

# 大手牵小手 筑牢防疫墙

## ——市中心医院护航3-11岁儿童新冠疫苗接种

# 健康周刊

文/图 记者 陈贻贵  
通讯员 阳媚 陈彩霞

接种新冠病毒疫苗,是筑牢人群免疫屏障的有力举措,也是阻断新冠病毒传播的重要手段。为进一步筑牢新冠免疫屏障,推动全省3-11岁儿童新冠病毒疫苗接种工作平稳、有序及规范进行,呵护祖国“幼苗”健康成长,市中心医院儿科医学中心先后派出4组医护人员,分别驻点4个街道、社区,协助进行新冠疫苗接种医疗救治保障工作。

全面部署,统筹规划有“速度”。市中心医院儿科医学中心主任韩海英介绍,为做好3-11岁儿童新冠疫苗接种医疗救治保障工作,儿科医学中心接到任务后,迅速成立工作小组并进行紧急培训,精心选派有急救、重症、护理等经验的学科专家驻点保障,备有儿童适用急救设备及药品。同时,与120急救车现场值守,构建绿色通道,有效保障了3-11岁儿童新冠疫苗接种安全、有序、高效开展。

11月2日上午,市中心医院儿科医学中心主任韩海英、PICU主任彭小铜,先后来到该院所负责的资江学校、三八亭小学、中心路街道社区服务中心、金贝贝幼儿园等新冠疫苗接种点,进行巡查、调研,详细了解连日来儿童疫苗接种工作中存在的不足,以及发生疫苗接种不良反应监测情况,进行总结、分析并提出意见。为接下来全市儿童疫苗接种大面积开展积累经验,从而更好地提供安全保障。

耐心引导,暖心服务有“温度”。“我们主要的工作内容一是识别接种人是否可以接种疫苗,有无接种禁忌症,或需暂缓接种;二是负责所有接种后人聚集中观察;三是及时处理疫苗接种的不良反应。”市中心医院儿童重症医学科护师陈彩霞介绍,由于接种地点大多是在学校,家长不在身



医务人员暖心安慰小朋友。

边,孩子们对于接种的恐惧感很多时候还是靠医护人员和老师安抚。有些小朋友胆小内向,在接种时难免会有哭闹或者害怕,这个时候,医护人员分散他们的注意力,奖励小零食,玩数字游戏,或者是用手机播放一些趣味动画片等,来帮助小朋友完成疫苗接种。

聚焦流程,科学接种有“深度”。据了解,医护人员以班级为单位,为儿童进行疫苗接种工作,等候区、登记区、

接种区、留观区等区域指引清晰,各区域均有工作人员为儿童开展流程指引、维护现场秩序,儿童在指引下有序进行信息登记和疫苗接种。医护人员严格问诊,逐一检查受种儿童的相关信息,确保有无禁忌症及14天内未接种其他疫苗。接种完成后,儿童集中在留观区留观30分钟,30分钟后如无不良反应,则由班主任或者家属带回,疫苗接种区标识明确,流程规范清晰,接种紧张有序,保障有力。

### 避免冻伤预防胜于治疗

医生提示,避免冻伤,预防胜于救治,尤其应注意大风天,因为除了低温,风力的增强也会加速冻伤发生。在极寒天气外出时应尽量保护好手、脚、肢体、耳朵等容易发生冻伤的部位。

“另外,出现冻伤后局部皮肤会有点儿痒,此时千万不要用手去抓,这样只会使皮损越发严重。若皮肤没有破溃,则可用冻疮膏局部轻柔按摩患处,有水泡的地方可以先用碘伏进行消毒;若皮肤出现破溃,则可使用生长因子凝胶。如果冻伤发展到比较严重的地步,还是建议第一时间到医院皮肤科就诊。”南昌中山皮肤病医院主任医师刘红光说,情况不严重的冻伤,一般不需要特别治疗,注意保暖后1到3周内会自愈。

此外,专家特别提醒,由于糖尿病患者末梢神经反应下降,对外界反应不敏感,长时间在低温的户外进行活动极易引起冻伤,这部分人群应提高警惕。

## 季节交替时节是急性心梗的高发季节,专家呼吁 高血压患者预防与降压并重

陈静

中国心血管病患者人数众多,高血压是心血管疾病的主要诱因之一。高血压并发心梗的患者临床表现重,并发症多,预后更差。

季节交替时节是急性心梗的高发季节。进入冬季气温骤降,中南大学湘雅二医院心血管内科主任医师胡信群教授11月22日接受记者采访时提示,心血管病患者对天气变化敏感性很高,突然的寒冷刺激,很容易发病。

胡信群教授告诉记者,心梗的典型症状包括,异常胸痛;胸闷不适,呼吸困倦;伴随有腹痛、后背、左肩及下颚的放射痛等。

胡信群说,“稳定性心绞痛”好发于活动后,可出现左胸及胸前区的胸痛症状,休息或服药后症状可较之前减轻。除了胸痛之外,胸闷不适,呼吸困倦则是明显的心肌梗死的表现。心肌梗死的患者可有劳累、乏力、大石压胸感、胸部紧缩感、呼吸困难、气喘等表现,需重视且及时就诊。与此同时,心肌梗死患者除了胸痛的症状,还可能伴随有腹痛、后背、左肩及下颚的放射痛以及大汗淋漓等。

南京医科大学第一附属医院(江苏省人民医院)心血管内科行政副主任李春坚教授介绍,吸烟、饮酒、高血压、糖代谢异常、肥胖、缺乏锻炼、早发冠心病家族史等都是心肌梗死患者常见的危险因素。高血压控制不好,会引发心梗、心衰等更严重的症状。高血压是怎么一步步造成心血管事件甚至导致心衰的?李春坚教授解释:“高血压患者心脏收缩时,通过主动脉把血液输送到周围的血管,承受的压力比正常血压时来得大,容易形成左心室肥厚;此外,长期高血压容易在血管中形成斑块。在激烈运动、情绪波动等诱因下,斑块可能破裂,大量的血小板和凝血酶向斑块破裂的地方聚集,形成血栓。”这位专家指出,如果血栓堵在心脏的冠状动脉就会发生心梗;冠心病、高血压、心脏瓣膜病、糖尿病等慢性病患者均是心衰的高危人群。

如果高血压长期管理不好,会带来更多并发症。胡信群教授强调,高血压的管理十分重要,并倡导提前给患者使用降压效果好的药物,把血压快速降下来。胡信群教授介绍,药物选择方面,目前传统的5大类降压药都有一定的降压效果,“但我们需要新型的降压药物,既可以降压,也能够预防心血管疾病或事件的发生。依据目前的临床证据,以沙库巴曲缬沙坦为代表的血管紧张素受体脑啡肽酶抑制剂(ARNI)已经成为高血压治疗的新药物类型。”

## 冻伤后 千万别用“土方”治

魏依晨

近日,我国迎来寒潮天气,多地开启“速冻”模式。在骤冷环境下,人如果在短时间内暴露于极低温环境中或长时间暴露于冰点以下的低温环境中,就会出现冻伤。冻伤后,有些人愿意用“土方”进行治疗,殊不知这只会让情况越来越糟。

### 若病情严重应尽快就医

“冻伤后,不少患者会自己用一些‘土方’进行治疗:有的用萝卜叶子熬水涂抹、有的把芦荟捣碎了涂抹……这些在医学上来说都是不科学的。”山东省滕州市中心人民医院普外科副主任医师张广东说,“如果发现自己被冻伤,千万不要盲目用所谓的‘土方’自行治疗,这非但没用,而且会增加患处过敏和感染的风险。”

张广东表示,接诊时,他发现一些患者还会用雪搓或用热水泡患处,这也是不科学的。“这样不仅会加强疼痛感,还可能会造成病情反复发作。正确的做法是,发生冻伤后应立即寻找保暖衣物裹住冻伤部位,将被冻伤的位置放入接近人体体温的温水当中,进行5到10分钟的复温,不要超过20分钟。若有条件的话,可用无菌温盐水把患处冲洗干净,将患肢制动并适当抬高,以免加重组织损伤并减轻水肿。切记不能用冰雪涂擦患处,也不能用火烤。”他说。

专家建议,若发现有冻伤征兆,可以先使用一些冻疮膏,促进局部血液循环。如果冻伤情况比较严重,如出现水泡等症状,最好的方法还是尽快到医院救治。