

防病面对面

食用臭豆腐 谨防肉毒毒素中毒

□牛卫东



资料图片

前不久,一名患者被家人送到某省级医院就诊。患者的主要临床表现为视物模糊、眼睑下垂、呼吸困难、吞咽困难、流涎、肌腱反射减弱等,但其神志清醒,体温、知觉及血压正常。专家会诊后,怀疑患者因食用自制的臭豆腐引发肉毒毒素中毒。随后,患者家属将吃剩下的臭豆腐送到当地疾控部门进行检验,检验结果与某省级医院的诊断结果一致。

肉毒毒素比氰化钾毒性还大
肉毒毒素是由肉毒梭菌产生的外毒素,有剧毒,可引起严重的食物中毒。

肉毒梭菌在自然界广泛存在,本身并不致病,但在厌氧环境下繁殖时能分泌出剧毒的肉毒毒素。肉毒毒素是目前被发现的毒性最强的生物毒素,提纯的外毒素不到1微克(1克=100万微克)就能致人死亡,毒性大于氰化钾。临床上

以恶心、呕吐及中枢神经系统症状等为主要表现。若抢救不及时,病死率较高。重症患者在晚期呼吸肌麻痹,最后死于呼吸肌麻痹。

哪些食物可引起肉毒毒素中毒
引起肉毒毒素中毒的食品,

因各地居民的饮食习惯和膳食结构不同而有所差别。我国北方的土壤,肉毒梭菌芽孢密度大,居民家庭自制的发酵食品所用的原料粮和豆类带有肉毒梭菌芽孢。发酵时形成的厌氧环境为肉毒梭菌的生长繁殖创造了条件。带有毒

素的食品如在食用前没有经过加热或加热不彻底,即可引起中毒。因此,我国主要的中毒食品是家庭自制的豆类、谷物发酵制品,如臭豆腐、豆豉、豆酱等。动物性食品引起的肉毒毒素中毒所占的比重不大,但也有罐头肉、腌肉、腊肉、咸鱼、香肠等引发食物中毒的病例。

如何预防肉毒毒素中毒
鉴于我国引起肉毒毒素中毒的食品多是豆类、谷物发酵制品,人们可以采取以下预防措施:

在加工制造前,应将食品原料进行清洁处理,清除食品原料携带的肉毒梭菌。在进行发酵前,对谷物、豆类等原料应彻底蒸煮,以杀灭肉毒梭菌。
加工后的豆类、谷物发酵制品或肉类、鱼类制品,应避免再次污染;不要在高温下堆放或在缺氧的条件下保存,防止肉毒梭菌在厌氧条件下繁殖,产生肉毒毒素。

肉毒毒素是一种蛋白质,不耐热。在食用发酵豆制品或肉制品前,进行彻底加热是预防肉毒毒素中毒的有效办法。

如何诊断和治疗
肉毒毒素中毒的诊断主要依据以下3个方面:一是有进食可疑食物史,特别是臭豆腐、豆豉、豆酱、腊肠、罐头等,并且食用同一食物者均发病;二是有典型的神经系统症状,如视物模糊、眼睑下垂、吞咽困难、呼吸困难等;三是检查可疑食物中的肉毒毒素或患者体液、粪便标本中的肉毒毒素。
如何治疗肉毒毒素中毒患者呢?主要通过静脉或肌肉注射多价肉毒毒素抗血清进行抗毒素治疗,这是一种特效疗法。在患者发病后24小时或瘫痪发生前注射最有效。抗毒素的用量应根据患者的年龄和体重酌情加减。

(作者供职于郑州市疾病预防控制中心)



协办: 郑州市疾病预防控制中心

冬天已经来临,我们该如何健康地过冬呢?郑州市疾病预防控制中心专家提醒大家,要注意加强饮食调养和起居调养。

注意饮食调养
冬季要吃一些滋阴润燥的食品,比如梨。有人胃寒,不敢生吃梨。其实,可以清除梨核儿,在里边放上三五块冰糖,放到蒸锅里蒸,做成冰糖梨,可滋阴润燥;如果咳嗽,您还可以把梨从中间切开,买些花椒粒洒在梨上,放到蒸锅里蒸,水开了以后再蒸10分钟,这时把花椒去掉,做成花椒梨,连续吃一周,效果不错。

羊肉偏热性,冬天吃可以补肾、强身、御寒。白菜含有大量的维生素C,长期食用有好处,特别是在冬季。

此外,冬季一定要多吃粗粮,可多吃一些红薯。红薯含有大量的维生素A,可以提高抗病能力,预防感冒;红薯含有大量的膳食纤维,可以缓解便秘。

注意起居调养
人们常说早睡早起身体好,但是冬天最好的养生方式是早睡晚起。冬天有紫外线,红外线更多。紫外线有杀菌、补钙作用,红外线能提高机体免疫力。

冬季最好的运动方式是走路,老少皆宜。不要着急,要慢走。室内要保持一定的适宜温度,室内温度既不能太高也不能太低,18~23摄氏度比较合适。冬天本来就干燥,室内越热,湿气越容易蒸发,况且室内温度和室外温度相差较大容易感冒。

疾控专家助您健康过冬

□刘云波

河南着力提高地方性氟中毒防治能力

本报讯 (通讯员余波)11月7~9日,根据2016年河南省疾病预防控制中心地方病预防控制所培训计划,结合当前地方性氟中毒防治工作进展情况,该中心在永城市举办了河南省地方性氟中毒防治技术培训班,旨在提高基层专业技术人员的地方病防治能力,促进地方性氟中毒防治工作的有效开展。

在培训班上,郑州大学公共卫生学院流行病学教研室专家张卫东、河南省疾病预防控制中心

心地方病预防控制所碘缺乏病防治研究室专家李小峰等,讲解了流行病学与统计学方法在地方病防治中的应用、地方性氟中毒防治专业知识、地方性氟中毒常用统计指标及统计方法、常用监测数据分析方法、地氟病和碘缺乏病监测信息收集方法等内容。

为了强化培训效果,培训班分别选择了一个地氟病区村和一个农村饮用水安全工程现场,带领学员们进行氟斑牙诊断技术和监测信息收集训练,将理论与实践相结合,保证了培训质量。经过两天的培训,完成了全部培训内容,达到了培训的预期目的。

置换双膝关节 而今健步如飞

11月9日上午,空气里弥漫着丝丝寒意,郑州新华医院外二科医务人员驱车赶往新密市刘寨镇王沟村张花枝家中,对她置换双膝关节后的康复情况进行回访,并为其送去了1000元爱心救助资金。

看到郑州新华医院外二科医务人员到家里探望,张花枝的眼里闪烁着激动的泪花:“住院期间,你们为我做得够多了,出院了你们还牵挂着我,我们全家真的不知道该怎么感谢你们。我老伴儿专门做了两面锦旗,打算在我去医院复查时送给你们,没想到你们来看我了。我的两条腿都恢复得很好,现在走路非常利索,我的孙子还夸我健步如飞呢!这都是你们的功劳啊!”说话间,张花枝和老伴儿把两面分别绣着“医术精湛医德高,尽心尽力为患者”“医德高尚,医术精湛”字样的锦旗送到医务人员手中。

张花枝今年65岁了,她的双膝已经疼痛十几年了,最近一

年病情加重,走起路来疼痛难忍。张花枝多方求医,不见好转。今年6月,张花枝慕名来到郑州新华医院外二科就诊。该科医生王巍接诊后,详细了解了张花枝的情况,并结合病史,为其查体及辅助检查,明确诊断为双膝骨性关节炎。经过会诊后,医务人员决定为张花枝实施膝关节置换手术。考虑到患者年龄大,无法承受双膝同时置换的痛苦,医务人员与患者及家属沟通后,最终决定先为其实施右膝关节置换手术。在患者右膝恢复之后,再实施左膝关节置换手术。

10月10日,在右膝关节恢复正常后,张花枝再次来到郑州新华医院外二科,请求王巍为其进行左膝关节置换手术。这次手术也非常顺利,张花枝于10月26日康复出院。在这次住院期间,该院外二科护士长李会瑞了解到张花枝家里经济条件并不宽裕,主动向院方申请爱心救助基金。

(张燕红)



11月10日,郧陵县疾病预防控制中心工作人员走上街头,发放宣传资料,宣传疾病防治知识,倡导健康生活方式。

濮阳市疾控中心

职业病防治工作成效显著

本报讯 (记者陈述明 通讯员吴霖)记者11月18日从濮阳市疾病预防控制中心获悉,河南省卫生计生委督导组对濮阳市职业病报告和重点职业病监测工作进行了督导。督导组充分肯定了濮阳市在职业病报告和重点职业病监测方面取得的成绩,并提出了建议。

督导组听取了濮阳市职业病防治项目工作情况汇报,查看了重点职业病监测与职业健康风险评估、职业性放射性疾病监测与职业健康风险评估和医疗卫生机构医用辐射防护监测工

作的组织管理情况、实施情况、主要指标的完成情况、质量监控情况等。

濮阳市卫生计生委安排濮阳市疾病预防控制中心具体负责职业病防治项目的执行,指定负责监测工作的专门科室和个人,积极筹备资金,配备现场检测、检查、体检、化验设备;确定重点职业病监测实施方案及相关规章制度,专柜专档保存了上级部门关于职业健康检查及职业病报告方面的文件;与相关部门对接,按期上报重点职业病监测风险评估报告与职业

健康检查自查报告和自查表;增加设备软件投入,购置职业健康检查单位及时、保质保量地通过网络上报信息;各类职业病诊断资质人员定期参加培训,修订了职业病诊断工作流程及工作制度;设置职业性放射性疾病监测与健康风险评估监测点,重点对辖区内的放射工作人员职业健康管理与医院放射防护基本情况、放射工作人员职业健康检查进行监测。



11月14日,修武县疾病预防控制中心工作人员在该县百货大楼门前为群众测量血压。为了提高群众的慢性病防控能力,该中心工作人员经常到公园、商场等公共场所进行宣传和志愿服务,受到了群众的欢迎。

高新科 李峰/摄

开展病媒生物防制应把握几个技术关键点

汝州市爱卫办 刘佳

开展病媒生物防制是一项技术含量较高的综合性系统工程,要广泛宣传除害防病知识,不断提高公众的健康意识,增强自觉参与除害防病工作的积极性,共同营造自觉参与的良好氛围。在消杀过程中,要把握好科学除害、合理用药、确保安全的原则。消杀现场必须注意药品的投放量,严格按照药品性能、使用说明和操作规程用药,严禁使用国家禁止使用的药品。同时,要对供药点加强管理,严格执行各项管理制度,落实安全防范措施。

一、鼠密度控制工作。鼠密度控制工作要坚持“灭、防、堵、清、查”相结合的原则,抓好重点场所、行业单位综合防制工作,采取科学鼠密度控制措施。根据季节特点,一般安排在冬季开展集中鼠密度控制。

要制订鼠密度控制工作计划;开展鼠情本底资料调查;加强鼠密度控制、防鼠知识培训;做好完善、调整、修缮、清扫等日常工作;做好药物供应工作;由工作人员统一投药或聘请专职投药员投药。采取统一时间、分片包干、专人负责的方式,在地下室及公共场所投药,确保覆盖率、到位率、保留率符合要求,尤其是要做

好隐蔽部位的投药工作。要定期检查重点部位防鼠设施,做到不漏、不缺,总体符合要求。外围以药物灭杀为主,室内以完善防鼠设施为重点,并辅之以鼠夹、粘鼠板等物理方法进行鼠密度控制。

二、蚊蝇密度控制工作。要坚持“清、疏、装、防、灭”相结合的原则,采取以化学灭杀为主,以蚊蝇滋生地治理为重点的措施;确定蚊蝇密度控制活动实施方案,做好蚊蝇滋生地调查、密度监测和灭前现状调查,明确各重点场所、重点单位的职责和任务,培训蚊蝇密度控制业务骨干,做好宣

传发动和药械供应等准备工作。组织动员管理人员进行蚊蝇杀灭工作,结合天气情况,清理蚊蝇滋生地;放置一定数量的诱饵笼,并开展群众性卫生活动,翻坛倒罐,清除积水;管好粪便,减少蝇蛆滋生;垃圾要装在袋子里扎上口,按指定地点存放;清除食堂周边、垃圾收集点等蚊蝇滋生地,进行药物灭杀;打扫室内外卫生,清除卫生死角,加强对饮食环节防蝇设施建设的指导。

三、蟑螂密度控制工作。以药物灭杀为主,辅之以物理防制;做好蟑螂密度控制技术培训、宣传

发动和药械供应等准备工作,完成食堂、生活区等重点场所蟑螂侵害情况调查。

要以食品行业为重点,在开展清除杂物、清除蟑迹、去除卵鞘和堵塞缝隙的基础上,对墙壁、地板、门框、窗台、水池和下水道等处的空洞和缝隙,要用油灰、水泥和其他材料进行封闭,尤其是要堵塞水管、煤气管道、暖气管等管道通过的孔眼;将药物喷洒与投放杀蟑毒(胶)饵、使用灭蟑粉笔等相结合;外环境及下水道等特殊场所,以药物喷洒、热烟雾为

主。