

国家卫健委召开新闻发布会,回应冬季呼吸道疾病防治焦点问题

目前流行疾病均由已知病原体引起

● 新华社记者 徐鹏航 李恒

近期,流感进入高发季。日常生活中如何预防呼吸道疾病?儿童感染呼吸道疾病如何治疗?中西医结合在治疗中如何发挥

作用?国家卫生健康委12月2日召开新闻发布会,回应冬季呼吸道疾病防治焦点问题。

未发现新病毒或细菌导致的新发传染病

国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长米锋表示,当前,国家卫生健康委会同国家中医药管理局、国家疾控局持续开展冬季呼吸道疾病监测和研判,对做好医疗资源调剂、优化就医流程、发挥中医药作用等工作进行部署。

米锋表示,根据监测,目前流行的急性呼吸道疾病均由已知病原体引起,都

有相应的成熟治疗手段,未发现新病毒或细菌导致的新发传染病。

“我们一直在开展变异监测。”中国疾控中心病毒病所国家流感中心主任王大燕说,监测结果显示,流感病毒对目前的几种抗流感病毒药物都是敏感的,也就是说抗流感病毒药物对流感病毒是有效的。

接种流感疫苗可以有效减少感染

目前流感已经进入高发季,现在接种疫苗是否来得及?王大燕表示,对之前没有接种流感疫苗的人群,接种流感疫苗仍然是有效的,建议大家尽早接种流感疫苗。

“国内外的实践均证明,使用疫苗是最经济有效的预防手段之一。”王大燕说,只要按要求在专业机构接种,都能有良好效果,尤其是老年人和少年儿童,应积极接种

流感疫苗等,保证正常的生活和学习节奏。

王大燕提示,日常生活中要科学佩戴口罩、养成良好的个人卫生习惯、养成健康的生活方式,积极接种疫苗、做好自我健康监测。如果出现发热、咳嗽、咽痛等呼吸道感染症状,建议尽量居家休息,避免前往人群密集的场所。如果确需出行,要注意佩戴好口罩,以防将疾病传播给其他人。

发挥中医药特色 多措并举加强儿童呼吸道疾病防治

近日,国家中医药管理局印发《关于进一步加强中医医院儿科建设的通知》,统筹推进中医儿科医疗资源扩容和分层分级发展。

国家中医药管理局医政司副司长邢超介绍,国家中医药管理局正指导各级中医医院强化资源统筹,加强发热门诊、急诊、儿科、呼吸科的人员配置,通过加开门诊、延长门诊时间、开设夜间门诊和周末门诊,提供“互联网+”诊疗服务等方式,最大限度满足儿童的就医需求。

北京中医医院院长刘清泉说,部分中医院开始调整儿科布局,增大儿科面积,扩充接诊持续时间。针对儿童发烧、咳嗽、咳痰、腹泻等,各级中医院通过网站等推出规范科学的小视频供家长和监护人参考学习。

近期,一些地方出现儿童呼吸道感染

疾病病例数量明显增加的情况,部分患儿还会发展出支气管炎、肺炎。对此,北京中医药大学东方医院儿科主任吴力群表示,儿童急性呼吸道感染疾病属于中医感冒、咳嗽、肺炎喘嗽的范畴,中医认为,这类疾病是因为外邪侵入人体,导致机体脏腑功能失调、肺脏受损而出现发热、鼻塞、流涕、咽痛、咳嗽、咳痰等症状。

吴力群说,中医治疗这类疾病,会根据患儿不同的发病原因、症状特点和体质特征来辨证分型、精准治疗。对于呼吸道感染的早期,患儿主要表现为发热、流涕、咽痛、咳嗽等症状,主要采用宣肺解表利咽的治疗方法,同时根据儿童的特点,配合相应适宜的中医外治方法。在疾病恢复期,部分儿童出现咳嗽、乏力、食欲差等症状,中医采用健脾化痰、补虚扶正的治疗方法。

新华社北京12月2日电



12月1日,人们聚集在加沙地带南部城市汗尤尼斯一处被以军轰炸的建筑物前。新华社发

当地卫生部门称,以军12月1日恢复军事行动以来

加沙地带已有193人死亡

新华社加沙12月2日电(记者 柳伟建)巴勒斯坦电视台2日报道说,以色列军队当天对加沙地带北部杰巴利耶难民营发动空袭,造成至少100人死亡。目前仍有大量人员被埋在废墟下无法得到救援。

巴勒斯坦加沙地带卫生部门当天发表声明说,自10月7日本轮巴以冲突爆发以来,以军在加沙地带的军事行动已造成15207名巴勒斯坦人死亡,4万余人受伤。死伤者中有70%是妇女和儿童。

声明说,自12月1日以军恢复军事行动以来,加

沙地带已有193人死亡、650人受伤。

当地时间12月1日上午7时(北京时间13时),巴勒斯坦伊斯兰抵抗运动(哈马斯)和以色列在加沙地带的临时停火结束。以色列国防军发表声明说,已恢复在加沙地带与哈马斯的战斗。

以色列和哈马斯在加沙地带的停火协议于当地时间11月24日上午7时正式生效。11月27日,哈马斯与以色列同意将加沙地带人道主义停火期限延长两天。在停火期间,哈马斯和以色列已分别释放6批被扣押人员。

健康

责编/徐媛 美编/余宁山 校对/肖彪

45岁以下心梗发病率逐年上升,心血管疾病居我国疾病死亡率第1位,专家提醒——

睁不开眼、变懒乏力都可能是心梗前兆

● 长沙晚报全媒体记者 杨蔚然 通讯员 陶艳

4年前的11月27日,35岁的男演员高以翔,在节目录制过程中过量运动当场倒地,很遗憾,因急性心肌梗死没能抢救过来;今年11月26日,高以翔的爸爸去世,与儿子忌日仅差一天,网友感慨:“父子俩在天堂团聚了。”无独有偶,今年3月,年仅25岁的男演员刘峰因心梗突然离世;9月,51岁的知名男演员张咏华爬山时突然倒地心梗猝死……

入冬降温以来,记者从省各大医院急诊了解到,心血管高危人群心梗高发。心梗是突发的防不胜防吗?湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)专家表示,目前心血管疾病年轻化趋势明显,45岁以下心梗发病率逐年上升。心梗并非只是突然倒地不起,其实有诸多早期症状易被忽视,从而耽误了救治时间。

心梗的发作有条时间线,身体会有提醒

人们看影视作品时,常能看到人眉头一皱,然后捂住胸口突然倒地的场景。湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)心血管内科主任医师刘春华教授表示,这往往是急性心梗严重的典型表现之一。

急性心肌梗死,是由于给心肌供血的冠状动脉出现急性闭塞,导致心肌缺血缺氧,心肌因缺乏血液供应出现坏死,使心脏功能受损的一种可能危及生命的急性病症。

心梗来势凶猛、死亡率高,让人措手不及。尤其是入冬降温后,人体血管收缩、血液黏稠度增加,心血管疾病高危人群心梗高发。而早发现、早诊断、早救治,是挽救心梗患者生命的关键,由此,每年11月20日定为“中国心梗救治日”,在于提醒大家“心梗拨打120,胸痛中心快救命”“争取黄金救治120分钟”。

心梗的发生,常被认为是突然倒地、无声无息。实际上,心梗的发作有条时间线,比如发病前1个月、发病前1周、发病前1小时等,身体会用各种方式提醒我们,若能及时发现,就能大大降低死亡风险。

常见的心梗典型症状表现为:胸骨后或心前区剧烈疼痛,伴压榨感或紧缩感,就像一块大石头压在胸口或绳子箍着胸口、大汗淋漓、濒死感。部分患者也会出现一些非典型表现,如牙痛、上肢痛、腹痛等,心梗严重者可发生严重心律失常、心衰、休克、晕厥甚至猝死。



漫画/余宁山

冬季心梗高发,不良生活习惯也易诱发

湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)心血管病区主任、主任医师熊向晖介绍,心梗并非只是明确患有冠心病人群的专利,高血压、糖尿病、高血脂症患者也是心梗的高危人群,有时甚至发生在普通人群,如吸烟、酗酒、熬夜等不良生活习惯,也是诱发心梗的危险因素。

比如冬季气温骤降,寒冷导致人体交感神经兴奋,引起血管收缩、血压升高、心率加快,从而增加心肌耗氧量并减少冠脉供血,诱发心肌缺血缺氧。手术、创伤情况下,人体神经和内分泌平衡失调也是心梗诱因。

过度劳累,如竞技性运动(追赶、冲刺等)、负重登楼、锻炼过度、连续的脑力活

动而缺乏休息等。情绪激动也易引发心梗,愤怒、紧张、大悲大喜等激动的情绪,均可使血压升高、心率加快,从而加重心肌缺血,或导致斑块破裂,血栓形成,堵塞冠状动脉。便秘时因用力排便和屏气,导致腹内压、胸内压和血压升高,这不仅影响血液流动,也增加了心脏的负担,可诱发斑块破裂。

饱餐后也要注意,人体代谢会大大增加,心率加快,暴饮暴食后血液大量分流至消化系统,进一步使冠状动脉供血减少。另外,饮食中如有大量脂肪,会导致血脂突然升高,易引发血栓。还有大量吸烟,烟草中的有害成分会损伤冠状动脉的内皮细胞,进而引发冠脉痉挛或血栓。

12个易被忽视的心梗前兆,建议排查

一般人以为,心梗是突发的,防不胜防,其实不然。熊向晖介绍,北京胸科医院心脏中心主任张健在临床工作20多年中,做过8000多例手术,张健结合临床病例,总结出12个心梗易被忽视的前兆。

三个明显症状。“头晕”,做颅颈造影、CT、磁共振等检查,都没发现问题,做冠脉介入治疗,症状竟缓解及消失,证明是心梗征兆。“头疼”,检查心血管,能判断是不是心梗预兆。“左上肢无力”,且酸麻疼痛,是心肌缺血的表现,出现左侧肩胛骨和左上肢的难受、酸胀、使不上劲,这是心梗信号。

四个现象。“睁不开眼”,如果眼睛突然看不清,甚至睁不开,要关注自己的心脏。“双耳突聋”,与心血管堵塞有直接关系,很多心绞痛患者会出现听

力下降,是心绞痛的早期症状。“胸口被胶布缠绕”,说不上来的束缚感,又查不出问题,要谨防心血管堵塞。“突然变懒、乏力”,在老年人中较常见,没有其他不适,唯一的感受就是乏力、嗜睡、不想动,要高度警惕心肌缺血。

五种痛。“脐周疼痛”,易被误诊为急性肠胃炎,寒冷天如果肚子疼、体温不高,建议做个心电图,排查心绞痛,警惕心梗前兆。“脚底疼痛”,临床有患者反映脚底疼痛,针刺一般,其实也是心绞痛的一个表现,心脏报警的途径千变万化。“牙痛”,易误诊或漏诊,心血管疾病高危人群牙痛,先要排除心肌缺血的问题。“肩胛骨疼”,会误认为是筋骨劳损等,不妨做个心电图检查。“左腿酸麻疼痛”,高危人群要怀疑心血管问题。

心肌细胞缺血受损不可逆转,可先完成自救

据统计,目前我国心血管疾病患者达3.3亿,相当于每5个成年人中,就有1人患心血管疾病;每13个心血管疾病患者中,就有1人心肌梗死。心血管疾病已居我国疾病死亡率第1位。

刘春华、熊向晖两位专家提醒,一旦发生心肌梗死,关键要抓住抢救的黄金时间,时间就是心肌,时间就是生命,因为心肌细胞一旦缺血受损,是不可逆转的。当疼痛或不适出现时,休息及舌下含服硝酸酯类药物症状无法缓解,应警惕心梗,尽快拨打120急救电话送医抢救。

心梗发作时如何自救?首

先取舒适卧位,平卧位或半卧位,避免活动增加心肌耗氧,向周围人求助,拨打120急救电话,选择所需时间最短的路线,最快到达能对病情作出有效处理的正规医院。

保持呼吸平稳,不要慌张,避免过度呼吸诱发呼吸性碱中毒。如果条件允许给予吸氧,吸氧流量2~3升/分钟。

保持室内环境安静,如备有急救药物,如舌下含服硝酸甘油1片,或速效救心丸10粒,在未到达医院前完成自救。

注意,救治人员在转运病人过程中,要选择平稳的交通工具,避免患者自行行走。

中国人民银行行长潘功胜:推动实体经济融资成本稳中有降

据新华社北京12月2日电(记者 吴雨)中央金融工作会议提出“金融要为经济社会发展提供高质量服务”,中国人民银行将如何有力有效支持高质量发展和实体经济稳定增长?新华社记者采访了中国人民银行党委书记、行长潘功胜。

潘功胜表示,中国人民银行制定和执行货币政策,必须平衡好短期与长期稳增长与防风险、内部均衡与外部均衡的关系,始终保持稳健性,管好货币总闸门,守护好老百姓的钱袋子。

更加注重跨周期和逆周期调节,保持货币信贷总量和社会融资规模合理增长。同时引导金融机构积极盘活被低效占用的金融资源,提高资金使用效率。盘活存量贷款、提升存量贷款使用效率、优化新增贷款投向,这三个方面对支撑经济增长的意义本质上是相同的。

合理把握利率水平,推动实体经济融资成本稳中有降。去年以来,美联储快速加息,但我货币政策坚持以我为主,政策利率稳步下行。2023年9月,新发放企业贷款加权平均利率3.82%,处于历史最低水平。我们将坚持实施好利率调控,按照经济规律和逆周期宏观调控需要,引导和把握宏观利率水平,保持利率水平与实现潜在经济增速的要求相匹配。

美众议院驱逐丑闻议员

据新华社华盛顿12月1日电(记者 熊茂伶)美国国会众议院1日投票通过一项驱逐共和党“丑闻议员”乔治·桑托斯的动议,使其成为众议院20多年来首个被驱逐的议员,也是众议院历史上第6个被驱逐的议员。

众议院当天以311票赞成、114票反对的投票结果通过了驱逐桑托斯的动议。

桑托斯现年35岁,在2022年11月美国中期选举中首次当选纽约州联邦众议员。当选后不久,桑托斯接连被曝履历造假、涉嫌违反竞选资金法、诈骗等。今年5月,美国纽约东区联邦地区法院解封的起诉书显示,桑托斯受到联邦刑事起诉。

一个“滑跪” 膝盖竟然骨折? 保护膝盖记住这4件事

长沙晚报12月2日讯(全媒体记者 徐媛 通讯员 许思宇)近日,湖南妇女儿童医院骨科诊室来了一名坐在轮椅上的焦急患者。“医生,我昨天不小心摔了一跤,当时膝盖跪在地上,疼痛得不能动弹,今天完全肿了,只能坐轮椅过来,您快帮我看看怎么了?”骨科副主任医师康长周推测,膝盖前方着力摔倒,导致髌骨骨折可能性极大,经过检查后,患者被诊断为髌骨骨折。

髌骨骨折是髌骨(膝盖骨)断裂或破裂,它可能由于直接撞击膝盖或膝盖弯曲时肌肉突然用力引起。髌骨骨折的临床表现包括:明显的疼痛和肿胀、关节活动受限、受伤部位异常形状、听到骨折时的“咔嚓”声等。

发生髌骨骨折,如何自行紧急处理?1.立即就医:如果怀疑髌骨骨折,应该立即就医,寻求专业医生的帮助;2.不要移动:在等待医疗帮助的过程中,尽量避免移动受伤的部位,以减少进一步的损伤;3.冰敷:如果可能,可以用冰袋或毛巾包裹的冰块轻轻冰敷,以减轻疼痛和肿胀。

髌骨骨折通常分为稳定性骨折和不稳定性骨折。稳定性骨折是指髌骨碎片仍然保持在原来的位置上,一般通过保守疗法(如休息、物理治疗和支架)来治疗,不需要手术。不稳定性骨折是指髌骨碎片移动或脱离原来的位置,可能需要手术干预。手术通常使用钢板、螺钉或钢丝等内固定物来稳定骨折。

眼下进入寒冬天气,日常生活中如何预防髌骨骨折?康长周提醒市民应注意这四件事情:一是运动前热身,在进行体育活动或其他运动前,进行适当的热身活动,以减少肌肉和关节的受伤风险;二是使用适当的防护装备,在一些激烈的体育活动中,穿戴适当的防护装备,如护膝,以降低受伤的可能性;三是避免意外摔倒,特别是在湿滑或不平整的地面上;四是强化肌肉,通过锻炼来强化相关肌肉,提高关节的稳定性,有助于减少骨折的风险。