



健康话题

本期:诺如病毒感染

近段时间,诺如病毒这个词频频出现在我们的身边。许多小朋友甚至是大人深受其扰,预防诺如病毒感染也成了最近的一个热门话题。那么,诺如病毒究竟是什么?感染了诺如病毒会出现什么症状?我们又该如何预防和治疗呢?4月25日,记者采访了区人民医院儿科主任李渝华,请她进行了解答。

警惕诺如病毒 预防“胃肠道流感”

○记者 王灿

诺如病毒又称诺瓦克病毒,是人类杯状病毒科中诺如病毒属的一种病毒。李渝华说:“诺如病毒具有高变异率、高传染性、传播途径多等特点,同一个人可以反复感染,而且很少的病毒载量都容易感染,所以很容易在人群间造成传播。所以,了解诺如病毒、预防诺如病毒感染非常重要。”

诺如病毒传染性强 其主要症状表现为呕吐、腹泻等

诺如病毒又被称为“胃肠道流

感”,是引起急性胃肠炎的最主要病原体,所以,感染诺如病毒后最常见的症状为腹泻、呕吐、腹痛、发烧、乏力、食欲减退等,部分患者还会出现水样便甚至粘液脓血便等症。

李渝华说,诺如病毒引起的急性胃肠炎在不同年龄段有不同的发病特征。其中,儿童以呕吐为主,成人则以腹泻居多。如频繁呕吐或腹泻,可能会导致脱水,引起严重的健康问题,幼儿、老人和基础性疾病患者尤其要注意。

诺如病毒传染性强,无论是儿童还是成年人都是易感人群。它的传染源主要是已感染患者和隐性感染患者。它的传播途径多样,可以通过手、口、粪、呕吐物气溶胶、空气、飞沫等传播。如果普通人食用或饮用被诺如病毒污染的食物或水;触摸被诺如病毒污染的物体或其表面,然后将手指放入口中;接触过诺如病毒感染患者,如照顾患者、与患者分享食物或共用餐具等就很有可能被感染。

诺如病毒感染是一种自限性疾病 大多数患者2至3天后可以自愈

诺如病毒传染性这么强,如果真不幸被感染了该怎么办呢?李渝华说:“如果有相应的症状,可以到医院查大便,呕吐物中有没有携带诺如病毒,确认症状是由诺如病毒感染还是普通的胃肠道疾病引起。即便真的感染上了诺如病毒,也不用过于担心,因为这是一种自限性疾病,大多数症状在2至3天后可以自行消退。如果患者的症状不是很严重、精神和

食欲比较好,就可以不用管它,等它自愈即可。”

如果患者的症状比较严重,且一直没有缓解,就需要到医院寻求专科医生的帮助。医生会根据患者情况进行治疗,呕吐症状明显的就止吐,腹泻症状明显的就止泻,有其他症状的也可以接受对症治疗。患者尤其要注意的是,如感染诺如病毒后频繁呕吐腹泻导致脱水、电解质紊乱,一定不能置之不理,要及时补水,严重脱水时,还应及时到医院输液治疗。

目前还没有针对诺如病毒特异的抗病毒药物或疫苗,但我们还是可以通过加强个人防护、注意个人卫生等方式来预防诺如病毒。比如饭前、便后、加工食物前按照6步洗手法正确洗手,用肥皂和流动水至少冲洗20秒;不饮用生水,蔬菜瓜果彻底洗净,烹饪食物要煮熟,烹饪时注意区分生熟用具;做好消毒工作,注意消毒规范,尽量使用含氯消毒剂,它对诺如病毒最有效;保持室内温度适宜,定期开窗通风,出门时佩戴口罩;保持规律作息、合理膳食、适量运动,增强身体对病毒的抵抗能力。

强强联手 内外同心

为患者生命健康保驾护航

○记者 刘冰凌



在许多人的印象里,“外科开刀,内科开药”一直是约定俗成的惯例,内、外科医生基本都是各干各的活,除非患者多挂一次号,才能内外科同时问诊。但在区人民医院,神经内科、神经外科却不是“单打独斗”的诊治模式,他们坚信通过整合内、外科医生的资源和优势,协同决策、精准诊断,能够为每位患者提供更优质的治疗方案,从而更好地服务患者。

卒中绿色通道与生命赛跑

为了提高区内急性卒中患者的抢救成功率,区人民医院成立了卒中救治团队,开通了卒中救治绿色通道,团队由神经内科、急诊科、放射科、检验科、超声科、神经外科、ICU、麻醉科等科室专家组成。“神经内科在卒中救治团队发挥了很大的作用,打造了合川区卒中救治黄金1小时,大大提高了卒中救治能力和质量。”区人民医院神经外科医学博士、副主任医师李成才谈起神经内科在卒中救治团队中的成绩充满了肯定和赞许。

当有缺血性卒中患者送达医院,接诊的急诊科医生一旦考虑其为卒中发作,卒中救治绿色通道立即启用,核磁共振、血管检查等都无需等待,神经内科医生会全程陪同检查,若是患者需要介入手术,神经内科就可以立即着手处理,如各项指征评估后显示患者更适合外科手术,神经内科就会立即通知神经外科会诊。

59岁的郭大爷因右侧肢体突然使不



神经内科、外科MDT诊疗现场 区人民医院供图

上劲被送往区人民医院,通过卒中救治绿色通道,神经内科医生立即诊断其为脑动脉血管狭窄闭塞所致的缺血性卒中,但由于血管完全闭塞不适合置入支架,神经内科医生遂将患者转交给神经外科,外科医生经过会诊,决定对患者进行颅内血管搭桥手术,把患者头皮血管搭入颅内,好比“南水北调”,用头皮的血流增加左侧大脑供血。患者术后吻合的血管畅通无阻,脑供血不足也得到有效解决。

MDT诊疗模式提供更优治疗方案

为了更好地提高神经系统疾病诊断的及时性和准确性,制定出更加优化的治疗方案,区人民医院许多手术进行

前都会采用MDT诊疗模式。MDT即多学科协作,由两个以上的临床相关学科的专家组成相对固定的医疗团队,针对某一特定器官或系统疾病,采用多学科会诊讨论的形式,提出并制定适合患者当前病情的最佳治疗方案,同时定期对患者诊疗进行反馈和评估,不断优化诊疗方案。区人民医院神经内科与神经外科为了更好地服务患者,经常强强联手,通过MDT诊疗以达到患者的个性化和利益最大化。

近日,区人民医院收治了一名颈动脉狭窄患者,该患者因颈动脉供血不足,引起肢体活动障碍,目前治疗颈动脉狭窄有颈动脉内膜剥脱术及颈动脉支架成形术两种技术。神经内科医生

经过诊疗后认为患者颈动脉重度狭窄,斑块钙化明显,预计支架成形术效果不佳。于是神经内科与神经外科全体医生聚在一起,采用MDT模式开展评估和讨论,为患者制定了个体化治疗方案,认为选择颈动脉内膜剥脱术对患者最有利。目前,患者已出院,左侧颈内动脉狭窄消失,肌力恢复。

适合患者的治疗才是最好的治疗

“谢谢李医生!我以前一直不知道一个二十几分钟的微创手术就可以治疗困扰我多年的偏头痛,还好遇见了你!”长期饱受偏头痛折磨的何女士出院后还不忘在微信上感谢李成才。

偏头痛又俗称顽固性头痛,神经受到血管压迫,患者一紧张或激动,血管搏动就会刺激神经。何女士被偏头痛困扰长达30年之久,在长期吃药后依赖性越来越强,一天至少要吃十颗药,药物副作用严重影响何女士生活。苦不堪言的何女士听医生说,针对顽固性头痛,目前神经减压术可以解除外周血管对头皮神经的压迫从而遏制疼痛,她欣然同意在头皮上切一个小切口实施神经减压术。做完手术十多天,何女士头皮上的伤口就愈合了,甚至可以正常洗头,伴随她多年的头痛也得到有效缓解,她衷心地感谢医生的治疗。

“我相信无论哪个科室,哪位医生,我们的初心是一样的,就是为病人寻找最合适的治疗,延长患者的生存时间和改善患者的生存质量。”李成才说,神经内科也好,神经外科也好,都会结合患者的疾病情况、病理类型等,在考虑患者经济负担的同时,选择最佳的治疗效果,为患者的生命健康保驾护航。

遂宁市第三人民医院到区人民医院交流学习

本报讯(记者 王灿)为进一步加快卒中中心建设,提升卒中防治水平,更好地为卒中患者服务,近日,四川省遂宁市第三人民医院神经内科一行7人到区人民医院参观卒中救治绿色通道,交流学习卒中中心建设经验。

座谈会上,区人民医院神经内科主任胡子成介绍了医院卒中中心整体情况,重点分享了卒中中心建设现场评估的注意事项;人力资源科科长陆昌敏重点介绍了医院卒中中心建设取得的经验。随后,四川省遂宁市第三人民医院一行实地参观了区人民医院急诊科、放射科、介入室等卒中中心核心科室,对医院急诊绿色通道作了详细了解。

四川省遂宁市第三人民医院一行对区人民医院卒中工作给予了高度评价,并表示此次参观学习让他们受益匪浅,为该院卒中中心建设打下了坚实基础,希望借此机会加强两院联系、促进交流。

据了解,近年来,区人民医院持续加强卒中中心建设,在取得荣誉的同时也获得同行认可,吸引了许多同行前来学习交流。今后,区人民医院将继续不断提升医疗服务质量,加强卒中一体化建设,努力为人民的生命健康提供坚强保障。

强化肿瘤防治宣传 提升市民防治意识

本报讯(记者 苟勇)4月15日至21日是第29个全国肿瘤防治宣传周。连日来,我区医务人员持续开展肿瘤防治宣传活动,提高全社会的癌症防控意识,营造全民防癌抗癌的良好氛围。

2023年全国肿瘤防治宣传周的主题是“癌症防治·全面行动——全人群·全周期·全社会”。我区的肿瘤防治宣传周活动由区肿瘤防治办公室主办,区中西医结合医院和区疾控中心承办。

在重庆对外经贸学院,区中西医结合医院消化(脾胃)科主任杨晓以“保‘胃’健康——幽门螺旋杆菌”为主题,通过PPT演示,结合工作实际,为师生们深入浅出地讲解了什么是幽门螺旋杆菌,以及幽门螺旋杆菌的传播途径、诊断方法、感染特点及主要症状和日常生活中的注意事项等内容,呼吁大家要关注自身身体变化和饮食安全,发现问题及时就医。随后,医务人员还现场为师生们进行了常见肿瘤初步生物学筛查。

下一步,医务人员还将分别去到企业和商场开展肿瘤防治专题讲座,让社会大众认识癌症、关注全周期防控癌症,形成居民与患者全人群覆盖、个体生命全周期获益、社会各界共同参与的多层次、立体化癌症防治体系,用实际行动推动健康中国癌症防治专项行动,切实提升全民健康水平。

HECHUAN CHINA

社会主义核心价值观

富强民主文明和谐自由平等公正法治爱国敬业诚信友善

光盘行动

拒绝舌尖上的浪费
从我做起

讲文明树新风公益广告
重庆市合川区文明城区建设指导中心(宣)
重庆市合川区融媒体中心