

诺如病毒高发期 防护别大意

近期,各大医院发热、腹泻门诊接诊量日趋增多,其中大部分为呼吸道和消化道感染患者。常见的秋冬季传染病有流行性感、新冠病毒感染、轮状病毒感染、流行性腮腺炎、手足口病等。另一种常见病毒却常常被人忽视,那就是诺如病毒感染。

诺如病毒是一种杯状病毒,包含5个基因群,即GI-GV,其中,GI群4型病毒(GI.4)是人类感染的最主要型别。它是消化道病毒的一种,具有很强的传染性,仅次于轮状病毒,是引起急性胃肠炎的常见病毒。

诺如病毒主要通过粪-口途径传播。若与患者、隐形感染者和病毒携带者污染的水、食物、玩具、衣物接触,就会造成迅速传播。牡蛎等双壳类为高风险食物。食源性传播所致疫情多数由感染诺如病毒的厨工污染食物所致。

患者一般在感染病毒后12小时-48小时出现腹泻和呕吐症状,然后出现恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等胃肠道症状。儿童以呕吐为主,成人以腹泻为主。粪便多为黄色稀水便或水样便,通常1天-3天可自愈,但不排除个别老人或孩子症状严重。

针对诺如病毒,目前尚无特效抗病毒药物,患者可用糖盐水或口服补液盐进行补液,如果吐泻症状严重,应前往医疗机构就诊。医生一般会通过血常规检查、病

原学检查、血清抗体检测等明确诊断。

诺如病毒急性胃肠炎为自限性疾病,病情轻微,病程一般为2天-3天,无后遗症。

孩子如果感染诺如病毒,家长要配合学校和医疗机构,将孩子的大便样送到指定地点进行病原学检测。如果孩子没有出现急性胃肠炎的症状,但粪便或肛拭子检测发现已感染诺如病毒,要让孩子暂时在家休息。居家休息期间,应为患儿准备独立的食品用具,最好不与家人共同进餐。最好有独立的厕所,并注意厕所的清洁、通风。避免与家里兄弟姐妹间的密切接触。患儿的腹泻或呕吐物应使用含氯制剂进行消毒,食品用具可通过煮沸30分钟进行消毒,家长在处理污染物时应做好个人防护。

良好的手部卫生习惯是预防和控制诺如病毒传播最重要最有效的措施。平时要严格按六步洗手法彻底洗手。此外,不喝生水,不吃生的或半生的食物,尤其不要生食贝类等海、水产品,生吃瓜果要洗净;避免在密闭且拥挤的空间中停留过久,避免直接接触感染者。

总之,秋季是各种流行病的高发期,要养成良好的个人卫生习惯,防止病从口入,注意保持家庭环境卫生,居室要经常通风换气,勤晒衣被。加强营养,注意膳食合理搭配,保证休息时间,增强自身的免疫力。

潍坊市人民医院 蔺冬菊

心脏超声检查与心脏病防治

心脏超声检查,也称超声心动图,是常用的心脏检查方法。可清楚显示心脏结构和功能,提供有关心脏健康状况的重要信息。

心脏超声检查主要包括以下步骤

- 1.检查前准备:通常不需做任何特殊准备,但装有心脏起搏器或其他金属植入物,需告知医生。
- 2.检查过程:患者侧躺在检查床上,医生会在胸部涂抹耦合剂,使用超声探头扫描心脏。
- 3.检查内容:心脏超声检查可显示心脏的结构和功能。
- 4.检查结果:医生会解释检查结果并提供相关建议。

检查注意事项

- 1.保持平静:紧张的情绪可能会影响检查结果。
- 2.着装:建议穿着宽松、舒适的衣物。
- 3.遵循医生建议:有疑问或担忧及时与医生沟通,确保检查顺利进行。

4.检查时间:通常在10-30分钟内完成。

检查结束后注意以下几点

- 1.获取检查报告:需等待医院的检查报告。
- 2.定期复查:如有心脏疾病或高风险因素应定期复查。
- 3.保存检查资料:以便复诊时作为参考。

心脏护与养

- 1.关注家庭监护:家属应学会使用家庭监护设备,如血压计、血氧仪等,及时监测患者身体状况。
- 2.建立紧急预案:包括如何迅速联系急救中心等。此外,家属应熟悉急救常识,如心肺复苏等。
- 3.积极参加有益心脏健康的活动:如太极拳等,有助改善心脏功能。
- 4.保持乐观:良好的心态对心脏病的预防和治疗有重要意义。综合考虑各个方面,才能有效预防和治疗心脏病,提高生活质量。

潍坊医学院附属医院 唐建德

核医学科检查利器——PET/CT

PET/CT——正电子发射计算机断层成像,是PET和CT两种检查设备组合一体化的功能分子影像成像系统,利用组织器官对显像剂的摄取和代谢特点,精确融合CT定位功能,可以同时显示靶器官代谢功能和解剖形态双重信息。

葡萄糖是人体三大能源物质之一,将可以被PET探测并形成影像的正电子核素¹⁸F标记在葡萄糖上,即¹⁸F-脱氧葡萄糖(¹⁸F-FDG)。因为¹⁸F-FDG可准确反映体内器官/组织的葡萄糖代谢水平,因此被誉为“世纪分子”,是目前PET/CT显像的主要显像剂。另外还有¹⁸F-NaF、¹¹C-胆碱、前列腺特异性膜抗原¹⁸F-PMSA、¹⁸F-

络氨酸、多巴胺转运蛋白显像剂¹⁸F-FP-CIT等特异显像药物。

临床应用包括肿瘤良、恶性的鉴别和恶性程度的判断;肿瘤病程分期及愈后评估;肿瘤治疗效果的观察与随访;辅助放疗指导勾画肿瘤生物活性靶区;代谢性疾病及自身免疫性疾病累计范围及疗效评估;不明原因发热评估(感染、结缔组织病等);淋巴瘤治疗前基线扫描及治疗效果评估;肿瘤复发或转移病灶的定位及寻找原发灶;心血管系统疾病评估(大动脉炎、存活心肌评估、心肌病等);其他非肿瘤性病变诊断(结核/布氏杆菌感染/结节病)等。 潍坊市中医院核医学科 张红征

原发性肝癌的超声诊断及诊疗优势

我国是肝癌大国,据世界卫生组织2020年统计数据,我国肝癌发病人数达41万,死亡人数达39万,均位于世界第一位。肝癌是我国高发的恶性肿瘤,其中以肝细胞肝癌最为常见,病因主要包括病毒性肝炎、酒精性肝硬化等,与这些因素相关或有家族史的人群即为高危人群。

肝癌患者早期多无症状,患者自行就诊的多为中晚期,可出现疼痛、黄疸、腹胀等非特异性症状,少数病例甚至在晚期都无明显临床症状。因此对高危人群的早期筛查非常重要。超声是筛查早期肝癌的主要手段。

常规灰阶超声可早期、敏感地检出肝内占位性病变,初步判断良性或恶性。

彩色多普勒血流成像可观察病灶内血供状况,辅

助判断病灶良恶性。

超声造影检查可实时动态观察肝肿瘤的微循环血流灌注的变化,实现术前精准无创鉴别诊断不同性质的肝肿瘤、术中检出隐匿性小病灶、实时引导介入治疗、术后精准评估等。

超声引导下穿刺活检,可在术前提供病理材料,为指导治疗和判断预后提供有价值的信息。超声引导下肝癌的射频消融和粒子植入等,为小肝癌和术后复发的肝癌患者提供了新的治疗手段。

随着新型药物和治疗手段的出现,肝癌患者的生存率已有很大提升。定期体检,关注生命质量,为健康行动起来。 潍坊医学院附属医院 唐建德

医院管理中的SWOT分析

SWOT分析是一种常用的战略规划工具,用来评估一个组织的优势(Strengths)、弱点(Weaknesses)、机会(Opportunities)和威胁(Threats)。在医院管理中,SWOT分析可以帮助医院识别其内部和外部环境,制定有效的战略。

优势:指医院的内部优势,例如高质量的医疗服务、先进的医疗设备、专业的医疗团队等。

弱点:指医院的内部弱点,例如管理不善、服务水平不高、缺乏足够的医疗资源等。

机会:指医院的外部机会,例如新的医疗技术、政策支持、市场需求的增长等。

威胁:指医院的外部威胁,例如竞争激烈、政策变动、病人需求的变化等。

医院可以通过SWOT分析,制定相应的战略,利用优势,改进弱点,抓住机会,应对威胁,从而提高医院的竞争力,为患者提供更好的医疗服务。

潍坊医学院附属医院 魏海建

中成药的保存方法

中成药一般应存放在洁净的干燥、通风、避光、防潮和不易碰撞的地方。除说明书有特殊规定外,温度范围在10℃-30℃,相对湿度35%-75%。若标明置于阴凉处,指不超过20℃。

各种剂型的中成药都要密封贮存,采取拧紧瓶盖、封好或夹紧包装盒或袋等不同密封措施,以防各种微生物和杂质的混入,而使药物变质。

不同类型的中成药储存方法不同。一般散剂和颗粒剂是要使用防潮的铝塑袋包装密封,应在干燥处密闭保存,不能敞开;丸剂和片剂要防潮、防霉变,应摆在干燥处储存,防潮和微生物污染;黑膏药中含有些挥发性药物,如冰片、麝香、樟脑等挥发性成分,应尽量避免温度过高,防止成分产生变化;糖浆剂置于低温会出现沉淀、结晶,使药物浓度不均匀,导致服用时剂量不准确,会影响疗效,一般要求常温密闭保存即可;合剂易密闭,置于阴凉处储存,以防内部成分的变化和酸败。

贮存环境的温度、湿度和光线等因素对中成药的质量影响很大。如环境温度过高,大蜜丸蜡皮容易塌陷、黑膏药极易流化、栓剂易变形、胶囊易软化黏结,酏剂或药酒挥发等;湿度过大可导致颗粒、散剂吸潮结块。

中成药中组方成分大部分比较复杂,出厂时各项理化指标虽均合格,但因受内外因素的共同影响,如贮存时间过长,容易变质,所以不宜长期大量贮存中成药,对于已打开包装的中成药应及时服用或使用。

服用前要查看一下是否已经超过保质期,如果已经超过保质期就不要服用了,即使不到保质期,但发生了虫蛀、霉变、变味等变质现象也坚决不要服用。

潍坊市中医院主管中药师 张建文

甲状腺癌的核素治疗

甲状腺癌90%以上属于高分化类型,生性温和,为防止甲状腺癌术后远处转移与复发,碘-131内照射治疗(核素治疗)是首选治疗方法,无创伤性,副作用轻。碘-131进入体内后,会直接内照射肿瘤细胞,类似于“生物导弹”,只消灭病灶与远处转移灶,不会殃及无辜,因此对人体的放射性危害小。

同时,服用碘-131后,ECT影像检查能够清晰地显示病灶所在地,准确地发现原发灶与远处淋巴结、肺、骨等转移,具有治疗与显像的双重作用,可谓“一箭双雕”。

甲状腺癌核素治疗通常需要住院2-3天,服碘-131一周以后就可以与成人保持正常社交距离并恢复正常的生活,与孕妇、儿童建议间隔一个月左右,后期通过优甲乐抑制治疗即可补充体内甲状腺素与预防肿瘤复发与转移,通常效果满意,必要时可以重复治疗。

潍坊市中医院核医学科 戴生