

## 洪涝灾害后的疾病防控知识要点之三

# 食物中毒、皮肤病和中暑的防治

### 食物中毒

食物要煮熟煮透,生熟分开,餐具必须清洁并消毒后使用,进食前要洗手。不吃腐败变质或被洪水浸泡过的食物;不吃淹死、病死的禽畜、水产品;不吃剩饭剩菜,不吃生冷食物;不到无食品经营许可证的摊档购买食品;不吃发霉食物;不自行采摘野生菌类食用;避免误将工业盐当食用盐。食品应储存在干燥、低温处,且不易被鼠类和苍蝇、蟑螂侵害,并防止鼠药污染食品。洪灾期间和退水后,应避免或减少大型聚餐。

### 水源性疾病

不喝生水,只喝开水或符合卫生标准的瓶装水、桶装水。装水器具必须干净,并经常倒空清洗。对临时的饮用井水、河水、湖水、塘水等,一定要进行消毒。混浊度大、污染严重的水,必须先加明矾澄清后再消毒。饮用水消毒剂(漂精片、消毒泡腾片)必须放在避光、干燥、凉爽处存放(如用棕色瓶拧紧瓶盖)。自来水水管或水龙头若被污染,退水后应充分清洗管路,水龙头表面使用含氯消毒剂擦拭消毒。集中性供

水应严格按照规范消毒,末梢水余氯必须达到国家标准。

### 急性出血性结膜炎

注意手部清洁。不用手,尤其是脏手揉眼睛。各人的毛巾与脸盆应单用。如果不得与急性出血性结膜炎(俗称红眼病)患者共用脸盆,则应让健康人先用,患者后用,使用过后用肥皂将脸盆洗净,并用消毒剂浸泡消毒,不能使用酒精消毒剂,应使用含氯消毒剂。

### 皮炎

洪涝灾害发生后,尤其是内涝积水长期不退的地区,皮炎的发病率很高,主要是指人体四肢由昆虫叮咬、污水浸渍等多种原因引起的皮肤炎症。洪涝期间发生的皮炎,除因抗洪抢险、打捞抢救庄稼引起的浸渍糜烂型皮炎、蚊蝇叮咬后搔抓引起的继发性皮肤感染外,多为动物尾蚴皮炎。

洪涝灾害后减少皮炎病例,应该采取的预防措施包括:

1.下水工作期间,在可能的情况下,每隔一两个小时安排一次离水休息,离水后

擦干双脚;有阳光时,将双脚在日光下曝晒片刻。劳动完毕后,用清水洗净双脚穿干的鞋袜。

2.下水工作前可在脚部、小腿等处涂抹凡士林、皮避敌、防蚊笔等防护用品。皮避敌涂抹一次有效期可持续4小时,防蚊笔涂抹一次有效期可持续8小时。

### 中暑

洪涝灾害发生后,由于灾区居住环境遭到了严重破坏,人民群众生活直接暴露在阳光直射条件下,可导致机体体温调节障碍,容易出现水电解质代谢紊乱及神经系统功能损害等,极易发生中暑。

中暑的主要症状包括发热、乏力、皮肤灼热、头晕、恶心、呕吐、胸闷、烦躁不安、脉搏细速、血压下降等。重症病例可有头痛剧烈、昏厥、昏迷、痉挛等症。

出现中暑症状后,应立即移至阴凉处或空调室中,并给予物理降温;重症者要迅速降温,头部戴冰帽,颈两侧、腋下、腹股沟大动脉附近放冰袋,可静脉注射盐酸氯丙嗪注射液,纠正水电解质平衡,同时防治并发症,控制感染。

洪涝灾害后减少高温中暑病例,应该采取的预防措施包括:

1.定时喝水。不要等口渴时再喝,多喝加淡盐的温开水。

2.合理饮食。饮食以清淡为好,多食富含蛋白质、维生素B、维生素C的食物。多吃凉性蔬菜、苦味菜,以及各种瓜类。

3.保证充足睡眠,合理安排作息时间。

4.减少不必要的活动。

5.加强健康教育。教育群众在中午太阳直射期间尽量选择到阴凉的场所避暑;教育群众不宜在炎热的中午到强烈日光下过多活动;中午尽量不要外出,如必须外出,宜穿宽松透气性好的浅色衣服,并戴防护眼镜和遮阳帽;酷热时,无论在户外从事什么活动,都应放慢速度;随身携带必要的防暑药物,如清凉油、人丹、十滴水、风油精等,一旦发现不适,可及时使用。

6.增加防暑药物和解暑药品的储备,并及时下发。

7.驻点医疗队加强巡诊,随时处理病情。

(河南省疾病预防控制中心张书芳 刘占峰整理)

## 每周一练 (药物代谢动力学、淋巴造血系统疾病)

一、首关效应存在于下列哪种给药途径

- A.口服
- B.静脉注射
- C.直肠给药
- D.肌肉注射
- E.舌下给药

二、首关消除效应是

- A.胃酸对药物的破坏
- B.肝脏对药物的代谢
- C.药物与血浆蛋白的结合

三、易透过血脑屏障的药物具有的特点是

- A.与血浆蛋白结合率高
- B.分子量小
- C.极性大
- D.脂溶性高
- E.脂溶性低

四、关于胎盘屏障描述正确的是

- A.对大多数药物不通透
- B.对药物的转运并无屏障作用
- C.只有致畸胎的药物才能通过
- D.胎儿体内药物浓度远远低于母体
- E.胎盘屏障与临床用药意义不大

五、关于一级消除动力学的叙述,下列哪项是错误的

- A.以恒定的百分比消除
- B.半衰期与血药浓度无关
- C.单位时间内实际消除的药量随时间递减
- D.消除速度恒定
- E.绝大多数药物都按一级动力学消除

六、某药6小时后存留的血药浓度为原来浓度的12.5%,该药的 $t_{1/2}$ (半衰期)应是

- A.2小时
- B.3小时
- C.4小时
- D.5小时
- E.6小时

七、某药的消除符合一级动力学,半衰期为12小时,若每隔12小时给药一次,达到稳态血药浓度的时间是

- A.30小时
- B.35小时
- C.80小时
- D.60小时
- E.100小时

八、给予一定剂量的药物后到达血液循环内的药物的百分比是指

- A.半衰期
- B.生物利用度
- C.首关消除
- D.零级动力学消除
- E.一级动力学消除

九、单位时间内消除恒定的量是

- A.半衰期
- B.生物利用度
- C.首关消除
- D.零级动力学消除
- E.一级动力学消除

十、口服药物经过肝脏后,进入血液循环的药量明显减少是指

- A.半衰期
- B.生物利用度
- C.首关消除
- D.零级动力学消除
- E.一级动力学消除

十一、毛果芸香碱滴眼后会产生下列哪些症状

- A.扩瞳、降眼压,调节痉挛
- B.扩瞳、升眼压,调节麻痹
- C.缩瞳、升眼压,调节痉挛
- D.缩瞳、降眼压,调节痉挛
- E.缩瞳、升眼压,调节麻痹

十二、镜下肿瘤细胞间有散在巨噬细胞存在,形成满天星图像的淋巴瘤是

- A.Burkitt(伯基特)淋巴瘤
- B.大B细胞淋巴瘤
- C.霍奇金淋巴瘤
- D.滤泡型淋巴瘤
- E.间变性淋巴瘤

(答案见下期本版)

上期(8月6日)答案			
一、A	二、B	三、C	四、B
五、D	六、E	七、C	八、A
九、B	十、D	十一、B	十二、A
十三、E			

## 经验交流



资料图片

俗话说:“牙痛不是病,痛起来真要命。”当今社会快速发展,人们生活节奏加快,容易着急上火,不注意口腔卫生,就会引起牙痛。

牙痛在普通门诊比较常见。近几年,儿童病例也有增多的趋势。由于儿童偏爱甜食,时间久了,牙釉质受到损伤,也会引起牙痛。

### 病因

一、口腔卫生。由于工作繁忙,有时加班加点,饭后漱口、早晚刷牙就显得不那么重要,时间一长,口腔就会滋生细菌,出现异味,牙齿也会出现一些黄色或褐色的质硬钙化物,附着在牙齿上,慢慢形成牙结

石。牙结石刺激局部组织,使牙龈红肿出血、发炎、松动。

二、火气上行。长时间工作、学习、熬夜,以及常吃辛辣食物、生气等,导致心火过旺、胃火炽盛,引起牙齿疼痛。患者牙根钻心痛,不敢碰牙齿,可口含凉水以减轻疼痛。

三、牙周炎。牙龈肿痛,常伴有发热和颌下淋巴结肿大,牙齿呈持续性跳痛,咀嚼痛,患牙有浮起感或伸长感,不敢咬合,常反复发作。

四、龋齿。龋齿就是人们常说的虫牙、蛀牙。主要是龋齿接触冷酸甜或食物嵌塞有刺激性疼痛。龋齿严重时,会并发急性牙髓炎,刺激牙神经,引起剧烈的自发性阵发性疼痛,夜间发作更为频繁,常不能入睡。

牙痛的治疗方法有西医疗、中医疗、针灸治疗等,农村也常用单方验方治疗牙痛,各有所长,要因因人而异。

### 治疗

西医疗牙痛主张消炎止痛,清热泻火,对症处理。口腔大多是革兰氏阳性菌

或厌氧菌感染,常选用红霉素、克林霉素、甲硝唑、替硝唑等,发热、局部肿痛较重者,也可用青霉素或头孢菌素类静脉滴注。若疼痛加重,用消炎痛(吡罗昔康)、布洛芬等,以减轻临床症状;若剧烈疼痛,也可试用氟哌啶。

清热去火用中成药牛黄解毒片、黄连上清片等。局部红肿热痛者,可加地塞米松片口服,症状减轻即可停药。胃部不适者,可加服西咪替丁片、多潘立酮片等,以缓解胃部不适。

使用头孢菌素或硝基咪唑类药物后,应避免饮酒,以防出现头晕、头痛、胸闷、心慌、恶心、腹痛、面部潮红等双硫仑样反应。

中医治疗牙痛讲究辨证施治,分为风火牙痛、胃火牙痛和虚火牙痛。

风火牙痛表现为牙龈疼痛、恶寒、口渴、口苦、舌苔薄黄、脉浮数,治宜散风清热、泻火解毒,可用牛黄上清丸、芎菊上清丸等。

胃火牙痛表现为牙龈肿痛、面热口渴、口气热臭、大便干结、小便色黄、舌苔黄、脉滑数,治宜清胃泻火,可用清胃黄连丸、黄

连上清片等。

虚火牙痛表现为反复牙痛、日久不愈、颧红口干、潮热盗汗、舌红、脉细数,治宜滋阴降火,可用知柏地黄丸等。

针灸治疗常选用下关穴、合谷穴等穴位。

急性牙痛,有时需要与三叉神经痛、急性心绞痛相鉴别,以免误诊。

三叉神经痛:在三叉神经分布区内反复发作,短暂的阵发性剧痛,历时十几秒或一两分钟,间歇期无疼痛,多见于女性,以一侧三叉神经第二、三支分布区多见,很少累及双侧。

心绞痛:胸骨后或心前区阵发性疼痛,呈压迫感或紧迫感,常向左肩和左臂内侧放射,有明显诱因,如体力劳动、情绪激动、饱餐或寒冷等。每次发作一般3分钟~5分钟,很少超过10分钟~15分钟;舌下含服硝酸甘油片,可在1分钟~3分钟缓解疼痛。

牙痛只要治疗得当,都会取得较好效果。如果牙痛反复发作或有加重迹象,要去医院做进一步检查,以免延误病情。(作者供职于杞县于集镇江庄村卫生室)

## 牙痛的诊断与治疗

□裴松勤

## 田猛:患者的利益比天大

□王婷 蒋建国

他是一位普通的基层医务工作者,在结核病防治工作岗位上默默耕耘了19年,为做好肺结核患者的督导、管理工作尽心尽责。这19年里,他的足迹遍布永城市的每一个角落;19年来,他用精湛的技术治愈一个又一个结核病患者,用贴心服务为许许多多的贫困家庭排忧解难。他就是永城市结核病防治所所长田猛。

### 为别人不为之事

把平凡的工作做到最好就是不平凡。从2001年进入结核病防治所,田猛就牢记医者誓言,扑下身子干工作。别人嫌并发症多治疗麻烦、不愿意管理的患者,他管;别人嫌态度不好、不愿意收治的患者,他收。正因为这样,凡找他看过病的患者无不称赞。

“我是被抬着进来,站着走的,是您给了我第二次生命!”商丘市夏邑县会亭镇的李老先生患肺结核并发结核性胸膜炎,经当地多家医院诊治,疗效欠佳,已发展

成为脓胸,高热不退,骨瘦如柴,家人用担架将其抬到永城市结核病防治所。看着家属期盼的目光,田猛力排众议,着手对患者进行治疗。经过近2个月的胸腔反复抽脓冲洗和抗结核支持治疗,李老先生一天天好转,出院时紧紧地握住他的手不停道谢。

肺结核治疗周期长,药物多,检查比较频繁,在经济上会给患者带来一定的负担,尤其在基层,肺结核患者因病致贫、因病返贫现象仍比较普遍。在田猛任职期间,只要听说有此现象,他总是想方设法为肺结核患者筹集和垫付医药费,不让患者因经济困难而放弃治疗。

永城市马桥镇闫庙村的何老先生患肺结核多年,一侧肺损毁,家庭经济困难,口服药物副作用大,几次想放弃治疗。田猛得知后,多次到何老先生家中探望,说服他继续接受治疗,不但为他垫付医疗费用,还多次请示所领导为其减免住院医疗费。

### 临床管理两手抓

在同事眼里,田猛是个不折不扣的“多面手”,除了担任临床治疗工作,还兼职搞项目、学管理,19年间,从一名普通的医生到副所长,再到所长,他以极大的热忱和忘我的态度,书写着无悔青春。

2003年,“非典”疫情肆虐,田猛作为单位第一批报名的医生之一,整整1个月都在发热门诊处置疑似病例。

2004年初,结核病开始实行网络直报。在完成一天的门诊工作后,田猛还要加班输入患者信息,常常工作到深夜,但他从没有任何抱怨。

常年的超负荷工作和与肺结核患者密切接触,2005年,田猛不幸感染了肺结核,他一边服药治疗,一边带病工作。同事们再三劝说,都被他拒绝了。在领导的强制要求下,他才同意回家,可是没过两天,他又乐呵呵地跑回单位帮忙了。

2007年底,由于工作表现出色,田猛被

提拔为永城市结核病防治所副所长,从此他更加辛勤地工作,在完成原有工作任务的情况下,他还兼任气管镜室主任,使永城市结核病防治所成为县级最早开展支气管镜下活检、治疗的结核病机构。

2020年年初,面对突如其来的新冠肺炎疫情,田猛再一次披挂上阵,自己担任本单位突击队队长,第一时间指导建立发热门诊预检分诊点、发热门诊、隔离区、隔离室,制定了应急预案,并将疫情防控规范逐条进行培训。

2020年5月,田猛从上任所长手里接过了全市结核病防治工作的接力棒,担任永城市结核病防治所所长,他用自己的责任和担当,扛起了永城抗结核的这面战旗,用实际行动践行了一名共产党员的初心和使命。

既然选择了远方,便只顾风雨兼程。一路走来,田猛从没后悔过自己的选择,“想患者之所想,急患者之所急”,作为一名结防人,这样的职业信条将伴随他终生。

## 遗失声明

新郑市观音寺镇岳口村卫生室的医疗机构执业许可证(登记号:PDY19314-941018412D6001)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

漯河柳江医院郭瑞芳的专业技术资格证书(编号:15301354,女,卫生,初级(师),临床医学检验技术,取得时间:2016年4月,丢失时间:2020年5月)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

## 征稿

本版面在给基层医务人员提供较为基础的、实用的医学知识和技术,来稿应注重实践操作,介绍常见病和流行病的诊治、安全用药等;栏目包括《经验交流》《合理用药》《答疑释惑》《老药新用》等。欢迎踊跃投稿,并提供宝贵的意见和建议。

邮箱:54322357@qq.com  
联系人:杨小玉  
电话:(0371)85967078  
邮编:450046  
地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社总编室

## “支持母乳喂养 守护健康地球” 主题征文活动

8月1日~7日是第29个世界母乳喂养周,今年的主题是“支持母乳喂养 守护健康地球”。为了更好地宣传母乳喂养,守护健康地球,河南省卫生健康委员会妇幼健康处联合《医药卫生报》,特推出“支持母乳喂养 守护健康地球”主题征文活动,欢迎广大医务人员、宝妈们踊跃参与。

征文主题:围绕“支持母乳喂养 守护健康地球”这一主题,讲述开展母乳喂养健

康教育、加强母乳喂养指导的经验做法,也可谈一谈开展母乳喂养工作的心得体会,向广大公众传播母乳喂养的重要意义,推进全社会支持母乳喂养,保障儿童健康,同时减少母乳代用品的消费和使用,从而减少相关生产和消费环节对地球资源的消耗和污染。

征文要求:内容真实,主题鲜明,文字流畅,文章字数不超过2000字;也可将母乳

喂养的感人瞬间拍成图片,并附上文字说明,投稿时请注明姓名、单位、联系电话。

征文刊登与评奖:征文中的优秀作品将在《医药卫生报》的《卫生文化》版上刊登。届时,《医药卫生报》将组织专家对入选作品进行评奖,并颁发获奖证书和奖品。

征文时间:即日起至12月底。  
投稿邮箱:619865060@qq.com  
投稿电话:(0371)85967078

