

外伤急救“勿乱动”

陈凤尤

例:肢体变成了肉泥

一位年轻的工人在造纸机器上传递纸带时,因疲劳一不留神,手臂被机器转入了滚轴。一声惨叫惊动了车间的工人,于是机器被停了下来,但是这位工人的手臂卡在机器里,怎么也拉不出来。车间主任灵机一动,想出了个主意:将机器往回倒一下不就出来了吗?结果工人的手臂是出来了,但是肢体却因两次挤压变成了一堆肉泥,最后不得不被截肢。

在生产过程中,如果机器压轧了身体的某一部分,此时切忌开动机器使其传递出或倒转退出被挤压的身体部分,而是应该立即关闭机器,拆卸某些部件或用撬杆将机器致压部位强力撑开,解除压迫因素后再移出受挤压部位,否则伤者身体有可能再一次受到重创。

搓:他的手指脱落了

一位小男孩由于考试不及格,害怕父母打骂而不敢回家,躲在街边的一个屋檐下过夜。夜晚零下20摄氏度的低温使得小男孩严重冻伤。第二天当他妈妈找到儿子时,心疼极了,赶忙拿起儿子的小手想给他搓热,谁知不仅没有搓热儿子的手,反而使他的手指脱落了。

冻伤因素的解除实际上就是使受伤部位复温和保护,正确的做法是,立即使伤员脱离寒冷环境,用温水快速复温,水温以42摄氏度左右为宜。将冻伤部位在水中浸泡10分钟,至冷冻区组织软化、皮肤转红为止。对于

职业健康

卫生部新闻办公室协办



他可能不会大小便失禁,他可能不会发生肢体骨折,他可能不会被截肢,如果救护者能做到——外伤急救“勿乱动”。

背:肢体瘫痪了

一位建筑工人不慎从工地高处摔下来,腰部受伤,几个好心的工友二话不说急匆匆地背着他来急诊。医生检查时,发现伤者大小便失禁,双下肢的感觉、运动迟钝。询问工友时,他们都诉伤者在背来之前脚、腿都是会动的,医生心里明白了,这又是“背”的过错。

当伤者从高处坠下,臀部或腰部着地时,有可能导致脊柱的骨折和脱位,像这样的受伤者,在急救时不能用搀扶或背的方式,而必须用平卧搬运法,即两人或数人蹲在伤员的同一侧,分别托着伤员的头部、背部、腰部和腿部,运动一致地把伤者托放在平板上。对这类受伤者如果处理不当,往往会导致脊髓神

经受伤,造成肢体瘫痪。

拖:肢体骨折、脱位

在一次矿山塌方事故中,有几位工人被压在了土石堆里,工人们立即展开了营救,撬开土石,寻找伤员。后来发现了一位伤员,头部及上半身仍然在活动、挣扎。于是几个工人“一、二、三”齐力把这位工人往外拉,最后人是拉出来了,但却引起了肢体骨折与脱位。

对于塌方事故中全身被挤压的患者,不能单纯采用挖掘的方法,因为可能伤及被挤压者,又可能使挖空后的石块、泥土或木梁等再次坍塌。像这样的受困者要注意结合使用撬、搬的方法从上至下移出受压的身体。要尽快暴露出伤者的头部,并迅速清理口、鼻的异物,保持呼吸道的通畅,以免发生窒息。同时清除压在胸部的物体,保证伤者的呼吸、循环功能正常。

“取消乙肝检测”:假新闻背后有真实民意

孙瑞灼

近日媒体报道:中国疾控中心免疫规划中心病毒性肝炎室主任崔富强透露,卫生部拟出台政策,在常规体检表中取消乙肝“两对半”检测。当晚,卫生部就此回应:“常规体检删除乙肝项目”非官方意见,只是专家个人意见。那位崔专家随即也辟谣:我的意思被误解,我不清楚卫生部有此打算。

乙肝检测涉及众多乙肝患者以及乙肝病毒携带者的各项权利,卫生部及时做出权

威表态,澄清事实,值得肯定,但是,我们还必须正视这一假新闻背后的真实民意诉求。我国是个乙肝大国,乙肝病毒携带者超过1亿人,约占总人口的10%。1/3是因不安全注射造成的,40%是通过母亲传染的。虽然,劳动和社会保障部、卫生部早已下发《关于维护乙肝表面抗原携带者就业权利的意见》,不得歧视乙肝患者,更不能因为携带乙肝病毒,在入学就业上设置障碍。教育部此前就曾明确要求高校不得拒绝录取肝功能正常的乙肝病毒携带者,人事部也曾明确要求各地在公务员招考中不得将携带乙肝病毒作

为拒绝录用的条件。但这些规定在现实中流于形式,并没有得到很好的贯彻和执行,乙肝歧视问题在现实中还相当普遍,在一定程度上影响到他们的入学、就业等方面的权利。

事实上,至今无任何科学证据证明,乙肝“两对半”会影响与其日常接触者的健康,因此常规体检就没有必要检测乙肝。取消乙肝歧视,减少社会各界对乙肝的误解与恐慌,是近年来乙肝病毒携带者的一种强烈诉求。对此,诸多专家、学者以及社会团体,也一直在进行积极的努力,在各种场合大声疾呼取消乙肝检测,尊重与归还乙肝患者的合法权益。因此,自“卫生部

拟从常规体检表中去除乙肝检测”的消息传出后,就引发了媒体、坊间、网友的热议,无论是媒体,还是公众,都给予了积极的肯定。许多媒体纷纷发表评论文章,对这一新政表了一致的赞许,民意调查也显示,有高达8成的网友对此表示支持。虽然,这一消息被证伪,但我们要看到假新闻背后有真实民意诉求。

因此,有关部门应该正视真实民意诉求,就是否取消乙肝检测认真地进行一次反思,将专家的提议尽快提升到政府部门的可行性论证,从而出台相关政策,迈出消除乙肝歧视的关键一步。

健康时评

不是人人适宜海滨疗养

适宜海滨疗养的疾病:一般来说,海滨地区的昼夜温差大,有助于提高人体免疫力或抗感染的抵抗力。日光浴有益人体,还能增强食欲,并通过紫外线的杀菌作用而改善环境卫生。研究表明,海滨较强的紫外线对治疗许多皮肤病、淋巴结节、静脉曲张、外伤性溃疡、软组织创伤及溃疡、结核性淋巴炎、神经性皮炎、慢性风湿性关节炎、慢性肾炎、骨软化症,以及某些妇科病等均有一定疗效。因此,有以上疾病的人适宜到海滨进行疗养。

不稳定的人,来到海滨会引起自主神经功能失调症状。

海滨温差变化较大,当多风时,寒冷对体温调节功能低下的患者,如哮喘、风湿病及器质性心脏病者不利。人体在受冷后排尿增多,对肾脏患者也不利。甲状腺功能亢进的患者,如在海滨气候区进行日光浴,会使病情恶化。接受过多紫外线照射会促进胃酸大量分泌,加重胃溃疡病情;对活动性肺结核、心力衰竭、动脉硬化、高血压及肝功能严重损害等患者不利,也可使白血病、恶性贫血患者病情恶化。(魏文)

洗澡 别用搓澡巾使劲搓

夏天到了,小张买了一条搓澡巾,洗澡时使劲搓皮肤,认为这样既可缓解肌肤的疲劳,又能彻底洗掉皮肤上的脏垢。然而,最近她发觉身上出现了“小红点”。她到医院皮肤科检查后,被确诊为病毒性疣。

很多人喜欢在洗澡时用搓澡巾用力擦洗皮肤,认为这样才可以洗掉皮肤上的脏垢,并视之为讲卫生的好习惯。其实,从皮肤的生理角度来看,不仅不讲卫生,而且对皮肤有害。皮肤的最外层是表皮层,表皮层的最外层是角质层,它是皮肤直接和外界各种有害物接触的第一道防线。皮肤不但对外的摩擦、牵拉、挤压、冲撞等有一定的缓冲能力,对紫外线、磁力线及放射线等也有一定的吸收能力和部分遮挡能力,还是人体防止微生物和寄生虫侵入的第一道屏障。

搓澡巾质硬而粗糙的表面直接损伤皮肤,如果洗澡时用搓澡巾用力搓洗皮肤,会使角质层受损,甚至会造成皮下出血,皮肤的卫士受损了,机体很容易遭受外界环境的种种损害,而长期下来也容易加速皮肤的老化,保护作用减弱。其次,使用搓澡巾,还可传播一些皮肤传染病。传染性疣就是一个典型例子。传染性疣俗称水瘰子,是由传染性疣毒引起的一种常见皮肤传染病。正常的皮肤表面有皮脂腺、汗腺分泌物形成的酸性保护膜,以及角质层的保护,病毒不易侵入。当皮肤的保护作用减弱或有微小缺损时,病毒就钻入皮肤引起一系列疣的丘疹。这些丘疹内有病毒存在,一旦被抓破或搓破,病毒就会传播开来,引起更多的皮疹。据调查,使用搓澡巾的人患这种病的几率要比不使用的人高4—10倍。所以不提倡用搓澡巾洗澡。(杨凯艳)

虚脱和休克不是一回事

问:经常听到虚脱和休克这两个词,请问虚脱和休克是一回事吗?

答:日常生活中常会碰到这样的情况:在炎热的烈日下工作时,在闷热的浴室洗澡时,长时间蹲坐突然站起来时,胆小的人看到了鲜血后,或打打针时突然头晕,摔倒在地时,此时,人们常大喊“休克了”。其实,这种突发的晕倒不是休克,而是“晕厥”,俗称“虚脱”。

温热水,并用手指指压膝盖下三横指,胫骨外侧的足三里穴,使之有很强的麻感,可以起到醒神、兴奋中枢、调整植物神经功能的作用,有助于急救病人。通过以上处理,大部分入能够逐渐自行恢复。

而休克则是以循环衰竭为基础的危重病理过程,有明显的病因,如严重创伤、大出血、过敏反应、感染及中毒等,引起全身血液循环障碍,导致机体各脏器及组织灌注不足,细胞代谢障碍,危及生命。患者表现为情感淡漠、意识模糊、手足发凉,皮肤苍白、潮湿等。虽然也有头晕、面色苍白,出冷汗,但检查可以发现肢体的末端湿冷、烦躁不安或表情淡漠、脉搏微弱及神志模糊,其性质和后果均十分严重。虚脱可以就地进行处理,休克则必须立即送医院抢救。(蔡守宁)



夏季炎热,几个老朋友相聚在一家露天露天的餐馆里,大家边吃边聊,谈笑风生,酒兴正浓之时,其中一人大笑,一阵剧烈咳嗽之后,头一低,身子一歪,竟晕了过去。众人慌乱,大呼小叫,数秒钟将他唤醒,发现他面色苍白,出了一身汗,于是急忙送往北京友谊医院进行诊治。

据北京友谊医院的临床医生介绍,咳嗽晕厥综合征是指连续剧烈咳嗽而引起的短暂一过性意识丧失。本病表现为:剧烈咳嗽后出现一过性意识丧失,面色苍白,肌无力等,站立者可发生跌倒现象。连续剧烈咳嗽可刺激迷走神经,致使反射性周围血管张力下降,血压下降,心率减慢;剧烈咳嗽可使胸内压骤升

边吃边聊惹祸端

(可高达40.0Kpa),导致静脉回心血量减少,左心排出量减少,是引起脑缺血、缺氧,发生晕厥的主要原因。咳嗽晕厥综合征好发于男性,身材矮胖,胸廓宽大、食量大、嗜好烟酒、性格开朗、健谈的中年男性(约占95%)。晕厥常发生在坐在进餐、饮酒或大笑中并发剧烈咳嗽时,多在剧烈咳嗽数秒钟发生一过性意识丧失,发作持续时间多在10秒钟之内,随后意识清醒,恢复后无后遗症。

预防咳嗽晕厥综合征的发生,应注意做到以下几点:1.积极治疗引起咳嗽的原发病,特别是患有慢性呼吸道疾病(如慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病、肺气肿、哮喘等),对剧咳者可用药物对症治疗;2.养成良好的饮食习惯,饮食宜清淡、多样化,避免暴饮暴食,不边聊、边笑、边吃,以

专家提醒:夏季经常腹泻警惕结肠癌

腹泻入员易患结肠癌

来自北京市健康保障协会的消息称,中国结肠癌发病率明显低于美国,从流行病学的观点看,结肠癌的发展和环境、生活习惯,尤其是饮食习惯有关。结肠癌集团的首席终检张守义认为,在临床上被确诊的结肠癌患者中,有60%的人曾患有结肠炎,结肠癌在40岁~50岁年龄段发病率最高,建议市民(尤其是患有结肠炎经常腹泻的人)35岁起就应该定期做肠镜检查。结肠癌生长很慢,早期症状通过肠镜通常可以检查出,不用手术就能治愈。

肠镜可早期确诊结肠癌

北京市健康保障协会会长、总检体检集团总检张守义表示,早期的肠镜检查非常重要,在国外,2/3的人到医院就诊时已经为时过晚,病人早期诊断可以不用手术就能治愈,但许多患者都错过了时机,因此所有35岁之后的人每年都应该做肠镜检查。张守义表示,目前有些体检者在选择检查项目时并没有这方面的意识,有的人是为了省钱,有的人是觉得肠镜检查会很不舒服,因此直到觉得有异常的时候才真正下定决心进行检查,但基本都已经是晚期了。有的人觉得血常规检测就可排除,但只接受简单血常规检测并不可靠,例如刷牙时刮破牙龈黏膜,也会

10月三级医院开展实名预约挂号

本报讯 国家卫生部近日下发《关于在公立医疗机构开展预约挂号工作的意见》,并就此征求意见。《意见》要求,2009年10月开始,所有三级医院都要开展预约挂号服务。根据《意见》要求,公立医院不得擅自提高预约挂号收费标准,不得与中介合作开展此项收费服务,并按制度规范专家出诊。《意见》要求,公立医疗机构不得与任何社会中介机构合作开展向患者收取费用的预约挂号服务。在预约挂号时要推广采取实名制方

式。医疗机构与社会中介机构合作开展预约挂号服务的,要尽快提出整改意见,进行清理。《意见》要求,医院要制订服务标准引导患者通过预约挂号就诊,逐步提高预约挂号占门诊挂号尤其是专家门诊的比例。原则上预约挂号的患者要安排优先就诊。要逐步做到出诊医师预先了解预约患者的有关信息,对需要进行实验室检查和设备检查的提前做出安排。对于需要复诊的门诊患者,接诊医师要主动提示患者可以通过预约挂号复诊。

我国拟建电子病历记录医疗费用

本报讯 近日,卫生部在其网站上发布关于征求《电子病历基本架构与数据标准(征求意见稿)》意见的通知,继续落实推动医药卫生体制改革的相关工作。《意见》首先明确,电子病历是医疗机构对门诊、住院患者(或保健对象)临床诊疗和指导干预、数字化的医疗服务工作记录,是居民个人在医疗机构历次就诊过程中产生和被记录的完整、详细的临床信息资源。现阶段

的首要目的是满足区域范围内医疗卫生机构之间的临床信息交换和共享需要,实现以健康档案和电子病历为基础的卫生信息协同。《意见》要求,电子病历的主要内容应包括:病历概要、门(急)诊病历记录、住院病历记录、健康体检记录、转诊记录、法定医学证明及报告、医疗机构信息等七个业务领域的活动记录。其中,病历概要中须记录医疗费用方面的相关信息。

新版尘肺病诊断标准 11月起实施

本报讯 卫生部日前发布新版《尘肺病诊断标准》。新标准将尘肺明确分为三期,删除了旧版中“无尘肺0”和“无尘肺0+”的表述。新标准由卫生部职业病诊断标准专业委员会提出,卫生部批准。自2009年11月1日起实施,代替现行的2002年版本。新标准增加了观察对象,具体为:粉尘作业人员健康体检发现X射线胸片有不能确定的尘肺样影像学改变,其性质和程度需要在一定期限内进行动态观察。

分布范围至少达到2个肺区。二期尘肺是指有总体密度2级的小阴影,分布范围超过4个肺区;或有总体密度3级的小阴影,分布范围达到4个肺区。三期尘肺是指有下列情形之一者:有大阴影出现,其长径不小于20毫米,短径不小于10毫米;有总体密度3级的小阴影,分布范围超过4个肺区并有小阴影聚集;有总体密度3级的小阴影,分布范围超过4个肺区并有小阴影。尘肺病诊断标准的表述是:具体尘肺病名称+期别,如矽肺一期、煤工尘肺二期等。未能诊断为尘肺病者,应表述为“无尘肺”。

八部门联合开展安全用药科普活动

本报讯 国家食品药品监督管理局与教育部、卫生部等八部门联合开展的“安全用药家庭健康”科普宣传活动近日启动。据世界卫生组织报告,全球有一半的药物在被不合理应用,使病人产生耐药性甚至受到严重伤害。为增进我国公众安全用药、合理用药的意识,本次安全用药科普活动将通过报纸、电视、广播、网络等各种媒体,面向全国公众广泛宣传安全合理用药科普知识和相关法律法规。活动期间还将举办以家庭为单位参与的全国“安全用药家庭健康”知识竞赛活动。

全国“安全用药家庭健康”知识竞赛活动将以家庭为单位,突出和谐理念,增强家庭用药安全意识。全国分38个赛区进行初赛,选拔出优胜者参加在北京举行的复赛、决赛。此外,知识竞赛活动还在搜狐健康频道设立竞赛专题,公众可以参与安全用药知识网上闯关游戏,体验知识竞赛活动的知识性、趣味性和娱乐性。

2009 预防呼吸道疾病宣教活动启动

本报讯 流行性感冒、肺结核、军团菌病、猩红热、麻疹、水痘、风疹、流行性脑脊髓膜炎、流行性腮腺炎……这些常见的呼吸道传染病您了解吗?它的传染性有多强,是通过什么途径传染的?当它出现在您的生活当中时,该如何进行预防与治疗?近日,由全国心系系列活动组委会“心系女性”活动办公室主办,美国礼来公司协办的

“家庭小药箱——2009年度预防常见呼吸道传染病”宣传教育活动在京启动。在爱心企业的大力支持下,在社会各界的关注下,“家庭小药箱——预防常见呼吸道传染病”宣传教育活动今后将分为三个阶段,陆续在全国40个重点城市女性及传染病高发区,如城乡接合部、公共场所等逐年推开,预计直接受益人群逾800万。

治血精可选中成药

精亏火旺 血不循经 血精患者若同时伴有齿龈出血,甚或唇甲色淡、皮肤淤点、头晕目眩等症状,治疗宜阴阳双补,可口服归脾丸,每次6~9克,每日2次,同时每次佐以复方阿胶口服液1支。

边吃边聊惹祸端

预防咳嗽晕厥综合征的发生,应注意做到以下几点:1.积极治疗引起咳嗽的原发病,特别是患有慢性呼吸道疾病(如慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病、肺气肿、哮喘等),对剧咳者可用药物对症治疗;2.养成良好的饮食习惯,饮食宜清淡、多样化,避免暴饮暴食,不边聊、边笑、边吃,以