

# 关注儿童肺炎,关爱儿童健康

## 市妇保院 世界肺炎日 举行公益宣教知识主题讲座

记者 程明星 通讯员 张运

肺炎是多发而严重的感染性疾病,也是侵害儿童健康的头号杀手。我国肺炎的发病率排世界第二,仅次于印度。今年11月12日,是第十个世界肺炎日,主题是珍惜每一次呼吸,从现在开始远离肺炎。为此,市妇保院举办了主题为“关注儿童肺炎,关爱儿童健康”的公益宣教知识讲座活动,普及儿童肺炎防治知识,减少儿童肺炎患病率。

妇保院儿内科主任朱海豹就小儿肺炎的病因、临床表现、传播途径、如何预防、治疗及护理等方面作了详细的宣教,提高患儿家长对儿童肺炎的认识。朱海豹说,家长们要做到6

个看,即注意看孩子体温、看咳嗽呼吸、看精神状况、看饮食、看睡眠。

随着天气转冷,肺炎患儿明显增加,除积极规范治疗外,还要注意二手烟对儿童呼吸道的损害。日常要做到勤开窗,保证室内空气流通,保持呼吸道通畅,定时翻身,多拍背,鼓励患儿咳嗽,便于痰液排出,可食用易消化、有营养的食物,注意休息,补充足够水分。喂奶时应主张少量多次,喂奶后避免挤压胃部,以免胃食道返流呛入奶汁加重肺炎。

那家长究竟要如何才能预防孩子感染肺炎,免受肺炎带来的负担呢?

长期下沉永康妇幼保健院的浙大附儿院呼吸科科学博士医师、儿科主任王颖硕,对此作了一场主题为“儿

童肺炎球菌性疾病的负担”的知识讲座。王颖硕通过实际的案例分析,向家长讲解肺炎是威胁儿童健康的重要疾病,肺炎链球菌是最常见细菌病原,它们尤其钟爱6岁以下儿童及老人群体,它们还喜欢停留在儿童的鼻腔或咽喉处,一旦被吸入则可感染肺部,也可通过咳嗽或打喷嚏在空中产生的飞沫进入呼吸道导致肺炎,肺炎甚至还能通过血液进行传播,尤其是在孕妇产后期间和紧接之后的阶段里。

王颖硕强调,近年来,抗生素是当前治疗肺炎球菌性疾病的主要手段,但是肺炎链球菌耐药性不断增强,导致临床重症患者增多,提高了治疗难度,并带来沉重的医疗负担。因此,预防比治疗更为重要。

## 幸福始于心 禁毒践于行

通讯员 王苗苗

13日下午,禁毒教育走进解放小学,全校师生齐聚风雨操场,观看禁毒教育电影。

影片通过真实的案例、惨烈的画面展示了吸毒对个人、家庭、社会的巨大危害,使同学们深刻认识到毒品是万恶之源,充分认识到禁毒教育的重要性,进一步增强了谨慎交友、慎入娱乐场所的自觉性,从而从内心深处拒绝毒品、远离毒品,养成良好的学习生活习惯,提高了自觉抵制毒品的能力。

学校是毒品预防教育的主阵地,青少年是禁毒教育的重点。作为禁毒教育的基础工程,市禁毒办联合教育局组织在校生观看禁毒电影。此次活动广受师生、家长等好评,营造了浓厚的全民禁毒宣传氛围。

# 科学坐月子 新生儿巧护理

## 市民健康学校深受市民青睐

记者 潘燕佳

15日晚7时,市民们准时来到由市疾控中心、健康教育所主办的市民健康学校,此次主讲嘉宾是市妇幼保健院产科主任、副主任医师杨慧燕,讲座内容是如何科学坐月子及护理新生儿。

杨慧燕用通俗易懂的语言,向市民们解释了产妇在坐月子时遇到的误区以及照料新生儿的相关知识。

孕妇生产完即为产褥期,通俗讲即坐月子。在产褥期一般伴有发热、恶露、产后宫缩痛、排尿困难及便秘、乳房胀痛或皲裂、产后抑郁等状况出现。当出现以上情况时,大家不用慌张,一般情况下,不超过38摄氏度的产后发热、无臭味的恶露、因宫缩引起的产后宫缩痛、产后一周内的产褥汗属于产后正常现象,不需要特殊用药,有些现象会逐渐消失。杨慧燕讲解道。

同时她强调,产后坐月子对产妇来说至关重要,所以如果产后恢复不好,将会引发产后腰酸痛、产后抑郁、下肢静脉曲张、产褥期感染、产后盆底松弛等后遗症,对产妇造成终生的影响。

因此产妇在产褥期应尽量做到以下几点,将更利于产妇产后恢复:在清洁安静的环境,产后饮食营养均衡,还应摄入钙铁等元素,在进补时不宜食用活血食物、鸡蛋酒等食物;保持大小便通畅,产后应尽早适当活动,应保持心情愉悦,多发现生活中美好、有趣的事情。

在如何护理新生儿章节,杨慧燕向市民们讲解了新生儿出生后,将出现马牙、螳螂嘴、粟粒疹、生理性黄疸等特殊生理状态,这些状态会随着宝宝的成长而逐渐消失,家长也不必过多担心。

现在大家都提倡母乳喂养,但是在喂奶时也要注意姿势,喂完后应轻拍孩子背部,排出气管内的空气,防止吐奶。杨慧燕表示,母乳喂养是促进新生儿健康成长的较好方式,但喂养方法也要得当。

因为新生儿对外界环境感知能

力不强,因此在护理方面还应花一番心思。杨慧燕说,新生儿应处于温度、光线适中,空气流通的环境,还要保证充足的睡眠时间。

此外,不少人觉得应让孩子仰睡,可以整头型的说法,杨慧燕表示,新生儿睡眠体位应为侧卧,仰卧容易发生呛奶,且仰卧对整头型的影响不大。

新生儿身着的衣物也应注意。杨慧燕讲道,衣物应以浅色为宜,质地以纯棉为好,新衣服穿前应用开水烫洗,每日换洗衣服,不宜将新生儿衣服与大人衣物同洗,尿布也应采用柔软、纯棉的白色或浅色尿布,尿布要做到勤换洗。

其实新生儿也有情绪,比如哭闹可能是饿、累、烦、痛、热、尿等,因此在宝宝哭闹时应注意观察宝宝的情绪变化。杨慧燕最后强调,新生儿的情绪也很重要。

在讲座过程中,记者看到在座的不少老人拿出手机拍下对其有用的内容,有老人边走边向同伴感慨道,每次来听讲座,总是能学到很多,有时候不记得的还能把手机拿出来看看。



**疾控视线**  
2018  
市疾控中心 主办  
市健康教育所  
敬请关注永康市卫计局 健康永康 微信公众号



## 枸杞韭菜炒大虾

主料:枸杞子15克,韭菜150克,鲜大虾240克,植物油、味精、盐各适量。

制法:先将枸杞子洗净去杂质,韭菜切成长1寸的段,备用。再将鲜大虾剥壳,备用。然后将锅烧热,加入植物油,待油泡化尽,即倒入韭菜、鲜大虾,反复翻炒,加入枸杞子,撒下味精、盐,炒匀即成。

遗尿、遗精、阳痿、早泄之人可用之。

自柳忠中西医结合诊所提供



## 远离手机游戏 做中华好少年

15日,城西小学举办“远离手机游戏,做中华好少年”主题活动。

通过将手机与精神鸦片做比喻,呼吁同学应戒除手机游戏,并以此对同学进行历史教育,激发学生爱国意识,树立正确的人生观、价值观、世界观,帮助学生远离“精神鸦片”。

颜艳华

# 我市开展社区剪纸培训

## 剪刀在手中转了一圈,一颗红心成形了

近日,市非遗中心联合东城街道卫星社区及雅湖小学开展了一次“剪纸进社区”培训活动。此次活动吸引了辖区的平安幼儿园部分小朋友和社区居民的热情参与。

来自雅湖小学的吴吕欣老师通过精美的课件,向参与人员讲解剪纸文化、实践环节,吴吕欣分步教授剪纸

的方法,只见剪刀在手中转了大半圈后,一颗红色的爱心就成形了,她还教大家继续在爱心上发挥创意,剪出有纹样的爱心,这样一来简单的爱心变得更为美观了。

吴吕欣说:今天剪纸作为非遗项目进社区,我希望更多人都能喜欢剪纸,感受剪纸的乐趣,也希望更多

人能放下手机,拿起剪刀,让中国传统艺术代代传承。

参加居民说:没想到自己能学到剪纸,原先以为很复杂,经过老师的教导,这么短时间剪出来的效果还特别好,真的丰富了我们的业余生活。虽说是一个短短的夜晚,大家心也是暖暖的。(雅小供稿)

7日,古山镇古山一村环镇东路余浪冲床加工、古山三村柏青中路永康市恒尔五金制品厂、新塘路张志斌压铸厂、芝英镇毫塘村银川路永康市楚文塑料制品厂未按时报送流动人口信息被警方处以100元罚款。

7日,古山镇古山三村柏青中路永康市芝英镇恒力液压机械厂未按时报送4名流动人口信息被警方处以400元罚款。

8日,东城街道总部中心金碧大厦永康市相随科技有限公司未按时报送流动人口信息被警方处以100元罚款。

市流动人口管理局温馨提示:根据《浙江省流动人口居住登记条例》,用人单位在录用或解聘流动人口员工时,应该在三天之内报送流动人口录用或离职的信息。

