

换季容易引发呼吸道感染

儿科专家给出健康提示:不仅要看孩子征兆 还要关注环境因素

昨日立冬,虽然气温并不算低,但呼吸道感染的病人明显增多。记者从天津市儿童医院(天津大学儿童医院)获悉,该院就诊患儿数量的确比前一段时间有所增加,对此,医院相关专家也给出了健康提示。



连日来,各大医院就诊患儿数量有所增加。

流感病毒遇大风特别容易传播

儿科的主要特点是呼吸道感染多,呼吸道感染大部分是通过呼吸道传播的疾病,这与气候、环境因素以及温湿度有关。“目前,我们门诊的患者,至少在80%-90%左右都是呼吸道感染的病人。这其中有很多原因,例如气候方面的问题,也有孩子天生的免疫水平问题。”天津市儿童医院呼吸科主任徐勇胜介绍说,因为孩子的调节能力不如成人,抵抗力会差一些。另外,目前到了期中考试阶段,孩子们的课业负担重,精神压力也很大。

对于病毒为何会容易传播?徐勇胜解释说,病毒通常是颗粒,在空气潮湿时,病毒颗粒会黏附在某个地方,刮风之后,它干燥之后就飘起来。流感病毒在这个季节较多,还有呼吸道合胞病毒、腺病毒、鼻病毒以及新冠病毒。近两年的新冠病毒以及从去年开始的支原体,目前尚未完全消失。大多数孩子有呼吸道感染。急性病程不超过一周,3-5天就可以过去,之后就进入恢复期。

关于孩子在日常生活和学习中,需要哪些方面引起家长的注意,徐勇胜表示,孩子生病了,有的时候有征兆,而有的时候不仅要看孩子

的征兆,还要关注环境因素。比如,可以关注天气预报,只要大风降温,那么发烧的人群就会增多。因为流感病毒在遇到干冷的空气,并且有大风时特别容易传播,而且潜伏期特别短。家长可以注意这个问题。在多穿衣服的同时,还请注意多给孩子喝水。家长们回家时需要先洗手。另外,有些家长喜欢抽烟,身上都是烟味,称之为二手烟,不是烟直接导致疾病,而是烟里面含有的物质。化学气体和粉尘会刺激呼吸道。建议家长到家后先换衣服。在陌生环境中尽量避免逗留,戴上口罩,回家后洗手。另外,可以使用淡盐水冲洗鼻腔。

多措并举应对诊量增加

据天津市儿童医院(天津大学儿童医院)副院长崔华雷介绍,与去年同期比较,门急诊患儿数量并未增加,住院患儿数量持平。为积极应对季节性诊疗高峰,该院院长亲自指挥,每天监测实时就诊数据、及时调度,提前着手设计应对诊疗高峰的预案,从诊桌灵活调配、人员梯队安排、急诊流程优化、辅助科室配合等多方面进行详细安排部署,多措并举应对未来一段时间诊量持续增加情况。

双院区成功实现门诊患儿“一站式”取药服务,患儿可在门诊药房窗

口一次性领取西药及中成药,有效杜绝了“遗漏药品”的风险及“多次往返”的不便,极大提升了患儿及家属的就医方便性和满意度。

为科学合理配置医疗资源,确保急需住院治疗的患儿能够及时获得床位,该院统筹推进“全院一张床”,在坚持急危重症患儿优先收治、传染病患儿定点收治及专科疾病患儿定向收治的原则下,对患有常见内科疾病且可短时间居家等待床位的患儿实施统筹安排,推行床位集中管理。此举有效提高了门急诊医生工作效率、提升了床位使用率,畅通了转转患儿通道,更重要的是显著缩短了患儿等候住院时间、提升了患儿就医体验。

双院区开设夜间门诊,根据患儿病情合理指引就诊区域,有效缓解夜间急诊压力,缩短患儿候诊时间。

在医联体协作医院东丽医院成立了天津市儿童医院儿童呼吸疾病诊疗基地,派出下沉帮扶团队实行同质化管理,做到了“基层首诊、双向转诊、急慢分治、上下联动”。该基地打通了医联体间转诊患儿的“最后一米”间隔,在一定程度上分流了东丽区及周边区域患儿,在应对儿科季节性诊疗高峰中发挥了积极作用。

新报记者 李文博 摄影 新报记者 王倩

低温寒潮 预警平台上线

气候变化带来健康风险,为了防止低温寒潮对公众的健康危害,天津市疾病预防控制中心环健所、信息所携手中国疾病预防控制中心环境所建立的低温寒潮预警平台已正式上线。该平台可预警本市16个区当日及未来两日的低温寒潮等级及最低温度,并给出相应的防护建议。

市民如果想查阅该平台信息可登录天津市疾病预防控制中心官网,在“专题”专栏点击“环境健康服务平台”再进入“低温寒潮健康风险预警发布平台”;还可以关注“天津疾控”微信公众号,选择“服务信息”再进入“环境健康”,即可查看当日低温健康预警。

据悉,不同低温/寒潮预警等级共包括五种标识颜色及健康建议:绿色标识代表常规冬季监测,没有相关的防护建议;蓝色标识代表需引起关注,应留意近期有关降温最新信息,做好防寒准备;黄色标识代表预警(一级),需适时采取室内供暖措施,外出或户外活动注意添衣保暖,儿童、老年人、心肺疾病患者尽量减少在户外活动时间;橙色标识代表预警(二级),需采取室内供暖措施,尽量避免长时间和激烈的户外工作和活动,儿童、老年人、心肺疾病患者非必要不外出,外出注意防寒保暖,有不及时就医;红色标识代表预警(三级),需加强室内供暖措施,避免长时间和激烈的户外活动和活动,儿童、老年人、心肺疾病患者非必要不外出,外出注意防寒保暖、热餐热饮等。

新报记者 李文博

掌握戒烟技巧 从依赖到自由之路

尼古丁依赖以及周围环境的诱惑,都是戒烟路上的绊脚石。天津市河西区疾病预防控制中心分享一些实用的戒烟技巧,帮助烟民们从依赖中走出,迈向自由之路。

戒烟的技巧,主要有六个。第一,设定明确的目标,比如“一个月内完全戒烟”。第二,制定计划,包括逐渐减少吸烟量的时间表、应对戒烟期间可能出现的不适症状的方法等。第三,寻求支持,包括获得家人、朋友和同事的支持。此外,可以加入戒烟团体或参加戒烟课程,与其他烟民分享经验、互相鼓励。第四,应对尼古丁依赖,可以通过逐渐减少吸烟量的方式来降低依赖程度,或使用尼古丁替代品(如尼古丁贴片、口香糖等)缓解戒烟期间的不适症状。第五,改变吸烟的习惯,找到新的习惯来替代吸烟。例如感到焦虑或无聊时,可以深呼吸、散步或做其他运动来放松身心,还可以尝试培养一些新的兴趣爱好。第六,应对环境诱惑,尽量避免与吸烟者接触,减少去烟雾缭绕的场所的次数。如果无法避免,可以随身携带口香糖、水果等替代品来应对烟瘾发作。

戒烟是一场持久战,需要保持耐心和毅力,只要坚持下去就一定能够成功戒烟,同时,要学会宽容自己,允许在戒烟过程中出现一些反复和失误。

新报记者 徐燕 通讯员 高菲

如何辨别金融产品是否“正规军”? “一站式”查询平台开放

金融产品种类繁多,如何辨别自己选择的金融产品是否“正规军”?记者从天津金融监管局昨日召开的新闻发布会上获悉,日前,在金融监管总局指导下,银保信公司联合保险业协会、理财登记中心、信托登记公司和中保登公司等行业产品登记机构,建立的金融产品查询平台已经正式面向公众开放。通过金融产品“一站式”查询平台,消费者可以简单、便利、快捷地查询到金融产品信息,辨别该产品是否为正规金融产品。

据天津金融监管局科技监管处副处长杜晋玉介绍,该查询平台整合了来自银行、保险公司、信托公司、保险资管机构等金融机构的丰富产品信息,涵盖了银行理财、保险、信托和保险资管四大类金融产品,未来还将持续纳入更多类型的金融产品。

目前,消费者可以通过登录查询平台的门户网站(www.jrcpcx.cn)、“金融产品查询平台”App和微信小程序“金融产品查询平台”进行访问。

相关新闻 减轻居民家庭购房负担

记者从发布会上获悉,本市积极优化个人住房贷款利率定价,减轻居民家庭购房负担。三季度以来,全市金融机构累计新发放个人住房贷款288亿元,同比增长14.2%;9月份新

发放个人住房贷款平均利率3.27%,同比下降0.6个百分点。随着近期推出的各项金融支持政策逐步发力,10月份本市商品住房市场呈现止跌企稳的迹象。

与此同时,用好用足“白名单”项目融资政策,支持房地产项目建设和按期交付。今年以来,全市金融机构累计发放住房开发贷款222.4亿元,同比增长21%;前三季度,主要商业银行新发放住房开发贷款平均利率3.66%,同比下降0.46个百分点。截至10月末,本市共有97个项目纳入房地产融资协调机制“白名单”,银行审批同意金额368亿元,累计已放款金额273亿元,保障9万套房屋建设资金需求,其中,已支持33个项目、31480套房屋建设完工。

新报记者 苗娜