

近期,市中心医院儿科门急诊每天接诊呕吐腹痛腹泻患儿数十例—— “诺如病毒”高发季 做好预防很关键

邵阳日报记者 唐颖 通讯员 周姣兰 李文娟 孟天笑

近日,随着学校陆续开学,人员流动频繁,有些孩子突然出现急性腹泻、呕吐症状,通过常规检查及病毒学检查发现,他们大多是“诺如病毒”感染所致。那么什么是“诺如病毒”?它的特点是什么?什么情况下需要去医院就诊呢?又该如何预防呢?2月20日,记者采访了市中心医院儿科医学中心副主任陈超亮。

什么是“诺如病毒”?

“医生,请教一下,我家小宝不知怎么了,今天从幼儿园回来就莫名呕吐不止,还喊肚子痛,听说班上还有4至5名同学都有类似的身体反应。”

“医生,我家孩子昨天从学校回来就有点腹痛腹泻,开始不严重,我没当回事,可今天就糟糕了,我们全家老少都中招了,吐的吐,拉的拉。”

陈超亮说,这个开学季,该院的儿科门急诊每天都会接诊呕吐腹痛腹泻的患儿数十例,多为学龄期儿童,也有一些是跟他们有过接触的婴幼儿。这种正悄然威胁着孩子们健康的病毒,就是“诺如病毒。”

“诺如病毒”属于杯状病毒科,是引起急性胃肠炎常见的病原体之一。“诺如病毒”具有感染剂量低、排毒时间长、外环境抵抗力强等特点,容易在学校、托幼机构

等相对封闭环境引起胃肠炎暴发。

“诺如病毒”的特点是什么?

- 1.群发性强:多为集体发病,幼儿园这样的人群密集场所尤其容易群发。
- 2.传染性强:“诺如病毒”可以通过身体接触、水源、食物、呼吸等途径传播。
- 3.儿童易感染:学龄前儿童尤其容易感染“诺如病毒”,在我国5岁以下的腹泻儿童中,“诺如病毒”检出率高达15%。
- 4.顽抗性强:0℃至60℃的温度范围内可存活,普通热水无法烫死“诺如病毒”;75%酒精、免洗洗手液无法灭活“诺如病毒”;可在物体表面存活2周,在水中存活2个月以上。

陈超亮表示,“诺如病毒胃肠炎”全年都可发生,但在每年10月至次年3月是它的高发季,感染后潜伏期一般为24小时至48小时,最短12小时,最长72小时,其感染后患者表现为:

- 1.最常见为呕吐、腹泻、恶心、腹痛,部分患者有发热、头痛、畏寒、肌肉酸痛等。
- 2.儿童以呕吐发热为主,成人则腹泻居多,大便秘状多为稀水样便或者是水样便。
- 3.多数患者发病后症状轻,休息2至3天即可康复,可口服糖盐水或口服补液盐及时补充呕吐和腹泻消耗的水分。

什么情况下需去医院就诊?

- 1.对于婴幼儿、老人,特别是伴有基础性疾病的老人,频繁呕吐和腹泻可导致脱水等严重症状,一旦口服药物效果不佳,患者出现精神转差、肢端冰凉、表情淡漠、气促、嗜睡或者烦躁等重症表现。
- 2.大便出现较多粘液或大便带血。
- 3.腹痛剧烈。
- 4.婴儿4至6小时,幼儿6至8小时没有小便,口唇皮肤有明显干燥,并有口渴、哭时无泪眼窝凹陷等。

个人和家庭如何早期预防?

陈超亮提醒市民,目前针对“诺如病毒”尚无特异的抗病毒药和疫苗,主要还是靠预防的办法。

- 1.保持手卫生,饭前、便后、加工食物前后都应流动水下正确洗手。
- 2.早期发现,尽早隔离,在症状完全消失72小时后方可解除隔离。
- 3.注意饮食饮水卫生,不饮用生水,蔬菜瓜果要彻底洗净,煮熟食物是关键。
- 4.做好环境清洁和消毒工作,使用有效浓度为500-1000mg/l的含氯消毒剂进行消毒。室内多开窗通风,保持空气流通。
- 5.保持健康的生活方式,增强身体免疫力。



2月16日,隆回县金石桥镇农民在苗圃采挖金银花苗木。立春以来,该县各类苗木迎来采挖销售旺季,通过多种渠道畅销全国各地,产销两旺,成为乡村振兴增收致富的主导产业。邵阳日报通讯员 贺上升 摄

全力以赴创“三甲”

邵阳学院附属第二医院召开创建三甲医院誓师大会

邵阳日报讯 (记者 陈红云 通讯员 申伟红) “我庄严宣誓:在创三甲攻坚冲刺阶段……将以决战决胜的奋进姿态,坚决打赢三甲评审攻坚战。”2月20日,在邵阳学院附属第二医院创建三级甲等综合医院誓师大会上,全院职工表明全力以赴打赢“三甲”创建攻坚战的决定。

会上,该院党委书记伍石华进行创三甲总动员。要求全院上下将鼓足干劲,以饱满的工作热情和奋发向上的精神状态,全力以赴推进三甲创建指标落地落

实。该院职能部门主任代表刘泽军、临床医技科主任代表邓宇、护士长代表罗丽叶分别作表态发言。各部门、科室负责人签订递交责任状。院长双庆翠带领大家作创三甲攻坚冲刺集体宣誓并传达湖南省医院等级评审培训班会议精神。

创三甲工作是该院发展39年来集体智慧的结晶、文化的凝聚和形象的展现,是发展的一个重要里程碑,也是1000余职工的希望与愿景,同时也是对医院综合管理实力、综合技术能力和综合服务水平的一次全面考核

和检验,是关系到医院生存和发展的头等大事,更是一场只能赢、不能输的攻坚战。

目前,三级医院评审工作时间紧、任务重、标准高、压力大。该院将举全院之力、集全院之智,以破釜沉舟的决心和矢志不移、不胜不休的信心,去实现三甲目标。下一步,该院将进一步统一思想,提高认识,全面理解创建三甲医院的重要意义;坚定信心,坚定决心,坚决打赢创建三甲医院的攻坚战;强化责任、补齐短板,确保完成各项评审任务,实现创建“三甲”医院蓝图目标。

聚焦“她健康” 巾帼绽芳华

邵阳日报社与市卫健委启动关爱女性健康主题活动

邵阳日报讯 (记者 唐颖 肖慧) 为庆祝第113个国际妇女节,致敬每一位“半边天”,2月21日,邵阳日报社与市卫健委联合承办的“聚焦她健康·巾帼绽芳华”主题健康活动正式启动。该活动旨在全面宣传普及健康知识,倡导健康生活方式,呵护女性身心健康,让女性绽放属于自己的风采。活动前期,邵阳日报社

在全市范围内开展为期一周的关爱女性健康问卷调查,呼吁广大女性参与投票。此次调查旨在了解女性关注的健康问题,探讨影响妇女健康的因素,为保护妇女健康,促进社会和谐发展提供科学依据。针对调查结果,3月8日起,邵阳日报社还将邀请本市知名专家走进“健康邵阳”直播间解答女性最关注的健康问

题,敬请期待!



▲扫码点击参与女性健康调查问卷。



此时无声胜有声

邵阳日报讯 (记者 傅畅珺 通讯员 龚平 向芬芬) “非常感谢您的帮助。”2月12日,在市妇幼保健院门诊大厅,一位聋哑患者在手机上写下对工作人员的感谢,并深深地向志愿者鞠了一躬。这无声却又暖心的一幕让大厅里的每一个人都为之动容。

原来,患者黄女士前来该院就诊时,因交流不便,害怕紧张。她着急地来到门诊志愿服务台请求帮助。志愿者了解情况后,用学过的手语与她进行简单交流。看到她没有家人陪伴,志愿者一边通过用纸笔询问病情,一边安抚她的情绪。为避免患

志愿服务暖人心

者不好意思说出自己的病情,志愿者贴心地采用问答的形式与黄女士进行无声交流。同时,担心她沟通不便,志愿者全程陪同她挂号、缴费、到各科室检查。医生们通过“手语+书写”的方式使黄女士顺利就诊,并在小纸条上写下了相关注意事项。

无声顺畅的交流服务,是市妇幼保健院完善残障人士服务的一个缩影。近年来,该院为残疾人、孕产妇等特殊群体开辟爱心渠道,致力于解决他们急难愁盼之事,最大程度地满足其医疗服务需求,用真诚的服务让不同的患者感受到家的温暖。

抓住“春天”,善用中医巧助娃娃长身高

邵阳日报记者 陈红云 通讯员 石玉兰 申伟红

一年之计在于春。春天也是孩子长高的黄金季节,通过中医调理,可以让孩子健康长高,事半功倍。近日,邵阳学院附属第二医院儿童保健科给家长们普及有关“中医助力儿童长高”的相关知

识。充足,肾精充足则骨髓充足,骨骼随之就会变得健壮。

总的来说,春主生发,肝经当令,所以说,春季是益智增高的黄金时期。

春季健脾助长需注意什么?

均衡的饮食

春季孩子身心生长发育较快,对各种营养素的需求也相对增加,除主食碳水化合物及适量肉蛋奶及水果蔬菜外,可适当多补充含钙丰富的食物,如奶制品、豆制品及鱼贝虾类等。

纠正孩子挑食、偏食等不良习惯,少吃快餐和油炸食品,并忌过补,以免造成积滞,损伤脾胃功能。

充足的睡眠

孩子的生长激素一半以上是夜间熟睡时分泌的。22时左右,孩子有一个分泌生长激素的高峰,而处在浅睡眠状况下的孩子则不容易达到这一高峰。因此,建议孩子最好在21时之前入睡,22时后进入深度睡眠状态。

胃不和则卧不安,家长们切记,不可在小儿入睡前喂得过饱,以免小朋友夜间因胃肠不适翻来覆去,影响睡眠。

适当的运动

春天应该让孩子投入到大自然的怀抱中,尽情享受运动的快乐。让孩子多爬楼梯、跳绳,进行上或下的大动作、跳跃类动作,每周两次,每日半小时到1小时。多晒太阳可以生成维生素D,以促进钙的吸收,有利于孩子的骨骼生长发育。

愉快的心情

家长及时关注孩子心理健康,积极沟通交流,保持心情舒畅。尽量不要给孩子太大压力,因为压力过大会抑制生长激素分泌,影响孩子生长发育。

邵阳学院附属第二医院儿童保健科正适时推出春季健脾助长活动,根据不同儿童体质定制个体化实施方案,春季健脾助长推拿具体项目包括小儿助长推拿、助长穴位贴、助长耳穴。