q10,但天然饮食中辅酶Q10的含量通常较低。相应补剂的研发极大补充了人们获取辅酶Q10的途径。

作为人体重要的营养成分,辅酶Q10在维持人体机能中扮演了什么角色?是否所有人都适合补充这种营养素?听听有关专家的建议。

人体“能量加工厂”的“发电机”

人体由几十万亿个细胞构成,细胞的状态直接关系到人体健康状况。当细胞能量充足时,身体各个器官便能正常运转;反之,人就会感到疲惫、倦怠,甚至出现健康问题。

那么,如何确保细胞能量充足呢?在细胞中,有一个重要的“能量加工厂”——线粒体。它负责把食物转化为人体可利用的能量,并供给身体的各个器官。而这个“能量加工厂”的“发电机”,便是辅酶Q10。它是线粒体呼吸链的电子传递体,负责传递能量转化时所需要的“燃料”——电子。在细胞代谢过程中,会产生自由基。这些自由基

具有很强的氧化性,会破坏细胞结构和功能,加速身体衰老进程。而辅酶Q10作为一种脂溶性抗氧化剂,能够及时清除自由基,维护细胞正常功能,延缓身体衰老速度。

“正常情况下,人体能够自行合成辅酶Q10,不需要外源性补充便可满足自身对辅酶Q10的需求。”陈晓亚介绍道。“我们自身合成的辅酶Q10是人体辅酶Q10的主要来源。但随着年龄增长,人体合成辅酶Q10的能力逐渐降低。通常30岁至40岁的时候,辅酶Q10的合成能力开始下降,老年阶段较明显。”上海市胸科医院营养科主管营养师吴慧文说。

吴慧文说:“由于辅酶Q10是一种脂溶性物质,食物里的辅酶Q10的吸收和脂肪吸收是同步的,如果有脂肪消化不良的话,如胰、肝功能不好,理论上可以考虑补充。长期吃素的老年人也要格外注意,这类人群本身辅酶Q10的合成能力下降,如果来源又不足,体内很容易缺乏辅酶Q10。”

“辅酶Q10会参与到人体能量的合成过程中。缺乏辅酶Q10会影响到细胞的能量代谢,影响心肺肝肾等器官的一些功能。”吴慧文说。此外,相关研究表明,外界压力、过度劳累、慢性疾病等因素也会加剧人体内辅酶Q10的大量消耗。40岁后大多数人体内辅酶Q10

含量会进入低水平状态,会出现身体容易疲劳,即使休息也难以缓解;皮肤变得干燥粗糙,出现皱纹和色斑;患心血管疾病、糖尿病等慢性病的风险增加,大脑还会因为缺氧而出现头晕、记忆力下降等症状。

并非所有人都适合补充

在人们的日常膳食中,深海鱼、动物心脏和动物肝脏中含有较高的辅酶Q10,每千克沙丁鱼中约含有33.6毫克辅酶Q10,每千克猪肝中约含有25.1毫克辅酶Q10。而蔬菜瓜果中的辅酶Q10含量则相对较低,如每千克青菜含有3.2毫克,每千克猕猴桃含有2.4毫克。

陈晓亚说:“目前传统的谷物中不含有辅酶Q10,我们创制的水稻新品种的辅酶Q10含量为每千克5毫克。三餐食用富含辅酶Q10的米饭能让人多吸收1—2毫克的辅酶Q10,且高温蒸煮对辅酶Q10影响较小。”对此,中国科学院院士、中国热带农业科学院院长黄三文指出,这项研究为开发富含辅酶Q10的功能性水稻品种打开了通路,有望为人类提供新型膳食营养来源。

“富含辅酶Q10的米饭和低钠盐、含钾盐类似,都属于特定营养强化性食物。在需要补充的前提下,亚健康人群可以选择性地摄入。”吴慧文表示,年

龄相关的辅酶Q10合成能力下降和其他原因,如服用药物、患有慢性疾病等,导致的辅酶Q10缺乏,仅通过食补难以起到治疗作用,这时就应考虑摄入补剂,有针对性地补充。此外,心脏病等特定医疗状况人群,以及服用他汀类降胆固醇药物的人群,服用辅酶Q10时建议遵医嘱。”

但值得注意的是,并不是所有人都适合补充辅酶Q10。“辅酶Q10还有抗炎、降血压、降血糖,改善胰岛抵抗的功能,血糖、血压本身就低的人群,不建议补充。此外,未成年、孕产期女性也不建议补充。”吴慧文说。

吴慧文表示,《中国居民膳食营养素参考摄入量(2023版)》基于大于100mg/d的辅酶Q10能显著改善胰岛素抵抗、降血压,提出降低心血管代谢性疾病相关危险因素的特定建议值是100mg/d。如果想缓解疲劳,也可以参考这一剂量,但是不能把辅酶Q10作为保命回血的良方,最重要的还是保证充足有效的休息时间。她还提示,目前还没有辅酶Q10的最高可耐受摄入量。不过,研究表明,辅酶Q10没有急性毒性,也没有致畸作用,是相对比较安全的膳食补充剂。

(来源:人民网)

