

结核病不可怕 预防最重要

众所周知,结核病是慢性传染病,所以积极预防结核病就显得尤为重要。以下就介绍几种预防结核病的方法:

1.及早发现新发结核病人

结核病的传染主要是发生在病人未被发现并进行治疗之前,1名具有传染性的结核病患者(即传染源)平均可传染15人。因为在未明确诊断前,结核病人没有采取任何预防手段,在与家庭成员、同事、同学等密切接触的过程中,接触者就容易被结核菌感染。因此,预防结核病的首要措施是尽早发现隐藏在人群中的新发病人。

2.进行彻底治疗,缩短传染期

及早发现新发病人,在治疗方面能带来很多好处:可选择的药物比较多;治疗费用低;药物不良反应小,安全性大;病人治愈的可能性大,缩短治疗的疗程。对结核病人治疗的根本目的在于对病人进行彻底治疗,缩短其传染期。因此,对病人进行彻底治疗是有效进行结核病预防的重要措施。

3.让感染结核菌者减少发病

约有10%的感染结核菌者可



医疗部门要做好宣传工作。

能发生结核病,发病与否主要取决于感染者的抵抗力和感染结核菌的数量。降低发病风险的方法有:

1)生活有规律。避免长期过劳和精神紧张,饮食均衡,适当进行锻炼,增强抵抗力。

2)预防与结核病有关的相关疾病。如糖尿病,可使结核病发生机会增加4倍。又如艾滋病,可使结核病发生机会增加30倍。其他如矽肺、胃肠道疾病、肿瘤、器官移植、长期使用糖皮质激素等也会增加结核病的发病机会。

3)改变不良生活习惯。①戒烟。吸烟数量越大,患结核病机会越多。吸烟引起的咳嗽、咯痰还容易掩盖肺结核症状,影响肺结核的及时发现和治疗。②限酒。大量饮酒可导致营养不良和抵抗力下

降,同时酒可损伤肝脏,一旦患结核病,可增加抗结核药对肝脏的毒性而影响治疗。③避免长期熬夜。

4)对高发人群进行预防性治疗。预防性治疗的重点对象是新发现的排菌肺结核病人家庭内受感染的儿童等。

4.防止结核菌传播

1)减少结核菌播散。①加强健康教育,使大家懂得结核病的危害和传染方式,养成人人不随地吐痰的卫生习惯。②结核病患者的痰应进行焚烧或药物消毒处理。③病人在咳嗽、打喷嚏时,要用手帕捂住嘴或戴口罩,不要近距离面对他人大声说

话。④病人所用痰盂、口罩等用品应经常消毒和清洗。

2)减少环境中结核菌的浓度。结核菌容易在通风不良的较密闭环境(如冬季居室内、拥挤的集体宿舍或工棚)中传播。因此要养成定时开窗通风的习惯,尽量让日光进入室内。

3)注意隔离,减少接触传染源。对排菌肺结核病人应进行隔离,病人不要到拥挤的人与人接触频繁的公共场所或工作。家庭成员发现肺结核病人,除积极治疗和经常通风换气外,病人最好单独住一间房。

5.为儿童接种卡介苗

卡介苗的接种对象为新生儿。接种卡介苗可以使儿童产生一定水平的特异性抵抗力,减少感染机会,或在感染自然结核菌时限制细菌的生长繁殖,减少细菌数量,起到预防儿童重症结核病,特别是结核性脑膜炎、血行播散性肺结核的作用。

区疾病预防控制中心 张亚敬



得了结核病,应到结核病防治机构进行正规治疗。在医务人员经过培训的家人、志愿者等管理人员的指导下,遵医嘱服药,避免漏服和减量,严格按医嘱服药,以保证治疗效果。疗程一般为6-8个月。



区疾病预防控制中心协办

春季眼痒打喷嚏 多为过敏性结膜炎

春季是过敏性结膜炎高发期,如病友出现眼睛痒,伴鼻痒、打喷嚏等症状,可能罹患了过敏性结膜炎,需尽早来眼科就诊。

过敏性结膜炎发作往往有明显季节性,一般春夏季发病率高于秋冬季。花粉、尘螨、海鲜、温差大等都是重要诱因。该病发作时患者眼部奇痒,常有鼻痒、打喷嚏等伴随症状。病友多有过敏性鼻炎或哮喘病史,或本身是过敏体质。一些病友有极为明确的过敏源接触史,脱离过敏源后即可得到缓解。

有研究显示,过敏性结膜炎与儿童干眼症具有相关性。不少患过过敏性结膜炎的儿童,眼干症状尤为明显,如认识不足处理不当可引起眼表损害,其中约

4%~6%的患儿因发生角膜病变导致视力下降。

患病期间病友需规律用药,每日冷敷眼睑,生理盐水冲洗结膜囊。褥被套需勤于换洗。空调要定时清洁。饮食上控油少甜,少吃辛辣海鲜,多食绿色蔬菜。如眼睛不适,勿用手揉搓,经常揉眼可增加感染机会。

对于病情严重或使用常规药物治疗无效的过敏性结膜炎患者,医生会酌情予其短期内使用激素类药水。激素止痒褪红效果显著,但应注意的,激素的使用需经医生指导,病友切勿自开处方。否则长期使用过量激素类眼药水,可令眼睛抵抗力降低,增加细菌感染风险,甚至引起眼压升高、继发青光眼等问题。 晓晓

春季干燥流鼻血捏住鼻翼挤压止血快

春天风大干燥,早上起床、室内温度高、喝水少时,鼻子很容易出血,此时不必惊慌,用大拇指和食指捏住鼻翼两侧,朝后脑勺方向挤压,很快就能止血。

首先,流鼻血时不能躺着或将头向后仰,否则会导致血液流入咽喉,呛入呼吸道里。应立即坐起来并将身体稍微向前倾。流鼻血时还不能鼻子呼吸,应马上张开嘴巴,换用嘴均匀呼吸。

其次,用大拇指和食指捏住鼻翼两侧,朝后脑勺方向挤压,以稍有痛感为宜,这样可以对出血点连续施压,能迅速止血。如果还有持续出血的现象,可以稍微移动一下捏的位置,直到鼻血止住。一般情况下,轻轻挤压10分钟,血就能完全止住,如血流不断,就应立刻去医院检查。

最后,为防止脆弱的鼻黏膜再次出血,取一块纱布,涂些凡士林,塞进鼻孔,可以帮助愈合。

需要提醒的是,在流鼻血后,鼻腔、口腔等可能会出现一点血块,这是正常情况,无需担心。平时要多喝水,多吃瓜果蔬菜,补充体内水分。 康健

生活卫士

泰康医院

健康口腔 爱在泰康

我院口腔科环境优雅、整洁、干净,为了更好服务患者,投入全新高档设备,引进意大利一流消毒锅和口腔专用数码X光机。各门诊诊区操作空间独立分割,为广大患者朋友提供一流的服务的同时也避免了因患者就医导致交叉感染。

我院口腔科的全部牙椅均为纳米合成材料制成,能有效抑制细菌的增生和患者流动造成交叉感染。全新的口腔、一流技术、热诚服务!热忱欢迎每位患者!

主要诊疗项目:口腔龋病、牙周病、牙齿美容(四环素牙、氟斑牙、过小牙、牙缝过大、残缺牙齿修复和美白)、牙列不齐的复杂局部义齿、全口义齿、金属冠、烤瓷冠、烤瓷牙、残根残冠修复等。我院各种材料烤瓷牙,自然、逼真、经久、耐用,并提供牙齿全周期的贴心维护。来我院就诊是您最佳的选择。

“健康口腔、爱在泰康”!

口腔科全体医护人员竭诚为您提供最优质的全方位服务,也让我们真诚的服务和精湛的技术,为您的口腔保驾护航,并赢得您“口碑”相传!

周六、日不休,全天门诊。

咨询电话: 68870605转8121(前台)
8122(门诊1) 8123(门诊2) 8125(门诊3) 8126(门诊4)
8118(贵宾室) 直拨: 68838262

快行道 印务部

1041—1048年(宋仁宗庆历年间),毕昇发明活字印刷术,印刷业开始飞跃,印刷广告随之出现,我国是世界上最早产生印刷广告的国家。

1472年,英国第一个出版人威廉·坎克斯顿印制了推销宗教书籍的广告,张贴在伦敦街头,这标志着西方印刷品广告的开始。

1666年《伦敦报》正式在报纸上开辟广告专栏,这是历史上第一个报纸广告专栏,各报争相仿效,报纸广告从此占据报纸的一席之地,并开始成为报业最重要的经济来源。

今天,印刷广告已不限于纸质印刷,金属、织物、塑料制品等各种材质都可以用不同的方式制作图案文字。

项目报告 内部刊物
纪念画册 会议议程
会议手册 会议海报
会议邀请 简报快讯
节目单表 汇报材料
提案图表 文件资料
与会名册(带彩照) 会议宣传册 会议信纸
可行性研究报告等会议用其它彩印文件

北京快行道广告有限公司
BEIJING EXPRESSWAY ADVERTISING CO.,LTD.
Tel:010-51667918 www.51667918.com
服务真远·服务真善