

阿尔茨海默病的早期表现及预防

□程德君

我国现阶段已进入人口老龄化社会,关注老年人健康至关重要。家属大都关心老年人身体的健康,却往往忽略了其心理及精神上的健康。阿尔茨海默病(又称老年痴呆症)是老年人群发病率很高的一种精神疾病,起病隐匿,不为人们所注意,以致发展为重症。阿尔茨海默病患者生活不能自理,给子女及家庭都带来很大的影响。因此,积极预防该病及加强对阿尔茨海默病早期症状的认识,就显得非常重要。

阿尔茨海默病早期症状较多,该病记忆障碍表现很突出,初期表现为对近期发生事件的遗忘。随着病情加重,一些阿尔茨海默病患者甚至出门后找不到自己的家。有一些阿尔茨海默病患者

存在一定的感情障碍,早期有情绪不稳定,感情脆弱易流泪,遇事抑郁苦闷,为小事焦躁不安,害怕恐惧等表现。还有的阿尔茨海默病患者有认知障碍,刚开始可有注意力不集中、思想分散、说话重复,优柔寡断下不了决心,与以往形成鲜明的对比。有一些阿尔茨海默病患者感到躯体不适,到处求医检查,虽未查出异常,但仍感到痛苦。少数阿尔茨海默病患者有行为障碍,变得过分节俭,到处收集废品等。

上述症状并非同时出现,一旦有类似症状发生,应立即到专科医院进行心理咨询,进行必要的心理测试和神经系统检查,以利于医生早期诊断,及时对其进行治疗。

阿尔茨海默病给社会及家庭都带来了很大的影响,给老年人也带来了很大的痛苦。因此对其进行积极预防是很有必要的,阿尔茨海默病的预防要从中年开始做起,主要措施有以下几个方面:

加强精神调养 人们常说:“笑一笑,十年少”,中老年人应保持乐观情绪,也就是说,要做到宁静无惧,知足常乐,清心寡欲,做到不受物欲的诱惑,不受情感的干扰,这样才能有助于身体健康。

加强体育锻炼 开展适宜的体育活动,调节膳食,少吃食盐,做到起居饮食规律,有助于防止动脉硬化。动脉硬化是阿尔茨海默病的主要“推手”。预防动脉硬化对于预防阿尔茨海默病有积极的意义。

注意智力训练,勤于动脑,以延缓大脑老化 研究显示,常用脑且做些有趣的事情,可保持人的头脑灵敏。而整日无所事事的人则患阿尔茨海默病的概率较高。中老年人应保持活力,多用

脑,如多看书、多学习新鲜事物;培养业余爱好,可活跃脑细胞,防止大脑老化。

此外,中老年人应注意广泛接触各方面的人,如和朋友聊天、打麻将、下棋等,避免长期陷入忧郁状态,因为忧郁是阿尔茨海默病的危险因素,因此要避免精神刺激,以防止大脑组织功能的损害;另外,维持家庭和睦可以保持心情愉快,增强抗病能力。(作者供职于河南省精神卫生中心)



精神卫生之窗

河南省精神卫生中心 协办

咨询电话:(0373)3373990 3373992
地址:新乡市建设中路388号

结核防线

加强结核病患者归口管理

为什么要对肺结核患者进行报告和登记管理?

在《中华人民共和国传染病防治法》中,肺结核已被列为乙类传染病。该法律要求,凡在各级各类医疗卫生机构诊断的传染性肺结核患者,医生要认真填写传染病报告卡片,城镇于12小时内,农村于24小时内向当地卫生行政部门指定的卫生机构寄出,并将传染性肺结核患者转至结核病防治机构进行登记、治疗和归口管理。

结核病疫情报告登记系统是国家和结核病防治规划的重要内容,是结核病监测的重要资料来源,也是结核病控制重要技术措施之一,是决定和考核防治效果的重要信息资源。

因此,及时、准确报告和登记肺结核疫情是各医疗卫生机构和每个医务人员的法律义务和责任。

什么叫“肺结核患者归口管理”?

“肺结核患者归口管理”是《结核病防治管理办法》中提出的一项行政性规定。该法规要求各级各类医疗卫生机构及时报告传染性肺结核患者及可疑肺结核患者,并转移到结核病防治专业机构登记、治疗和管理。

我国是肺结核广泛流行的国家,肺结核在我国仍然是一个严重的公共卫生问题。由于肺结核常常具有传染性,该病程长,容易造成不合理、不规范治疗,患者容易出现病情久治不愈或复发,成为慢性传染源。肺结核患者需要由专业机构采用“直接目视下短程督导化疗”方案进行治疗管理。各级各类医疗卫生机构的工作人员和广大医务人员要积极认识归口管理的意义,主动做好这项工作,为尽快在我国控制并消除结核病做出贡献。

(河南省传染病医院/供稿)



驻马店市疾控中心

“卫生防疫连”接受“检阅”



本报讯(记者丁宏伟 通讯员韩文辉)“同志们,做好新形势下民兵预备役工作责任重大,使命光荣,我们一定要牢记宗旨,努力学习,刻苦训练,扎实工作,努力进取,开创工作新局面,为共同构建和谐平安驻马店做出自己应有的贡献!”3月28日上午,随着驻马店市疾病预防控制中心党委书记张孝三的讲话,2014年驻马店市驻军部队国防后备力量组织整顿观摩会暨市疾病预防控制中心“卫生防疫连”点验大会,在该中心会议室隆重召开。

据悉,驻马店市疾病预防控制中心“卫生防疫连”组建于2004年,最初为排级,编制20人,以抗击“非典”应急处置专家组为骨干力量组建而成,2007年整组为卫生防疫分队,扩编至30人,2013年整组为“卫生防疫连”,是该市直卫生系统唯一一支专业民兵组织。多年来,该中心党委一直致力于打造一支“召之即来、来之能战、战之能胜”的卫生应急队伍,对“卫生防疫连”的建设给予了高度的重视。

近年来,“卫生防疫连”多次参加驻马店市委、市政府组织的

突发公共卫生事件应急处置实战演习,并取得了较好成绩,得到了上级表彰。2008年5月12日,四川汶川发生地震,“卫生防疫连”积极响应驻马店市委、市政府的号召,在分队长李永华、指导员王申的带领下,迅速组建了一支14人的抗震救灾防疫分队,全程参与了抗震救灾工作,因工作突出,赴川抗震救灾防疫分队被河南省救援总队授予“红旗支队”荣誉称号。

2010年、2013年,“卫生防疫连”连续接受驻马店市军分区、驻城区及开发区人民武装部门点验,并受到各级领导的一致好评。目前,“卫生防疫连”现已发展成为一支装备精良、训练有素的基层武装力量,在今后的应急救援工作中,有能力、有信心完成各项任务。

参加这次驻军部队国防后备力量组织整顿观摩会暨市疾病预防控制中心“卫生防疫连”点验大会的还有驻城区人民武装部部长潘玉成、政委张生,以及驻城区、开发区各级人民武装部的负责人。

中国欧科科技有限公司

血液分析仪(血常规)、尿液分析仪、生化分析仪、精子分析仪、血流变分析仪、微型B超机、经颅多普勒仪、心电图机、检验试剂耗材、血常规试剂等批发零售。
长期维修各类医疗设备
电话:13703847428 13273806758
地址:郑州市花园北路

二要诀防范蝇类传染病

□肖国平



蝇类的预防和控制意义重大,其重点不外乎两点:控制孳生地,防止和减少孳生;加强防护,防止和减少蝇类污染食品,传播疾病。今奉献两个要诀与大家共享。

要诀一:垃圾箱里生苍蝇,容器密闭势在必行,容器边角要清静,经常打药防孳生。

生活垃圾容器是蝇类的主要孳生地,而且垃圾容器数量众多,成分复杂,难以控制。蝇类孳生的主要原因是垃圾在容器中的隔离与防护不够,苍蝇能够接触到垃圾而觅食和产卵。因此,生活垃圾袋装和容器密闭是很有必要的,垃圾容器的清理要彻底,尤其是边角最易残留孳生物,从而为苍蝇的

产卵和化蛹提供了良好场所,所以必须清理彻底,在清理的基础上定时喷洒杀虫剂,杀灭和驱避接触垃圾容器的苍蝇,从而达到消灭苍蝇的目的。

在积存的生活垃圾中,苍蝇的孳生频率更高。因此要减少苍蝇的孳生,最彻底的方法是做到生活垃圾不落地,从收集、储存、运输等各个环节做到密闭化、减量化、无害化。

要诀二:门有帘窗有纱,专管使用它,化学防治来补救,综合防治是办法。

强化防护措施,防止苍蝇进入室内,减少苍蝇对人类和食物的接触,是预防控制苍蝇传播疾病的办法。在食品行业做到有门帘、有窗纱是防止苍

蝇侵入室内的主要措施。除了传统的门帘,目前比较有效的还有风幕机(又称风帘),在高档场所和大型农贸市场,使用风幕机方便快捷,可以保持室内温度。在餐饮行业,很多单位的工作人员为了图方便,经常将门帘掀起,或将纱窗打开,防蝇设施成了摆设。为了防蝇设备发挥作用,必须由专人管理,正确使用,充分发挥防蝇设施的作用。

在做好防护的基础上,对侵入室内的苍蝇要采取物理方法为主,化学方法为辅的方法。物理方法可采用人工捕打、设置电子灭蝇灯等方法,在室外可采取诱蝇笼捕蝇的方法,效果均佳。在饭店不能频繁使用杀虫剂,有的工作人员甚至在室内使用敌敌畏等剧毒杀虫剂,直接威胁食品安全。

在食品操作间,要尽可能少用和不用化学杀虫剂,特别是使用化学杀虫剂做空间喷洒,空间喷洒可使用天然除虫菊酯。必要时可在每年苍蝇高发季节前,请专业消杀公司对上述场所使用高效低毒的菊酯类杀虫剂做滞留喷洒,使其在一定时间内持续发挥灭蝇作用。喷洒前要清除所有食品及食品原料,喷洒后要在杀虫剂充分沉降后,在清理干净遗留于物体表面的杀虫剂的基础上,再将食品和食品原料移入。

(作者供职于郑州市爱国卫生运动委员会办公室)

2014年3月22日,《宁波日报》发消息称:生鱼片、醉虾蟹、涮羊肉……这些生冷海鲜、豆捞火锅等食物因其味道鲜美,受到市民欢迎,不少人吃火锅时只把肉片稍微烫一下,甚至生吃美味。其实,食用生鲜或者是未彻底煮熟的肉类,很容易患上食源性寄生虫病。那么,美味背后究竟暗藏哪些风险呢?

继中央电视台《生活早参考》报道了武汉协和医院感染科收治了一名来自湖北省的患者,最后从其胆管引流流出50多条黑虫并被确诊为华支睾吸虫后,近期网络上又出现多个华支睾吸虫病例:

家住黑龙江省黑河市的王女士今年56岁,一家人靠捕鱼为生,当地人都有吃生鱼片的习惯。王女士每个月都得吃上三五回,最近,王女士总觉得身上没劲,腹部隐隐作痛,来到黑龙江中医药大学附属第二医院就诊,被确诊为华支睾吸虫病;

45岁的哈尔滨市民张先生喜欢吃生鱼片。近段时间,持续多日的黄疸、乏力等不适症状将他折磨得筋疲力尽。随后,他在哈尔滨医科大学附属第二医院查出患了华支睾吸虫病,通过胆管引流取出上千条活虫;

华支睾吸虫病是由华支睾吸虫寄生于人或哺乳动物肝胆管内所引起的一种常见寄生虫病。华支睾吸虫轻度感染可无症状,重者有腹痛、腹泻、消化不良、营养不良、疲倦乏力、肝区隐痛、黄疸、肝肿大等临床表现,晚期可出现肝硬化、腹水和侏儒症,还可并发胆囊炎、胆管炎等。国内外一些资料提示,华支睾吸虫感染与胆管癌、肝癌的发生有一定的关系。绝大多数感染者经过正规治疗都可痊愈,但病情拖延发展为肝硬化时,治疗就很困难了。

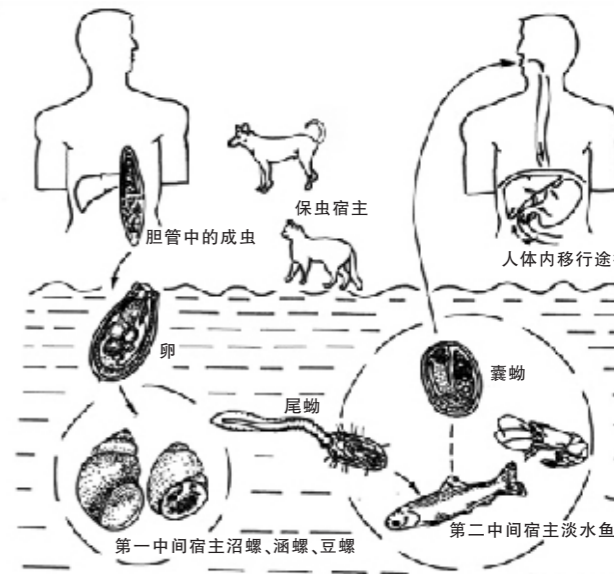
华支睾吸虫病主要分布在中国、日本、朝鲜、韩国、越南、俄罗斯等国家。在我国,华支睾吸虫病流行于包括河南在内的22个省(直辖市、自治区),是当前我国最严重的食源性寄生虫病之一。华支睾吸虫囊蚴通常寄生在淡水鱼、虾体内,喜欢吃生鱼、生虾的人很容易感染上华支睾吸虫病。虽然网上说就着姜汁、芥末等蘸料吃有一定的杀虫作用,但短时间的调料腌渍对囊蚴的损伤是很小的,建议大家为了自身健康还是不要生食淡水鱼虾,嗜吃生鱼片的人一旦出现上述症状,最好尽快到医院和疾病预防控制中心检查,确诊是否感染,以便及早诊断和治疗。

(作者供职于河南省疾病预防控制中心)

链接:

成虫寄生于人或哺乳动物的胆管内。虫卵在水中被第一中间宿主淡水螺吞食后,在螺体消化道孵出毛蚴,在螺体内发育,经历了胞蚴、雷蚴和尾蚴3个阶段。成熟的尾蚴从螺体逸出,遇到第二中间宿主淡水鱼类,则侵入鱼体内肌肉等组织,发育为囊蚴。终宿主因食入含有囊蚴的鱼而被感染。囊蚴在人体十二指肠内脱囊。一般认为脱囊后的尾蚴沿胆汁流动的方向逆行,经胆总管至肝胆管,也可经血管或穿过肠壁经腹腔进入肝胆管内,通常在感染后1个月左右,发育为成虫。成虫在人体的寿命尚缺准确数据,一般认为有的可长达二三十年。

华支睾吸虫生活史为典型的复殖吸虫生活史,包括成虫、虫卵、毛蚴、胞蚴、雷蚴、尾蚴、囊蚴及后尾蚴等阶段。终宿主为及肉食哺乳动物(狗、猫等),第一中间宿主为淡水螺类,如豆螺、沼螺、涵螺等,第二中间宿主为淡水鱼、虾。成虫寄生于人和肉食哺乳动物的肝胆管内,成虫多时可移居大的胆管、胆总管或胆囊内,也偶见于胰腺管内。人不是华支睾吸虫的唯一宿主。



华支睾吸虫生活史图

征稿

本版以预防和控制疾病为己任,重点传播预防传染病和地方病、营养和食品卫生、妇幼保健等知识,开设有传染病防治、地方病防治、健康口腔、科学防癌、免疫园地等栏目。内容和体裁不限。
联系人:张琦
投稿邮箱:jkzkbj@163.com
地址:郑州市纬五路47号院2号楼605室医药卫生报社编辑部
邮政编码:450003

(本版图片均为资料图片)

遗失声明

辉县市孟庄镇卫生院王玉新医师资格证(编码:199841110410782711126094)、医师执业证(编码:110410700001456)不慎丢失,声明原件及复印件作废。
辉县市孟庄镇卫生院孙青医师资格证(编码:199841110410782631102004)、医师执业证(编码:110410700001453)不慎丢失,声明原件及复印件作废。
辉县市孟庄镇卫生院刘祥枝医师资格证(编码:201041110410621198008223047)、医师执业证(编码:110410700003262)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

供药用蛋黄油

免费赠送《蛋黄油的临床应用与研究》一书。
蛋黄油可以治疗顽固性皮肤溃疡、烧烫伤、口腔溃疡、褥疮、湿疹(肛门湿疹、阴囊湿疹)、乳头皲裂、中耳炎、手术后刀口不愈合、肛裂、痔疮等多种疾病,疗效确切。
我们公司专门生产蛋黄油,质量稳定,欢迎联系。
联系人:李经理
联系电话:18790770063
质检部电话:(0372)3726316

河南省第二人民医院 河南医学高等专科学校附属医院

招聘公告

河南省第二人民医院(河南医学高等专科学校附属医院)是省卫生厅直属的一所集医疗、教学、科研、康复、预防、保健为一体的省级综合医院。医院地处郑州南龙湖宜居教育城,专业设置齐全,仪器设备先进。

现根据工作需要,面向社会公开招聘内科、外科、妇产科、儿科、肿瘤科、麻醉科、眼科、口腔科以及重症监护、影像、超声等科室专业技术人员。条件优秀者,医院提供100平方米以上住房一套;特殊人才,医院为其解决事业单位编制。

详情请在医院网站:www.hns2y.com 查阅。报名截止时间:2014年4月30日

联系电话:(0371)69958592 联系人:贾老师

警惕美味背后的风险——华支睾吸虫

□邓艳