

# 市疾控中心发布『乙流』防治核心信息

运城晚报讯(记者 景冬波)为进一步提示社会公众做好个人防护,预防乙型流感(以下简称“乙流”),1月15日,市疾控中心发布“乙流”防治核心信息,引导社会公众正确防控“乙流”等呼吸道传染病。

信息显示,目前我市呼吸道多种病原叠加流行,主要以“乙流”为主,新冠处于低水平流行状态,肺炎支原体、呼吸道合胞病毒、肺炎链球菌等多种病原交替流行。

呼吸道传染病患者和隐性感染者是主要传染源,主要通过打喷嚏和咳嗽等呼吸道飞沫传播,经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜和被污染的物品直接或间接接触感染。在人群密集和密闭场所,也可能通过悬浮在空气中的气溶胶传播。人群普遍易感,在人体免疫力低下,如受凉、疲劳时容易传染。学校、托幼机构等场所是呼吸道传染病传播流行的高危场所。

### ★个人防护措施:

1. 接种流感疫苗。接种流感疫苗是最有效的预防手段。流感疫苗成分包含甲、乙型流感病毒成分,在流感流行季节前注射流感疫苗,有效地预防甲型和乙型流感。

2. 科学佩戴口罩。呼吸道传染病主要通过呼吸道飞沫传播,所以佩戴口罩非常重要,进入人员密集场所如商场、超市、医院时要佩戴口罩。

3. 保持良好卫生习惯。咳嗽或打喷嚏时,用纸巾遮住口鼻,纸巾不要乱扔;咳嗽或打喷嚏后、饭前便后,用洗手液清洁双手,流动水冲洗至少20秒。

4. 保持健康生活习惯。均衡膳食,规律作息,适度运动,增强体质和免疫力。室外活动及时添加衣服,避免因着凉增加感染机会。

5. 保持环境清洁和通风换气。每天开窗通风至少两次,每次半小时以上;在疾病高发季节应尽量减少到人群密集场所活动,避免接触呼吸道感染患者。

# 围炉煮茶 警惕一氧化碳中毒

◆盐湖区人民医院神经内科主任、副主任医师 相莹

北方的冬季,天寒地冻,烧煤取暖,热炕头上家人团聚,木炭火锅香喷喷、热乎乎……

围炉煮茶这波风刮过了2023年的秋季,在2024年的冬季势头依旧猛烈。近日,浙江大学医学院附属第一医院在官微发文称,近半月内,医院收到47名因聚会煮茶导致一氧化碳中毒患者。2023年11月中旬至今,盐湖区人民医院急诊科就接诊了数十起“煤气中毒”事件患者,入住神经内科的重症有30例。

“煤气中毒”,学名“急性一氧化碳中毒”!

### 什么情况下容易出现急性一氧化碳中毒?

首先是有产生一氧化碳的条件及接触史。生活中常因为冬季生火取暖而室内通风不良,同屋人也有中毒表现。

其他原因还有,燃气热水器安装在洗澡间内通风不良或洗澡时间过长、地下车库关闭车窗打开内燃机取暖、冬季吃木炭火锅聚餐及目前流行的围炉煮茶等。

究其根本原因,是密闭环境中含碳物质不完全燃烧产生大量一氧化碳,人体短时间内吸入较高浓度一氧化碳,一氧化碳更易与血液中的血红蛋白结合,使血红蛋白丧失携氧能力,导致全身组织缺氧,从而出现严重中毒症状。

### 一氧化碳中毒有哪些主要特征?

根据严重程度分为轻、中、重型。

1. 轻型:一般中毒时间短,吸入一氧化碳量少,表现为头痛、头晕、心慌、恶心、呕吐、四肢无力,甚至出现短暂的昏厥,一般神志尚清醒,待脱离中毒环境,吸入新鲜空气后,症状会迅速消失。

2. 中型:中毒时间稍长,血液中碳氧血红蛋白占30%~40%,在轻型症状的基础上,可出现虚脱或昏迷。皮肤和黏膜呈现煤气中毒特有的樱桃红色。抢救及时,可迅速清醒,数天内完全恢复,一般不遗留后遗症。

3. 重型:发现时间过晚,吸入煤气过多,或在短时间内吸入高浓度的一氧化碳,血液碳氧血红蛋白浓度常在50%以上,患者呈现深度昏迷,各种反射消失,大小便失禁,四肢厥冷,血压下降,呼吸急促,会很快死亡。一般昏迷时间越长,预后越严重,常留有痴呆、记忆力和理解力减退、肢体瘫痪等后遗症。

### 一氧化碳中毒如何治疗?

1. 终止中毒环境:要立即打开门窗,迅速将患者脱离中毒现场,转移到空气流通处,防止中毒程度加深。

2. 吸氧:轻症患者可先给予鼻导管或面罩吸氧,如患者病情仍不缓解,可给予高压氧舱治疗。

3. 高压氧治疗:高压氧是治疗严重一氧化碳中毒患者最重要的方法。高压氧越早应用,越有利于患者碳氧血红蛋白解离,对患者的恢复和预防迟发性脑病都有非常积极的作用。

4. 其他治疗:营养脑神经,改善脑供血,预防并发症,预防吸入性肺炎等相关治疗。

5. 尽量减少活动,减轻心脏负担,一个月后复查心脏彩超,饮食清淡,少吃刺激性食物,维持好心态,减少焦虑情绪。

### 什么是一氧化碳中毒迟发脑病?

一氧化碳中毒迟发脑病,指急性一氧化碳中毒患者的神志已经转为清醒,经过一段时间“假愈期”后发生的以痴呆、精神症状和锥体外系异常为表现的疾病。

以下因素容易发生迟发性脑病:年龄大的;昏迷时间长;有基础疾病的;急性中毒后有并发症,如感染、脑梗死;中、重型患者过早停止高压氧治疗者。

### 为什么一氧化碳中毒,要进行“高压氧”治疗?

因为要迅速纠正缺氧状态,吸入氧气可加速碳氧血红蛋白(CO<sub>2</sub>Hb)解离,增加CO

的排出。吸入新鲜空气时,CO由CO<sub>2</sub>Hb释放出半量约需4小时;吸入纯氧时可缩短至30分钟~40分钟,吸入3个大气压的纯氧(高压氧)可缩短至20分钟。

高压氧治疗能最快的使CO<sub>2</sub>Hb解离,还能增加血液中溶解氧,提高动脉血氧分压,使毛细血管内的氧容易向细胞内扩散,从而迅速纠正组织缺氧。

### 关于一氧化碳中毒,有哪些提醒?

1. 相关部门应广泛宣传室内用炉火的严重危害性。煤炉烟囱安装不合理、没有烟囱的煤炉等,夜间坚决不可以放在室内使用。

2. 不使用淘汰热水器,如直排式热水器和烟道式热水器,这两种热水器都是国家明文规定禁止生产和销售的;不使用超期服役热水器;安装热水器最好请专业人士安装,不得自行安装、拆除、改装。燃气热水器安装在洗澡间内的,冬天洗澡时浴室门窗不要紧闭,洗澡时间不宜过长。

3. 开车时,不要让发动机长时间空转;车在停驶状态下,不要过久地开放空调;即使是在行驶过程中,也应经常打开车窗,让车内空气产生对流,如感觉不适应立即停车休息;在空调开放的车内,如感到头晕、发沉、四肢无力时,应及时开窗透气。

4. 在可能产生一氧化碳的地方,可以安装一氧化碳报警器,能在一氧化碳浓度超标的时候及时地报警;还可以强行打开窗户或排气扇,使人们远离一氧化碳的侵害。

5. 一旦出现一氧化碳中毒症状,要立即打开门窗,迅速使患者脱离中毒现场,转移到空气流通处,尽快送到有高压氧舱治疗的医院进行救治。



## 2023年12月团体献血红榜

序号	采血日期	单位名称	采血情况(人次)			采血量(ml)
			400ml	200ml	合计	
1	12.1~12.3	运城学院	39	32	71	22000
2	12.4	盐湖区北相镇	18	1	19	7400
3	12.5	永济市韩阳镇	34	12	46	16000
4	12.6~12.7	永济市虞乡镇	40	20	60	20000
5	12.7	闻喜呱呱底镇	51	11	62	22600
6	12.8	阳煤丰喜平陆分公司	42	8	50	18400
7	12.11	永济市柳头镇	21	2	23	8800
8	12.11	盐湖区禹都花园社区	5	1	6	2200
9	12.19	运城市中心医院	69	25	94	32600
10	12.20	永济市张营镇	31	6	37	13600
11	12.21	河津阳村街道办	36	7	43	15800
12	12.23~12.25	河津清涧街道办	59	17	76	27000
13	12.27	河津僧楼镇	31	6	37	13600

### 百次献血人物榜

#### 赵利锋



♡第1次献血:2005年11月27日。  
♡第100次献血:2023年10月3日。  
捐献全血15次6000ml,捐献血小板89次175个治疗量,多次荣获全国无偿献血奉献奖金奖。  
♡献血感言:以一己之热血,献微薄之爱心,无偿献血,无尚光荣!

运城市中心血站 地址:机场大道(工农西街271号)

- 献血咨询热线
- 购物中心献血屋 电话:2063600
  - 南风广场献血屋 电话:6362553
  - 汽车站献血屋 电话:2165598
  - 河东献血屋 电话:2500933
  - 机场大道献血屋 电话:2165500
- 献血结果查询专线:2126662 2166222  
机采血小板预约热线:2160032  
血站24小时服务热线:  
2162120 2163120  
血费报销咨询专线:2122515