肺结核，学校成为流行地

怎样预防？这些知识须掌握

近日，湖南省益阳市桃江县学生肺结核事件引起网友的关注。桃江县发布消息称，目前桃江县第四中学、桃江县职业中专学校共确诊肺结核病例90例，当地有关部门已经按照应急处置措施的要求，落实治疗服务方案。此处，就在前两天，广西南宁市的一所高校也发现了肺结核病例。那么，肺结核究竟是如何传染的呢？普通人特别是在校学生应该如何去预防被感染？

学校易发生结核病流行

随着人们生活水平和医疗水平的提高，结核病发病率下降，人们对其关注度也逐渐减少了。除了头发、指甲和牙齿外，身体其他部位，比如淋巴结、骨骼、皮肤等，都可能被结核分枝杆菌侵犯，但最常侵犯的部位是肺部，也就是人们常说的肺结核。肺结核如果不及时治疗，不仅会影响人体健康，而且影响生活、工作，甚至危及生命，同时还有可能传染给身边的人。

疾控专家表示，只要掌握了肺结核的科学防治知识，坚持规范治疗，大部分肺结核病人能够治愈，并能有效预防耐药结核的产生。

冬春季节是肺结核的高发时期。由于学生学习压力大，尤其是初级中学、高级中学毕业班的同学较少锻炼身体，作息不规律，就很容易让呼吸道传染病，比如肺结核乘隙而入；如果营养跟不上的话，发生肺结核的风险更高。另外，部分学生缺乏结核病的个人防护意识，容易产生恐惧心理。

因此，学校一旦发现有结核病传染源，若处理不及时，就容易引发结核病疫情。作为学生，如果你出现了上述肺结核的可疑症状，应告诉家人或老师，并及时去医院检查；如果发现同宿舍或身边同学出现疑似肺结核可疑症状，应立即向老师报告，这样便于同学尽早接受检查。

肺结核的传染方式

咳嗽、咳痰、咯血或痰里带血丝是肺结核的主要症状，此外，胸闷、胸痛、午后低热、夜间盗汗、全身无力、食欲减退或体重减轻等也是肺结核的常见症状。

预防结核病，首先要了解肺结核传染途径是什么？疾控专家介绍，肺结核主要由结核杆菌经空气传播。当肺结核患者咳嗽、打喷嚏或大声说话时，含有大量结核杆菌的微小飞沫会随之排放至空气中，人体一旦吸入，就有可能被传染。另外，肺结核患者随地吐痰，痰液干燥后随风扬起，导致含有结核杆菌的尘埃悬浮于空气中，人体吸入后也可能被感染。

一般说来，被结核杆菌感染并不一定会患上结核病，只有当机体抵抗力降低时，结核杆菌才引起发病。研究表明，一个未经治疗的传染性肺结核患者一年中可以感染10~15个健康人，感染结核杆菌后发展为结核病患者的机会为10%左右。

预防结核病聚集性疫情

那么，该如何预防学校结核病聚集性疫情的发生呢？疾控专家表示，学校应成立传染病疫情处置的领导小组和工作机构，学校医务室也应安排专人负责学生传染病登记、报告；落实新生入学体检，及时筛查发现疑似肺结核患者，杜绝传染性肺结核患者进入校园学习、生活；加强学校环境卫生及公共场所的空气流通，并在卫生部门的指导下做好消毒工作；组织全校师生及学生家长学习结核病防治知识，以消除其恐慌心理，鼓励有肺结核可疑症状的同学及时就诊，做到早诊断、早治疗，控制肺结核的传播；配合卫生部门做好现场流行病学调查、密切接触者的筛查以及确诊病例的治疗管理；加强因病缺课的登记和追踪，高等院校则要建立健全宿舍、班、院（系）、学生处和校医院等学生健康状况信息收集报送渠道。发现病例应及时向学校所在地的疾病预防控制机构报告。

肺结核的注意事项

在学校里，一旦有学生被确诊为肺结核，要主动向学校报告，不要隐瞒病情。这既能让密切接触的同学们尽早地去接受检查，又保护了同学们身体健康。部分学生在治疗过程中，不接受督导医生的劝告，出现“不规则服药、依从性差、症状好转自行停药”等情况，这些都是导致耐药甚至耐多药结核病产生的高危因素。一旦发展为耐药肺结核，其诊断时间需要两个月甚至更长，且治疗时间长达2年以上，联合用药数量也会随之增加，加上不良反应发生率高，不仅增加了患者的经济负担，还对患者坚持治疗产生很大的影响，从而影响治疗效果。同时，为防止产生严重不良反应，影响疗效，肺结核患者必须遵循医嘱服药。因为服用的药量是医生根据患者的年龄、体重来计算的，所以，患者不能擅自增加或减少药量，要按规则接受治疗。

对于在校的学生来说，养成良好的卫生习惯尤为重要，不仅要加强身体锻炼，还要保证每天充足睡眠和合理饮食。在校期间要勤开窗通风，让室内空气保持流通；肺结核患者应停工、停学，尽量避免去公共场所。处于传染期的患者去公共场所活动时，应注意佩戴口罩，养成不随地吐痰的卫生习惯，用纸将痰液包起来进行焚烧；咳嗽、打喷嚏时要用手帕或肘部掩住口鼻，避免直接面对他人，以减少结核杆菌的传播。

相关研究显示，成年后再重新种卡介苗，并不能预防结核杆菌的感染及结核病发病。因此，对年幼的孩子来说，接种疫苗是很好的预防方式。卡介苗对预防儿童结核病，尤其是严重的结核性脑膜炎、粟粒型肺结核方面有很好的疗效。但是，随着时间的延长，这种抵抗力会逐渐减弱直至消失。

15岁以上的同学需要做胸片检查和痰的检查；15岁以下的学生，首先做结核菌素（PPD）试验，如PPD试验强阳性的话，还需要再做胸片检查和痰液检查。

生活小常识

1.肺结核是长期严重危害人民群众身体健康的慢性传染病；

2.肺结核主要通过呼吸道传播，人人都有可能会被感染；

3.咳嗽、咯痰2周以上，应当及时就诊；

4.不随地吐痰，咳嗽、打喷嚏时掩口鼻，戴口罩可以减少肺结核的传播；

5.规范全程治疗，绝大多数患者可以治愈，还可避免传染他人；

6.出现肺结核可疑症状或被诊断患肺结核后，应当主动向学校报告，不隐瞒病情、不带病上课；

7.养成开窗通风的好习惯；

8.保证充足的睡眠，合理膳食，加强体育锻炼，提高抵御疾病的能力。

（本报记者冯金灿整理）

近日，河南省职业病防治研究所一行26人来到安阳市，为安阳市放射工作人员开展职业健康检查。

此次检查历时8天，体检内容包括查血常规、血生化、内分泌、尿常规、心电图、血压等。对于此项工作，安阳市疾病预防控制中心高度重视；河南省职业病防治所召开专题会进行了部署，积极准备，做好场地的选择和物资的调配，为工作顺利开展打好了基础。

陈 樱 张治平/摄

健康人生 从『心』开始

——中原心脏预防和康复大会暨胡大一健康教育讲座在郑州举行

本报记者 杨 须 通讯员 马春雨 秦 宁

11月26日下午，“胡大一爱心工程冠心病患者过好支架人生大型健康教育公益活动”在河南弘大心血管病医院举行。此次活动由郑州市卫生计生委、郑州大学第二附属医院、郑州健康教育研究所、河南弘大心血管病医院主办，中原心脏预防和康复大会组委会、郑州大学第二附属医院心脏康复中心、河南弘大医院心血管病康复中心、河南道简康复医学研究院承办。国际知名心血管专家、医学教育家胡大一教授，国内知名心脏康复专家、郑州大学第二附属医院心脏康复中心主任张辉教授，郑州市卫生计生委副主任许迎喜，疾病控制处处长师卫翔，以及河南华信民生医院管理集团董事长李丽，河南弘大心血管病医院院长梅强等出席开幕式。开幕式在河南弘大心血管病医院副院长梁娜主持下进行。

李丽首先致欢迎词，介绍了河南弘大心血管病医院以及心血管康复中心的概况，并对出席开幕式的专家及领导表示衷心的感谢。

许迎喜代表郑州市卫生计生委欢迎胡大一教授来郑州市开展健康教育公益活动，并祝贺他被聘请为“郑州人才特使”。许迎喜介绍了郑州市卫生计生委近年来在健康教育方面的开展情况。他认为，在心血管病等慢性病发病率不断增高的情况下，积极推行健康教育，把对疾病的治疗转向预防和康复，尤其重要。

开幕式结束后，胡大一教授、张辉教授分别进行了《健康人生从心开始》《保护心脏和血管 畅享美好生活》专题讲座，为在场的近500名心血管病患者和家属奉上了一场精彩的健康教育活动。

通过此次授课，大家认识到“健康的身体离不开健康的心脏”，健康的心脏是我们的生命支柱。对于慢性病的多发，临床上依靠药物和手术已经显得力不从心，其中以“冠心病”为典型的心血管疾病最为常见。对此，胡大一教授提到“没有康复的心脏治疗都是残缺的”，特别是对冠心病支架搭桥术后出现的功能障碍，康复起着至关重要的作用，要意识到康复医学的重要性。可以说，畅享美好生活，从保护心脏、血管开始，规避“重治轻防、只治不防，坐堂行医”现状，没病的等得病、得病的复发等情况。胡大一认为，走路是最好的运动方式，只要坚持不懈，就能起到延年益寿的作用，并倡导健康生活从运动开始。

专题讲座结束后，在河南弘大医院心血管病康复中心白护士长的引领下，胡大一教授一行先后来到运动康复室、评估检查室、体外反搏室、健康教育室、中医理疗师、超导治疗室等参观并看望了部分患者。血管病康复中心安静、舒适、养心的康复环境，给胡教授留下了深刻的印象。

活动现场 马春雨/摄

疾控一线

三门峡市非医学背景居民参加健康素养知识竞赛 近日，三门峡市卫生计生委开展了2017年“健康中原疾控行”健康素养知识竞赛活动。参加此次竞赛的18名选手分别来自三门峡市6个县（市）的非医学背景居民。竞赛共分为笔试和现场竞答两部分，主要包括中国公民健康素养相关知识、技能、“三减三健”（减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼）、适量运动、合理膳食、心理平衡以及高血压病、糖尿病、脑卒中防治等内容。各代表队均取得了优异成绩。（刘 岩）

洛阳市西工区政府牵头督查“两区”创建工作 近日，洛阳市西工区政府督查室组织西工区委宣传部、西工区卫生计生委、西工区疾病预防控制中心等相关工作人员对“两区”工作开展情况进行多部门联合交叉督导。

督查组重点对西工区2个乡、7个街道办事处及健康示范社区具体的工作职责等，采用交叉互评、访谈交流、现场查看等方式进行认真详细的督导，对创建工作中存在的问题及疑问进行了详细解答，并发放健康宣传手册及健康支持工具。

此次督导为洛阳市西工区“两区”创建工作指明了方向，为示范区建设奠定了坚实的基础。（刘永胜 仝 群）

罗山县第一个数字化预防接种门诊启用 近日，记者从罗山县卫生计生委获悉，罗山县第一个数字化接种门诊——楠杆镇公共卫生服务中心预防接种门诊正式建成并投入使用。

据介绍，楠杆镇公共卫生服务中心预防接种门诊使用面积达300平方米，各项设施齐全，省内最先进的数字叫号系统已在此落户安家，实现了排队取号、预检、登记、接种、留观数字化“一条龙”服务。

楠杆镇公共卫生服务中心将自动排队和叫号功能贯穿预防接种服务全程，为接种儿童及家属提供安全的服务环境。该中心通过电视机、电子屏等方式实时呈现正在排队、接种及留观儿童信息。儿童家属可以根据语音提示、显示屏等显示完成从登记到留观的整个过程，还可通过查询机了解孩子接种信息，并便捷地获取预防接种知识。该中心实现了与接种客户无缝对接，真正为辖区适龄儿童提供方便、快捷、高效的预防接种服务。（王明杰 杨明洲 肖光富）

西平县疾病预防控制中心推进“互联网+预防接种”服务建设 近日，西平县疾控中心召开“互联网+预防接种”服务建设培训会。全县各乡镇卫生院防保站长及负责信息化客户端的接种人员参加了培训。“互联网+预防接种”是一种儿童预防接种服务互联网应用系统。预防接种门诊医生在儿童信息客户端统计出辖区内所有未接种相关疫苗针剂（次）的儿童信息后，通过消息推送直接发布到儿童家长的手机上。儿童家长利用手机应用软件即可自主预约儿童疫苗的接种时间，同时还可阅读育儿知识科普文章，享受专业医生的免费在线答疑服务。“互联网+预防接种”系统投入使用后，将使广大儿童家长更为直观、全面了解免疫规划相关法律法规政策，有效提升预防接种服务质量。（胡志新）

安阳市疾病预防控制中心开展2017年农村饮用水水质卫生监测水样复核工作 近日，安阳市疾病预防控制中心开展了2017年农村饮用水水质卫生监测水样复核工作。按照《生活饮用水标准检验方法水样的采集与保存》相关要求，安阳市疾病预防控制中心从汤阴县、内黄县、林州市抽取了6份农村饮用水监测点水样，水样类型为出厂水或末梢水，并对水样的氟化物指标和硝酸盐指标进行复核。目前，水样已按照河南省疾病预防控制中心要求被及时送至周口市疾病预防控制中心进行检测。（张 爽）

健康视点 协办：郑州市疾病预防控制中心

国家疾控中心调研组来郑州调研

希望疾控工作为建设健康郑州做出新贡献

高福主任一行调研郑州市疾病预防控制中心实验室 刘战伟/摄

本报讯（记者卜俊成 通讯员刘战伟 卢祎舟）11月25日，国家疾病预防控制中心主任、中国科学院院士高福，国家疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所党委书记王林等在河南省卫生计生委、河南省疾病预防控制中心、郑州市卫生计生委相关人员陪同下，莅临郑州市疾病预防控制中心调研疾控工作。

调研组一行参观了郑州市疾病预防控制中心的应急物资仓库、中心应急指挥大厅、“画说疾控”文化墙，理化实验室、微生物检验实验室等，了解了传染病预防控制、卫生检验等重点业务工作，观看了该中心专题宣传片，并与该中心主任、党委副书记王松强等领导班子成员进行了会谈。

王松强从加强机构内涵建设、做好疾病防控、服务健康城市建设方面，重点汇报了近年来郑州市疾病预防控制中心借势借力，强力推进郑州市公共卫生信息化建设；紧跟形势，积极助推市民健康中心建设；着眼基层，慢性病防控工作取得实效；选树典型，艾滋病防治工作特色明显；积极探索，地方病防控工作稳居全省第一；加大投入力度，中心实验室检测能力持续提升等工作情况。

高福对郑州市疾病预防控制中心的各项亮点工作和中心领导班子求真务实的工作作风表示充分的肯定，尤其对郑州市疾病预防控制中心在新时期下，依托智慧公卫建设，精准定位疾控机构职能，抓住健康城市建设机遇，勇于创新发展给予了高度评价。

高福强调，疾病预防控制部门要以深入学习领会十九大精神为引领，贯彻预防为主方针，为人民群众提供全方位全周期健康服务，满足人民群众美好生活的向往；要面向科技前沿、面向重大公共卫生需求，脚踏实地，做好基础研究和应用研究，培养优秀人才。高福希望郑州市疾病预防控制中心紧紧围绕健康中国战略目标，以改革促进疾控体系发展，结合工作实际，攻坚克难，锐意拼搏，为建设健康郑州做出新贡献。