

浅析疟疾疫苗与检验的关联

□蔡国平

疟疾是一种古老的疾病，已经在地球上存在了数千年。据研究人员统计，全世界几乎每分钟就有1位5岁以下的儿童死于疟疾。

2021年，全球疟疾病例达2.47亿例，包括61.9万例死亡病例，其中77%为5岁以下的儿童，大部分的疟疾病例发生在非洲。虽然现代社会有了较为先进的医疗技术和药物，但是疟疾仍然是全球性的健康问题之一，特别是在一些热带地区和亚热带地区。说到疟疾防控，疫苗和检验技术扮演着重要的角色。那么，这两者之间有什么关联呢？

疟疾疫苗的研发与现实

接种疟疾疫苗的重要性在于能够有效预防疟疾病毒。人们通过接种疟疾疫苗，可以在人体内部建立防线，让疟疾病毒无法持续侵入。

2019年，全球首款疟疾疫苗RTS,S研发成功。近年来，RTS,S

疫苗的有效性和安全性在疟疾疫苗试点计划中得到验证，并提供了有关疫苗可接受性和接种率的重要证据。2023年，RTS,S疫苗运往布基纳法索、利比里亚、尼日尔、塞拉利昂等非洲国家。目前，一些国家将疟疾疫苗纳入常规免疫计划的最后准备阶段中。

目前，世界卫生组织正在对第二款疟疾疫苗R21疫苗进行资格预审。这两款疟疾疫苗有望增加供应，以满足人们对疟疾防治的需求。

疟疾检验方法

首先，通过检验，医务人员可以快速且准确地诊断出患者是否感染了疟疾。这对于及时治疗 and 防止疟疾传播至关重要。其次，检验可以帮助医务人员了解疟疾的传播情况和流行趋势，为制定有效的防控策略提供依据。如今，大多数医疗卫生机构已经有了疟疾检验的方法，比如显微镜检查、抗原检测等。

疟疾疫苗与检验的关联

疟疾疫苗与检验，这两者看似独立，实则紧密相连。它们之间的关系就像是一场“接力赛”：疟疾疫苗是“起跑者”，为人体筑起第一道防线；而检验则是“接力棒”，在必要时能够迅速反应，巩固防线。

疟疾疫苗作为预防疟疾的第一道防线，它的目标是在人体内建立起对疟疾病毒的抵抗力。通过接种疟疾疫苗，人体能够提前做好准备，当疟疾病毒侵入人体时，人体内已经有抗体对抗疟疾病毒。然而，疟疾疫苗并不是万能的，它需要发挥作用的时间，而且并不是所有人都能通过疟疾疫苗获得完全的免疫，及时检验体内是否存在抗体同样重要。

疟疾疫苗和检验在疟疾防控中的关联，不仅体现在它们的互补作用上，更体现在它们共同构建的疟疾防控体系上。疟疾

疫苗为人们提供了预防疟疾的基础，而检验则确保人体在必要时能够迅速反应，巩固防线。只有两者结合，人体才能建立起全面、有效的疟疾防控体系。

此外，疟疾疫苗的研发和优化也需要依赖检验技术的支持。通过检验，医务人员可以了解疟疾疫苗的效果如何，是否真的能够预防疟疾的发生。同时，医务人员还可以根据检验结果，优化疟疾疫苗，让疟疾疫苗更加安全和有效。

注意事项

首先，不要盲目相信市面上的“神奇疫苗”。虽然疟疾疫苗是预防疟疾的重要手段，但目前还没有一种完全有效的疟疾疫苗。因此，人们在接种疟疾疫苗的同时，一定要保持理性和谨慎。如果自己或家人出现了罹患疟疾的症状，一定要在正规医疗卫生机构就诊。同时，在日常生活中，如果天气较热，尽量避免前

往人多的地方。尤其是在户外，要注意避免被蚊虫叮咬，如果自己或家人在户外玩耍时，不慎被蚊虫叮咬，并产生发热、多汗等症状，一定要尽快与正规医疗机构的医务人员联系，及时就医，避免延误病情。

其次，不要忽视检验的重要性。只有通过科学的检验方法，医务人员才能准确诊断疟疾，并及时采取治疗措施。

疟疾疫苗与检验是疟疾防控的两大关键工具。它们相互依赖、相辅相成，共同构成了人体抗击疟疾的重要防线。尽管目前仍面临诸多挑战，如疟疾疫苗的研发和完善、检验技术的提升等，但随着科技的进步，最终会将疟疾彻底消除。希望这篇文章能让人们对疟疾疫苗与检验有更加深入的了解，并共同为消除疟疾这一目标而努力。

（作者供职于广西医科大学第二附属医院）

糖尿病足的预防及日常护理

□崔权青

老王是一位有3年糖尿病病史的患者，平时一直按时服药，血糖控制得不错。然而，有一天，老王在剪指甲时，一不小心把脚趾剪破了皮。由于担心“烂脚”，老王立即用温水冲洗了伤口，并马上把水擦干，并且用了1年前就开封的碘伏进行伤口消毒。老王本以为万无一失了，谁知就在几天后，他的伤口就开始流脓，脚掌红肿，他急忙到医院就诊。医务人员告诉老王，他的情况是由于糖尿病引起的。糖尿病患者的免疫系统通常较脆弱，容易感染，并且伤口愈合较慢。尽管老王第一时间对伤口进行清洁和消毒，但他的方式

是不正确的。老王使用的水并不一定是无菌的，用水冲洗伤口，可能会导致伤口感染，最好使用无菌盐水清洗伤口。此外，碘伏开封后的有效期是7天，老王所使用的碘伏已经开封1年了，已经受到污染，用它来消毒伤口只会导致伤口的二次感染。

其实，像老王这样的糖尿病患者并不在少数。他们往往因为对糖尿病足的认识不够，从而忽视了日常护理的重要性。那么，糖尿病足患者该如何进行防护呢？

糖尿病足是指糖尿病患者因下肢远端神经异常和不同程度的周围血管病变导致的足部

感染、溃疡，甚至会导致足部深层组织损伤。这些损伤不仅给患者带来身体上的痛苦，还可能影响他们的生活质量甚至危及生命。

那么，如何预防糖尿病足的发生呢？

糖尿病患者要定期检查足部的健康状况。一旦发现足部有红肿、破溃等不适症状，患者应及时就医。

糖尿病患者要选择合适的鞋袜，避免损伤足部的皮肤。

糖尿病患者要保持足部的清洁和干燥，每天用温水清洗足部。

糖尿病患者修剪脚趾甲

时要小心，避免损伤足部的皮肤。

控制血糖是预防糖尿病足的关键措施之一。糖尿病患者要按照医务人员的建议，定期监测血糖，并按时服用降血糖的药物或注射胰岛素。

如果不幸发生了像老王那样的意外情况，糖尿病患者也不必过于恐慌，及时且正确的处理同样重要。

消毒伤口 糖尿病患者要使用有效期内的碘伏或酒精等消毒液清洁和消毒伤口。糖尿病患者要注意，酒精、碘伏等消毒液在开封后的有效期是7天。因此，糖尿病患者在选择酒精、碘

伏等消毒液时，要尽量选购小包装产品，避免浪费和污染。

防水措施 糖尿病患者洗澡或泡脚时，可以使用塑料袋或防水敷料将伤口包裹起来，避免伤口接触到水。

及时就医 如果糖尿病患者伤口出现红肿、疼痛、化脓等症状，应及时就医治疗。

总之，糖尿病足的防护，需要糖尿病患者日常生活中高度重视。只要糖尿病患者掌握了正确的知识和预防方法，就能有效预防糖尿病足的发生，保护自己的双脚。

（作者供职于广东省高州市人民医院）

鼻咽癌的预防和治疗

□周远红

鼻咽癌的预防

合理饮食 合理饮食是预防鼻咽癌的重要一环。在日常生活中，人们要保持饮食清淡，多吃新鲜的蔬菜和水果，摄入充足的维生素和蛋白质。同时，人们要尽量避免食用辛辣刺激食物，减少对鼻咽黏膜的刺激。

环境调整 环境因素对鼻咽癌的发病也有很大的影响。人们要尽量避免长时间接触有害烟雾，如杀虫气雾剂等。对于空气污染严重的地区，人们在出门时应佩戴口罩，做好防护措施。此外，家族遗传也是发生鼻咽癌的因素之一，如有家族史的人群应更加注意预防。

定期体检 定期体检是发现早期鼻咽癌的重要手段。人们每年至少要进行1次体检，对于有鼻咽癌家族史或者长期接触有害气体的人群更应定期体检。通过体检，医务人员可以及时发现受检者鼻咽部的异常情况，从而进行早期干预和治疗。

鼻咽癌的治疗

放射治疗 鼻咽癌的放射治疗是利用高能量的放射线照射肿瘤区域，以杀死或抑制癌细胞生长的治疗方法。放射治疗对鼻咽癌的敏感性较高，可以精准地照射到肿瘤部位，对周围正常组织的损伤较小。鼻咽癌患者通过持续几周放射治疗，可以

显著缩小肿瘤的体积，甚至达到根治的目的。放射治疗也可能给鼻咽癌患者的身体带来一些不良的反应，如口干、咽喉疼痛等，需要在治疗期间进行管理和控制。

化学治疗 化学治疗是鼻咽癌的辅助治疗手段之一。在放射治疗的同时，鼻咽癌患者可以考虑使用化学药物治疗，以增强放射治疗的效果，并减少肿瘤复发的可能性。化学治疗通常会对鼻咽癌患者进行静脉注射或口服给药。

手术治疗 对于某些特定的情况，如肿瘤对放射治疗不敏感或局部复发等，医务人员可能会

建议鼻咽癌患者进行手术治疗。手术治疗包括部分或全部切除鼻咽部肿瘤，以及颈部淋巴结清扫等。手术治疗虽然对鼻咽癌的治疗效果有限，但在某些情况下，仍然是一种有效的治疗手段。

鼻咽癌是一种严重威胁人们生命安全的恶性肿瘤。人们可以通过合理饮食、改善环境、定期体检等预防措施，有效降低鼻咽癌的发病率。同时，在鼻咽癌的治疗过程中，医务人员应根据患者的具体情况选择合适的治疗方法，以提高治疗效果和生存率。

（作者供职于湖北省武汉亚心总医院）

患者手术前需要做哪些准备

□黄庆庆

随着现代医学的不断进步，手术已经成为治疗疾病的重要手段。然而，对于许多即将进行手术的患者来说，手术室是一个陌生而神秘的地方，他们的内心可能会有很多疑问，其中之一就是为什么在进入手术室时，不能穿着自己的衣服。本文将详细讲解这一规定的原因，并探讨为何患者在手术前需要进行一系列的准备工作。

手术室的要求

手术室是医院中较为关键的治疗场所之一，对于室内环境的要求极高。为了确保手术的成功和患者的生命安全，手术室有着严格的无菌操作规范。这些规范包括空气净化度、温度、湿度等方面，旨在为患者创造一个最佳的手术环境。

在这样的环境下，患者穿着自己的衣服进入手术室显然是不符合规定的。因为患者的衣服可能携带各种细菌、病毒等微生物，这些微生物有可能在手术的过程中造成患者的手术创口感染。此外，患者的衣服也可能存在尘埃等杂质，这些杂质有可

能污染手术器械和手术部位，增加手术感染的风险。

当患者准备进入手术室时，医务人员会要求他们更换医院提供的病号服，并脱去所有的内衣和内裤。这一规定并非随意制定，而是基于以下几个原因：

减少交叉感染的风险 患者的内衣和内裤很容易携带各种细菌或病毒，在手术过程中，可能会成为患者手术创口感染的源头。患者穿病号服可以有效减少与外界接触，从而降低感染的风险。

保障手术部位消毒效果 在手术前，医务人员会对患者的手术部位进行消毒处理。这是确保手术成功和防止术后感染的关键步骤。如果患者穿着自己的衣服，尤其是内衣和内裤，那么，患者的贴身的衣服就可能成为医务人员消毒的死角。消毒剂可能无法渗透到贴身的衣服覆盖的部位，从而导致消毒不彻底。

便于麻醉和监测生命体征 在手术的过程中，麻醉医生通常会在患者的胸部贴上电极片，以

连接心电监护仪。如果患者穿着内衣，可能会影响电极片与皮肤的接触，从而导致心电监护仪的数据不准确。此外，对于时间较长的手术，可能需要给患者插导尿管，穿着内裤会影响操作。

确保紧急情况下的快速应对 手术和麻醉过程中存在一定的风险。患者如果遇到意外的情况，医务人员可能需要迅速进行抢救，如深静脉穿刺、胸外心脏按压等。在这种情况下，内衣、内裤等衣服可能会成为“负担”，影响医务人员抢救的效率和效果。

为何不能佩戴首饰进入手术室 除了衣服外，患者在进入手术室前，还需要摘掉身上佩戴的所有首饰。

避免携带病原体 首饰的表面很容易沾染细菌和病毒。如果这些首饰被患者带入手术室，就可能成为潜在的感染源。

防止电外科设备造成的损伤 在手术的过程中，医务人员可能会使用电外科设备进行手术操作。如果患者的首饰导电，

可能会导致患者的局部皮肤被烫伤；如果不导电，则可能在首饰与患者的皮肤之间产生压力，造成局部皮肤压力性损伤。

为何不能带妆进入手术室

对于大多数的女性患者来说，她们可能习惯于使用指甲油、口红等化妆品。然而，在手术前，医务人员也会要求患者卸掉化妆品。这是因为化妆品可能会影响患者的血氧浓度监测结果。在手术的过程中，医务人员需要密切监测患者的生命体征，包括血氧浓度等。如果患者在指甲上涂抹了指甲油或者在嘴唇上涂抹了口红，可能会干扰监测设备的准确性，从而影响医务人员对患者缺氧情况的判断。

如何做好手术准备工作 为了确保手术的顺利进行和患者的生命安全，患者在手术前需要做好以下的准备：

遵守医院的着装规定 患者要按照医务人员的指示更换病号服并脱去内衣、内裤和袜子等衣服。同时，患者要摘掉所有的首饰和化妆品。

保持身体清洁 患者要在病情允许的情况下，手术前进行洗澡或擦澡，以清洁皮肤表面的污垢和细菌。这有助于减少患者在手术过程中的感染风险。

提供准确的健康信息 患者要告诉医务人员自己的过敏史、用药史，以及任何可能影响手术的其他健康状况。这将帮助医务人员更好地评估手术的风险，并制定合适的手术方案。

保持放松的心态 手术对于患者来说，可能是一个紧张的过程。患者要保持放松的心态，这有助于降低手术中的应激反应，并加速患者术后的恢复过程。

患者在进入手术室前做的准备工作，对于手术的成功和患者的安全至关重要。尽管这些规定可能会给患者带来不便，但这些规定的存在都是为了确保手术的顺利进行和患者的快速恢复。患者了解这些规定背后的原因，并积极配合医务人员的指导，可以为手术的顺利进行和自己的健康保驾护航。

（作者供职于广西壮族自治区柳州市红十字会医院）

在医院，有一个默默无闻但至关重要的部门——消毒供应室（英文简称CSSD）。它是保障患者安全、防止医源性感染的重要防线。本文主要介绍消毒供应室的工作流程。

回收

医疗器械的“清洁之旅”始于回收。当医疗器械在手术室或临床科室中被医务人员使用完毕后，会被消毒供应室工作人员进行封闭式回收，确保医疗器械不会污染环境或其他物品造成污染。精密贵重的医疗器械在转运的过程中，消毒供应室工作人员应谨慎，以防医疗器械损坏。

分类

回收后的医疗器械会被消毒供应室工作人员送到去污区进行分类。消毒供应室工作人员根据医疗器械的材质、精细程度、污染程度进行分类，如将医疗器械拆卸到最小化，腔镜类器械单独放置等，以便后续进行有针对性的处理。此环节较为关键，因为分类不当可能会导致医疗器械功能受损，影响清洗和消毒效果。

清洗

清洗环节是消毒供应室工作流程中重中之重，是灭菌的前提。消毒供应室工作人员清洗医疗器械上的污物，以达到减少生物负荷的目的。对于复杂医疗器械、精密医疗器械、管腔医疗器械等，消毒供应室工作人员会进行超声清洗。在清洗过程中，消毒供应室工作人员会注意轻拿轻放，避免医疗器械受损。

消毒

清洗后的医疗器械会进入消毒环节。消毒是杀死可能存在的病原微生物的关键步骤。消毒方法包括热力消毒、化学消毒等。热力消毒是消毒供应室工作人员的首选消毒方法，因为这种消毒方法能够高效杀灭病原微生物。对于不耐热的医疗器械，消毒供应室工作人员会使用化学消毒剂对医疗器械进行消毒。

干燥

消毒后的医疗器械会进行充分的干燥。在干燥时，消毒供应室工作人员会使用压力气枪、95%医用酒精、消毒的低纤维絮擦布或干燥柜，但不可以自然风干。干燥后的医疗器械表面应光洁、无水珠，确保病原微生物无法依附在医疗器械表面。

检查与保养

干燥后的医疗器械会进入检查与保养环节。消毒供应室工作人员会目测或使用带光源的放大镜，对医疗器械进行认真、仔细地检查，确保其无污染、无损坏且功能完好。对于需要保养的医疗器械，消毒供应室工作人员会进行必要的维护和保养处理。

包装

检查与保养后的医疗器械会进入包装环节。包装材料应符合医药行业标准，这样能够有效地保护医疗器械免受外界环境的污染和损坏。在包装的过程中，消毒供应室工作人员会将包装材料反复折叠，形成弯曲路径，防止病原微生物进入灭菌后的医疗器械内部。

灭菌

包装好的医疗器械会进入灭菌环节。灭菌是确保医疗器械无菌的关键环节。常见的灭菌方法包括压力蒸汽灭菌、干热灭菌和低温灭菌等。消毒供应室工作人员会根据医疗器械的耐热程度选择最佳的灭菌方式。在灭菌的过程中，消毒供应室工作人员会做好物理、化学、生物学的监测，保障医疗器械达到最佳的灭菌效果。

储存与发放

灭菌后的医疗器械会被储存。储存环境应符合消毒供应规范的要求。消毒供应室工作人员在接触灭菌后的医疗器械前，应洗手或进行手部消毒，确保灭菌后的医疗器械不会受到二次污染。消毒供应室工作人员要在各科室申领医疗器械后，进行发放。

（作者供职于山东省邹平市中医院）

八卦走转养生功

□史永飞

中医认为“元气盛”，人才会身体健康；“元气衰”，人则会百病缠身。有一种简单、易学的提升元气的锻炼方式，被称为八卦走转养生功。

八卦走转养生功是将中医学中的“气血理论”“经络理论”“脏腑理论”融入传统的体育锻炼中，使其在健身方面起到事半功倍的效果。

习练者要在公园、操场或房间的空旷地区，画出两个同心圆，内圆直径为1.5米，外圆直径为1.8米。接着，习练者要在这两个圆之间0.3米宽的空间内散步。习练者在散步时，要目视前方，自然迈步，步伐均匀而缓慢，双手随意摆动。练习的重点是放松。习练者不要只朝一个方向走，要左右交替，以吸收周围的能量，补充元气。

习练者在正式练功时，首先要面向南方，站在圆圈上，这里既是起点也是终点。习练者的双眼要凝视前方，保持颈部挺直，微微含胸，背部挺直，双臂自然环抱于胸前，肘部微微下沉，舌头轻轻抵住上颚，均匀呼吸，双手置于腹部前方，手心朝下，中指相对，两掌之间的距离大约1个拳头的宽度。

接下来，开始练习。习练者要用胯部向圆圈内部旋转，同时保持目光平视前方。首先，习练者要逆时针方向绕圈走，然后换为顺时针方向。在转换方向时，习练者如果是左脚在内、右脚在外，向右转时，右脚向前迈至左脚前，脚尖朝

揭秘消毒供应室工作流程

□李晔

向圆心，左脚则平起并向外旋转180度后落地，跟随右脚继续沿圆圈走转。顺时针和逆时针的绕圈时间应尽量相等。完成绕圈练习后，习练者要进行收功。收功的目的是将气息凝聚，使气息沉入丹田，增强元气。习练者在收功时，由顺时针方向转回逆时针方向，最后回到起始点，面向南方站立。

收式动作是习练者的双臂向外旋转，使掌心朝上，然后慢慢从两侧向上托起，但高度不要超过眉毛。接着，习练者的双臂向内旋转，掌心朝下，手指相对，弯曲手臂并缓缓向下按压，直至手掌落至小腹前方。在此过程中，习练者要呼气并放松腹部，让气息沉入丹田。同时，习练者要保持双眼平视前方，双腿由弯曲逐渐伸直。完成这些动作后，即表示八卦走转养生功的收式已经结束。

初学者每天练习2次，1次不少于30分钟。随着功夫的加深，练习的时间可以延长至1小时~1.5小时。

八卦走转养生功适宜练习的人群包括亚健康人群、肥胖患者、慢性脾胃病患者、免疫力低下患者、病情平稳的高血压病患者、糖尿病患者、失眠患者等。

不明原因的急性脊柱损伤患者、脊髓症患者、严重心、脑、脑疾病患者、过于虚弱者等切勿练习此功法。

（作者供职于山东省济宁市人民医院康复医学科）