

发热患儿的家庭护理

□刘晓玉

发热是儿童疾病常见的症状，几乎每个患儿都会经历发热情况，也是最能引起家长注意的疾病表现。在日常生活中，患儿发热，常常使一些家长感到忧虑和恐惧。

什么是发热

发热是在各种致热原作用下，或者各种原因引起体温调节中枢功能紊乱，导致体温升高，并超出正常范围。在多种疾病的发展过程中，发热是较常见的症状。

发热的程度

发热是指体温升高超过1天中正常体温波动的上限。发热的原理就是机体在致热原作用下使体温调定点升高，继而出现产热效应。体温高于37.3摄氏度(包

括37.3摄氏度)被称为发热。其中，体温37.3摄氏度~38摄氏度，被称为低热；体温38.1摄氏度~39摄氏度，被称为中等发热；体温39.1摄氏度~41摄氏度，被称为高热；体温高于41摄氏度，被称为超高热。发热是一种症状表现，而不是一种疾病诊断。

发热护理的误区

阶段误区 发热会经历3个阶段，即发冷、发热、发汗。在发冷阶段，家长应为患儿增加衣服；在发热阶段，家长应为患儿减少衣服；在发汗阶段，家长应为患儿穿宽松的衣服，这样方便患儿排汗。也就是说，家长应根据患儿的实际情况适当增减衣物，而不是一直给患儿捂汗。

认识误区 患儿一旦发

热，有的家长就会让患儿吃药或者带患儿去医院输液。其实，对于原因不明的发热，家长不能急于用药为患儿降温，以免掩盖病情。

正确的家庭护理方法

监测体温 患儿高热时，家长要1小时~2小时测量一次体温，让患儿多饮温开水。**饮食** 食用清淡、易消化的流食或半流食。其中，米汤水分充足，容易被人体消化和吸收；绿豆汤具有清热解毒的作用；鲜梨汁具有清热、止咳、润肺等作用，适合发热伴咳嗽的患儿。

物理降温 物理降温是一种安全、有效的降温措施，适用于高热或者有高热惊厥史患儿的早期家庭护理。家长可以为患儿进行头部冷敷，

将冰袋放在患儿的枕颈部，用温水擦浴患儿的四肢、额头、颈部、腋下及腹股沟等。

观察病情 家长要注意观察患儿的精神状态、面色、呼吸等，如果发现异常，就要及时带患儿到医院就诊。

高热惊厥处理 家长发现患儿抽搐时，要立即为其清理口鼻分泌物，保持呼吸道通畅，避免窒息；不要强行按压患儿的四肢。大多数高热惊厥会在5分钟内停止，病情缓解后，家长要立即带患儿前往医院就诊。

家里常备哪些退热药

患儿的体温超过38.5摄氏度时，家长可选择退热药帮助患儿退热。对于3月龄~6月龄的患儿，退热药可选用对乙酰氨基酚；对于6月龄以

上的患儿，退热药可选布洛芬或者对乙酰氨基酚。

常见的退热药物有滴剂、混悬液、颗粒、栓剂等。滴剂的药物浓度高，服用剂量小，适合婴幼儿服用；栓剂通过肛门给药，适合喂药困难的患儿。需要注意的是，如果使用一种退热药能够退热，患儿再次发热可以继续使用这种退热药，不建议两种退热药交替使用。患儿服用退热药在24小时内不能超过4次，并且两次退热药应用间隔至少4小时。

在发热期间，患儿往往身体乏力，家长要让其卧床休息；注意环境卫生，勤开窗通风；注意营养摄入；不去人员聚集的公共场所。

(作者供职于河南省人民医院发热门诊)

老年转子间骨折微创治疗

□李忠华

转子间骨折在老年人中比较常见，主要由间接外力引起。老年人突然跌倒或者下肢突然扭转等，都可能导致转子间骨折。老年人一般会发生骨质疏松，在受到外力撞击的情况下，也可能引发转子间骨折。对于老年人转子间骨折，可以采用微创治疗方法。那么，老年转子间骨折微创治疗的优点有哪些？成功率高吗？需要注意什么呢？下面，我们就来详细了解一下。

优点有哪些

手术切口小 老年人出现转子间骨折情况可采用微创方法治疗，最大的优点就是手术切口小、术后恢复快。相对于其他手术来说，微创手术时间比较短，并且老年人软组织暴露得比较小，因此损伤也比较小。

效果好 老年转子间骨折微创手术需要借助专业的手术器械和影像设备，手术效果比较好，老年人的痛苦也比较小，并发症相对较少，并且康复得比较快。微创手术不需要对骨膜进行剥离，因此骨折部位愈合得比较快。

成功率高吗

老年转子间骨折微创治疗的成功率比较高，在大多数情况下，可以恢复正常的解剖结构，促进骨折部位愈合。后期，老年人如果适当进行一些功能锻炼，恢复起来会更快。

注意事项有哪些

要进行全面体检 老年人的身体素质比较差，并且免疫力较低，还可能患有慢性病。因此，在进行微创手术前，医务人员要为老年人进行全面体检，评估老年人的身体状况，确定他们是否能够耐受手术。只有确定老年人可以耐受手术，医务人员才能进行微创手术治疗，以免发生意外。

术后尽早下床活动 微创手术后恢复得比较快，因此老年人在术后要尽早下床活动，这样有利于身体恢复。当然，老年人下床活动时要注意量力而行，不能过度运动，避免摔倒。老年人在活动时，需要家人或者护理人员陪伴。

避免手术切口感染 老年人在手术后，家属要采取相应的护理措施，避免老年人的手术切口出现感染等情况。家属若发现老年人的手术切口异常，要立即告知医务人员，以便医务人员重新为老年人换药。

调整饮食 老年人在手术后的饮食也需要特别注意，可少食多餐，不要暴饮暴食，不要吃辛辣、刺激性过大的食物，也不要吃不易消化的食物，避免加重肠胃负担。

除此之外，老年人还要保持良好的心态，不要太紧张，也不要太大的心理压力，要多休息、多晒太阳，避免熬夜。由于老年人往往心事重重，家属要与老年人加强沟通，可以多带他们出去走走，散散心，这样有利于身体康复。同时，家属要定期带老年人到医院复查，以便了解他们的身体恢复情况；平时要多关注老年人的身体变化，一旦发现老年人的身体出现异常情况，就要及时带他们到医院就诊，以便及时接受治疗。

(作者供职于滨州市第二人民医院)

产后坐月子需要注意什么

□谷旭霞

对于大多数产妇而言，坐月子是一个特殊的阶段，需要遵守一系列传统习俗和注意事项。但是，随着现代医学的不断发展，一些传统的坐月子习俗可能存在不科学、不合理的地方，有些习俗甚至会对产妇和婴儿的健康造成一定的影响。因此，我们要科学对待这个特殊时期，采取合理的生活方式和饮食习惯，促进产妇身体康复和婴儿健康。

饮食调理

产后需要注意膳食搭配和营养摄入，产妇要多吃富含蛋白质、以及钙、铁的食物。

分娩后数小时不要吃鸡蛋 虽然长辈们一直倡导坐月子多吃鸡蛋，但是医学研究表明，分娩后数小时内产妇尽量不要吃鸡蛋。在分娩过程中，

产妇的体力消耗较大，出汗多，体液不足，消化能力也会下降，分娩后立即吃鸡蛋很难消化，这会增加肠胃负担。因此，在分娩后数小时内，产妇应食用半流质或流质食物，比如清淡的鱼粥。

产后应喝蔬菜汤 很多产妇产后立即喝肉汤催奶，导致乳腺导管堵塞，乳房胀痛加剧，不利于下奶。产后如何进补，要根据产妇的身体状况。多数产妇并不缺乏营养，最好先喝一些清淡的蔬菜汤，分娩5天后再喝肉汤。

充分休息

分娩后，产妇需要充分休息，不要劳累过度，以免影响身体康复和乳汁分泌。在坐月子期间，产妇应保证充足的睡眠，避免熬夜和过度疲劳，可以选

择适当的体位和垫子，以减轻身体的疲劳和不适。

心理调节

分娩后，产妇需要注意心理健康，避免焦虑和抑郁。产妇可以多与家人交流，分享自己的感受，可以选择适当的休闲、娱乐活动，比如阅读、看电视等，以放松心情。

清洁卫生

分娩产妇在坐月子期间要注意个人卫生，坚持每天洗澡、换洗内衣内裤、勤换卫生巾等，保持外阴清洁和干燥。此外，产妇居室还要注意保持空气流通，保持环境清洁和卫生，以免引起感染。

适当运动

产后适当运动可以促进产

妇身体恢复健康，但是需要根据个人的身体状况和医生的建议进行。产妇不能过量运动或者剧烈运动，以免影响身体康复和乳汁分泌。

喂养方法

产妇要注意正确的哺乳方法和乳房保健，避免乳头裂伤、乳腺导管堵塞等问题。产妇在分娩后30分钟内让婴儿吮吸乳头，这样不仅能够尽早建立催乳和排乳反射，促进乳汁分泌，还有利于子宫收缩。

安全防范

坐月子期间，产妇需要注意安全防范，避免发生跌倒等意外伤害。特别是在起床、洗漱、行走等活动时，产妇要稳定身体，可以使用拐杖等辅助工具。

家庭支持

坐月子期间，产妇需要得到家人的支持和照顾。产后是抑郁症的高发期，家人应该关注产妇的心理和身体状况，尽可能为产妇提供帮助。

注意产后恢复

坐月子期间，产妇要关注产后恢复状况，如子宫收缩、排便、伤口愈合等；如果发现异常情况，应及时到医院就诊。

避免受凉

坐月子期间，产妇应避免受凉，尤其是腰部和下腹部不要受凉，避免子宫受寒，引起子宫出血或恶露排不干净等问题。

(作者供职于驻马店广济医院妇产科)

《行政处罚决定书》送达公告

张宏卫(郑州市二七区董新玉口腔诊所执业人员;性别:男;民族:汉族;年龄:57岁;身份证号:410322196609226113;住址:河南省孟津县小浪底镇护村);地址:郑州市二七区郑航街21号海悦雅居6栋1-2层06号商铺;现地址:二七区海悦雅居4号楼1单元1202室;邮政编码:450000。

本机关依法查明:你未取得《医师资格证书》《医师执业证书》，于2023年2月20日、3月1日在郑州市二七区郑航街21号海悦雅居6栋1-2层06号商铺二七董新玉口腔诊所开展口腔诊疗活动。

以上事实违反了《中华人民共和国医师法》第十二条、第十三条第四款的规定。依据《中华人民共和国医师法》第五十九条的规定，根据其违法行为的事实、性质、情节和社会危害程度，参照《河南省卫生健康行政处罚裁量标准及适用规则等相关制度(2020年版)》的相关规定，郑州市二七区卫生健康委员会于2023年6月30日对你作出《行政处罚决定书》(郑二卫医罚[2023]019号)，决定给予你罚款人民币叁万元(3万元)整的行政处罚。同时，责令立即停止非法执业活动。

由于《行政处罚决定书》(郑二卫医罚[2023]019号)无法直接送达，留置送达和邮寄送达，现本机关依法向你公告送达上述《行政处罚决定书》，限你自公告之日起30日内到本机关领取《行政处罚决定书》，逾期即视为送达。

如不服本处罚决定，可在收到本处罚决定书之日起60日内向二七区人民政府申请行政复议，或6个月内向二七区人民法院起诉，但不得停止执行本处罚决定。逾期不申请行政复议也不向人民法院起诉，又不履行处罚决定的，本机关将依法申请人民法院强制执行。

特此公告

郑州市二七区卫生健康委员会
2023年7月7日

肺癌的早期症状及治疗方法

□郑勇

肺癌也被称为原发性支气管癌，是常见的肺部原发性恶性肿瘤，可以分为小细胞肺癌和非小细胞肺癌。导致肺癌的原因有很多，可能是长期吸烟引起的，也可能是长期处于空气污染的环境中，或者由于电离辐射，以及饮食因素引起的。另外，肺癌的出现与遗传有一定的关系。对于肺癌，需要根据患者的实际情况积极治疗。那么，肺癌的早期症状有哪些？如何治疗和预防呢？下面，我们就来详细了解一下。

早期症状

咳嗽 这是肺癌患者的典型症状，也是早期容易出现

的症状之一，一般表现为无痰或者少痰的刺激性咳嗽。在肿瘤逐渐增大，并且引起支气管狭窄的情况下，咳嗽的症状会加重，表现为持续性咳嗽，如果继发感染，痰液量就会增多。

咯血 肺癌患者容易出现咯血症状，一般是痰液中带血，在严重情况下可能出现大量咯血的状况。

喘鸣 因为肿瘤增大容易引起支气管狭窄，出现部分阻塞，所以容易引起局限性喘鸣音。

胸闷、气急 肿瘤增大引起支气管哮喘，或者压迫大气道，可能出现胸闷、气急等症状。

其他症状 肺癌还会导致发热、消瘦、胸痛、呼吸困难、吞咽困难、声音嘶哑、视物模糊、头晕、头痛、眼结膜充血等症状。

如何治疗

药物治疗 治疗肺癌的常用药物包括阿法替尼、奥希替尼、吉非替尼、劳拉替尼、贝伐珠单抗、西妥昔单抗等。

手术治疗 治疗肺癌时，常用的手术方法有开胸直视手术、胸腔镜手术等。

化疗 化疗是通过口服或者注射相应的化学药物将癌细胞杀死，或者阻止癌细胞生长；主要用于肺癌晚期，或者复发性肺癌患者，常用的

药物有培美曲塞、紫杉醇、多西他赛等。

放疗 放疗主要是采用放射性高能束杀死癌细胞，可以与化疗同时进行，以提高治疗效果。

怎么预防

远离烟草 长期或者大量吸烟是导致肺癌的主要原因之一。要想预防肺癌，就要远离烟草。抽烟人群要戒烟，养成良好的生活习惯，并且尽量不要接触二手烟。

强化环保意识 大家要强化环保意识，在选择家具或者装修材料时，不仅要查看是否符合放射安全标准，还要自然通风，或者净化空气。

注意厨房油烟 厨房需要安装风量较大、效果好的油烟机，并且需要经常保持自然通风；在炒菜的时候也要控制油温，在炒菜的时候也要控制油温，不要让油温过高。

在预防肺癌方面，大家还要注意健康饮食，多吃新鲜的蔬菜、水果，少吃油炸、辛辣的食物，尽量不吃刺激性过大的食物。同时，大家还要适当运动。运动不仅可以让人放松心情，还能够提高免疫力。肺癌患者一定要积极配合医务人员的检查和诊疗，用药时要严格遵医嘱，不能擅自停药，也不能过量用药，避免引起不良反应。

(作者供职于滨州市滨城区区立医院)

洛阳市中医药学校2023年招生简章

河南省重点中等职业学校
河南省中医专业招生资格学校
河南省医学教育先进单位
河南省中职教育招生工作先进单位
河南省中等职业教育示范学校
河南省中职学校高水平专业群建设单位
洛阳市特色办学先进单位
洛阳市职业教育先进单位

洛阳市中医药学校是经河南省教育厅批准的全日制普通中等专业学校，是全国20所具有中等中医专业招生资格的学校之一，位于风景秀丽的洛阳市南线旅游明珠陆浑湖畔，是莘莘学子求学的理想学校。

该校师资力量雄厚，基础设施完善，是河南省中职达标学校，常年开设医、护、药系列11个专业，全日制在校生5700余人，其中中医、护理、康复

技术专业被确定为洛阳市重点特色专业。该校以普通中专教育为主，兼有河南中医药大学成人教育。该校始终树立“以生为本”的办学理念，从严治校，科学管理，注重培养学生的创新能力，坚持对口高考和职业技能培养两手抓，以升学和就业需求为导向，强化技能培养，紧跟市场步伐，合理开设专业，构建科学和谐的“人才成长立交桥”。良好的教学模式、富有特色的办学理念、广阔的就业门路，使该校得到社会各界的普遍赞誉。目前，该校已成为“学生信赖、家长满意、社会欢迎”的高素质医药人才培养基地。

中医专业招生政策

为进一步加强中等职业学校中医类专业招生管理和人才培养工作，国家中医药管理局办公室、教育部办公厅印发的《关于加强中等职业学校

中医类专业招生管理和人才培养工作的通知》指出，经备案后招收的中等职业学校中医类专业学生所取得的学历，可作为参加中医医师资格考试和乡村全科执业助理医师资格考试的学历依据。

国家资助

根据财政部、国家发展和改革委员会、教育部、人力资源和社会保障部《关于扩大中等职业教育免学费政策范围进一步完善国家助学金制度的意见》及国家《秦巴山片区区域发展与扶贫攻坚规划》精神，在该校就读的学生均可享受免学费及助学金政策。1.所有全日制在校学生免交学费。2.国家贫困县所有学生及城乡经济困难学生，第一、第二学期均可享受每年2000元的助学金。3.根据国家精准扶贫政策，凡属精准扶贫建档立卡贫困户家庭的学生，每年可以享受

国家教育扶贫“雨露计划”助学金3000元。

学生待遇

普通中专毕业生由河南省教育厅颁发普通中专毕业证书，河南省人力资源和社会保障厅颁发职业技能等级证书和就业报到证，国家承认学历，可参加国家执业助理医师、执业药师、执业药师及相关医疗技师资格考试，应届毕业生均可参加全国对口高考(或单招考试)。

报名须知

参加中招考试的应届毕业生，直接到该校招生办报名，也可以通过网上统一招生平台报名。未参加中招考试的应往届初中毕业生，高中毕业生，社会青年及医学爱好者可直接到该校招生办报名。年龄在15岁以上，不限学历，均可报名。

地址:洛阳市嵩县城关镇开发区·北元,在县城乘2路公交车到终点站(卫校)下车
联系人:杜建芳 15136391899 杨新杰 13938866519 刘建成 13783181393

招生专线:(0379)66301346 66300360
网址:http://www.lyszyyxx.cn

邮编:471400
E-mail:lyzyyxx@188.com