

开学季 别忘筛查结核病



本报讯(融媒体记者张沼娉 通讯员何品)今日,中小學生正式开学,新生入学,有一项硬性要求千万不能忘——结核病筛查。疾控部门提醒:学校人员密集、空间有限,一旦出现传染源,结核菌极易在校园内扩散。家长切莫大意,别因“怕麻烦”耽误了孩子的正常入学。

世界卫生组织《2025 年全球结核病报告》显示,2024 年我国估算新发结核病患者 69.6 万例。虽然全国病例总体下降,但结核病仍位居法定甲乙类传染病报告前列。更需关注的是,学生群体报告发病数约占全人群的 4%—6%。

为何学校成了“易感地”?教室、宿舍人员密集,空间有限,通风不佳时,一旦有传染源,结核菌极易通过空气扩散。加上

学业压力大、作息不规律,学生免疫力易波动,给了结核菌可乘之机。世卫组织数据表明,一名未经治疗的传染性肺结核患者,一年可感染 10 至 15 名密切接触者。入学筛查,绝不能省。

查出异常≠得了结核病,先稳住心态。

TST 强阳性/IGRA 阳性,胸片无异常:属结核分枝杆菌潜伏感染,无传染性,可正常入学。若有密切接触史或高危因素,建议预防性治疗,并做好健康监测。

胸片提示肺部阴影:需暂缓入学,前往定点医院进一步排查,排除活动性肺结核后方可复学。

确诊活动性肺结核:务必如实报告,规范治疗,绝不可带病上课。传染期患者需办理休学,取得定点医院复学证明后方可返校。

筛查是兜底,日常防护才是硬功夫,牢记四点:

留意身体警报:咳嗽、咳痰超过两周,或伴咯血、胸痛、午后低热、夜间盗汗,别当感冒硬扛,及时就医。

养成卫生习惯:不随地吐痰,咳嗽打喷嚏时用手肘或纸巾遮挡;教室宿舍勤



通风——这是最廉价也最有效的“空气疫苗”。

配合学校管理:入学体检、晨检、因病缺勤追踪,每项流程都是保护屏障,请认真对待。

南安卫健推行“独任审批师”制度

本报讯(融媒体记者黄耿煌 通讯员庄铭)为持续优化卫健领域营商环境,全面提升政务服务质效,近期,南安市卫生健康局联合南安市政务服务中心创新审批服务机制,正式落地推行“独任审批师”制度。

该制度通过整合审批权限、重塑业务流程、实行专人专办,构建起“一件事、一个人、一次办”的全新审批模式,推动卫健政务服务从高效办理向极简极速升级,切实为办事群众减负赋能。

按照以往的“受理—审核—审批”分段经办模式,审批业务需经多岗位逐级流转,存在办理环节多、审批周期长、办事流程繁等短板,拉高办理时间与成本。为精准破解审批堵点、痛点、难点,南安市卫健局借鉴先进改革经验,严格遴选全局在编、业务精湛、经验丰富的骨干人员,组建专业化“独任审批师”队伍,为极简审批改革筑牢坚实的人才根基。

此次改革坚守“审核合一、一人通办、权责统一”核心原则,精准筛选出 18 项流程标准化、审批风险低、事后监管成熟的高频事项和民生重点业务。所有清单事项由“独任审批师”独立统筹咨询引导、材料受理、合规审查、核准审批、制证出件全流程工作,实现审批服务一体化、集约化、一站式办结。

改革后,材料齐全、符合法定条件的事项可当场受理、当场审核、当场出证,办理时限压缩 95%。而此前,同类高频审批事项法定办理时限为 3 至 6 个工作日。南安市卫健局审批科负责人表示,这一审批模式改革实现从“多层流转、多人接力”到“一站直达、一人全权”的转变,有效杜绝重复补材、等待审批等问题,极大降低办事成本、优化办事体验。

低头玩手机 血管很受伤

提到伤血管的因素,很多人首先想到的是高油高盐的饮食和久坐不动的生活习惯。但泉州市中医院骨科主任苏再发提醒,有一个被大多数人忽略的习惯,正日复一日地伤害着头颈血管的健康——那就是不自觉低头。

颈部是连接大脑与躯干的“生命通道”,颈部血管承担着向大脑输送血液和氧气的重任。然而,当我们不自觉地低头时,颈椎的生理曲度被强行改变,颈部肌肉持续紧张收缩,穿行其中的椎动脉和颈动脉受到挤压和牵拉,血流速度减慢,脑部供血供氧随之亮起红灯。

与此同时,颈椎的“错位”和肌肉痉挛还会刺激密布的神经丛,导致上肢发麻、指尖发胀等不适;更需警惕的是,颈椎退变牵拉交感神经,可能引起心跳加快、胸闷和血压波动的连锁反应。

苏再发指出,在日常生活中,有三个习惯性动作对头部血管和颈椎的伤害尤为明显,如果不加纠正,等于在日复一日地“磨损”自己的健康根基。

第一个是低头玩手机。很多人每天醒来的第一件事就是摸出手机,脖子一低,眼睛凑近屏幕。临床观察显示,头部低头 15 度时,椎动脉受压增加 30%;若低头达到 45 度,压迫力可飙升至正常状态的 3 倍。如此巨大的压力会直接挤压椎动脉,导致流向大脑的血液受阻,同时颈椎长期处于反生理曲度状态,椎间盘突出风险大增,严重时神经受压会引发上肢剧烈麻木。

第二个是埋头吃饭。这个场景几乎每天都在千家万户上演——为了夹菜或喝汤,人们习惯把腰弓起来,脖子往前探,头几乎埋到碗边。看似无伤大雅的一顿便饭,却让颈椎瞬间承受成倍的压力。长此以往,恐怕会出现餐后头昏、晨起昏沉等早期缺血信号。

第三个是“虾系”坐姿。上班族在工位上坐久了,很容易整个人瘫进椅子里——背部悬空、腰胯后塌、脖子像虾米一样往前探出去。这个姿势在短时间内容实“舒服”,但它却是头颈血管最隐秘的杀手。头颈前探时,颈部后侧的肌肉群被过度拉伸,前方血管受到牵拉和压迫,脑部长期处于慢性缺血状态。

那么,如何避免头颈血管“受伤”?苏再发建议,可以从改变日常习惯入手。使用手机时,应将屏幕抬高至与视线齐平的高度,避免低头塌腰,每使用 30 分钟就起身活动一下颈部。吃饭时腰挺直坐好,把碗端起来,将饭菜送到嘴边,而不是低头去够碗。办公时臀部坐满椅面,腰背自然直立,腰后垫一个小靠枕,双脚平放地面,用电脑时把屏幕垫高,让视线自然平视。此外,侧卧或平躺时低头看手机,会给颈椎和血管带来双倍负担,建议睡前尽量放下手机。

苏再发提醒,如果已经频繁出现体位性头晕、晨起昏沉或手麻等症状,说明颈部的血管和神经已经发出了求救信号,务必及时就医评估,切勿拖延。保护头颈血管,从改变每一次低头的习惯开始。

□融媒体记者 张沼娉



长期低头让头部血管和颈椎很受伤(CFP 图)

一口梭子蟹“嘎嘣”牙碎了

医生提醒:品尝美味切忌图方便,不宜用牙硬啃蟹壳



蟹壳硬度远超牙齿生理承受极限

王东海介绍,吃蟹引发的口腔问题以机械性损伤为主、酸蚀损伤为辅,牙隐裂、牙冠折裂、牙周损伤最为常见。

蟹壳硬度极高,直接用牙咬碎蟹

壳、蟹钳时,瞬时冲击力集中在牙体局部,初期出现冷热敏感、咀嚼刺痛等症状,若裂纹深入牙髓会引发剧烈牙髓炎,严重时直接导致牙齿劈裂、脱落。

“相较于明显的牙齿折断,无症状的牙隐裂更具隐蔽性,初期仅损伤牙釉质无明显痛感,一旦持续啃咬硬物,裂纹会快速加深,造成不可逆损伤。”王东海说。

蘸醋吃蟹容易造成酸蚀损伤

泉州人吃蟹习惯搭配醋、蒜蓉等蘸料,这种饮食习惯会持续降低口腔 PH 值,造成牙釉质脱矿,加剧牙齿敏感和酸痛。锋利的蟹壳、蟹爪极易划伤口腔黏膜和牙龈,蟹肉残渣嵌塞牙缝

后滋生细菌,还会诱发牙龈炎,出现牙龈红肿、出血等问题。

王东海还特别提醒,虽已立秋,但泉州天气依然炎热、夜宵文化盛行,不少市民喜欢吃海鲜边喝冰饮,这种

冷热交替的饮食习惯对牙齿伤害极大。牙齿在短时间内承受数十摄氏度的温差时,牙釉质会发生剧烈的热胀冷缩,产生肉眼看不见的微裂纹,为细菌入侵打开通道。

建议用工具代替牙齿

王东海建议广大市民,进食梭子蟹务必摒弃“用牙开壳”的习惯,借助蟹钳、剪刀等工具处理硬壳部位,减少酸性蘸料和酸性饮料的叠加食用。食用酸性调料后切勿立即刷牙,可先用

清水漱口,待口腔酸碱平衡恢复后再清洁牙齿。

他还建议市民定期做口腔检查,及时修复缺损牙齿、干预咬合问题,从源头降低吃蟹带来的口腔损

伤风险。“每年至少进行一次口腔健康检查,持续性牙痛、牙龈反复出血、牙齿松动等都不是小问题,是口腔发出的‘警报’,应及时就医。”王东海强调。

误触管道疏通剂 男童双眼碱烧伤

家长盲目冲水致伤情“雪上加霜”

本报讯(融媒体记者张沼娉 通讯员梁尘)近日,厦门眼科中心收治了一名因误触管道疏通剂致双眼碱烧伤的 5 岁男童小雨(化名)。目前患儿已完成双眼羊膜移植手术,眼球得以初步保全,但后续病情变化、进一步治疗方案和最终的视力状况,仍待观察。

据家属介绍,事发当天,小雨在家中看到一包外观类似奶粉的袋装物品,自行拆开,袋内粉末泼洒在脸上,当即疼得大声哭喊。父母闻声赶来,才发现孩子拆开的是几天前购买的管道疏通剂。

慌乱中,家长马上用水为小雨冲洗面部,不料粉剂遇水发生剧烈反应,小雨痛感加剧。彻底慌了神的父母,连忙将小雨送往附近医院救治。由于眼部伤情复杂,医院在完成紧急处置后,建议

转至厦门眼科中心。

该院眼表与角膜病学科带头人吴护平教授得知情况后,第一时间开通绿色通道,彼时小雨右侧面部大面积灼伤,右眼角膜已呈瓷白色混浊,合并巩膜组织损伤,左眼存在角膜上皮缺损。

基于小雨的情况,吴护平迅速制定救治方案,亲自主刀实施手术。术后配合药物治疗,密切监测恢复状况,再制定下一步治疗计划。

吴护平介绍,管道疏通剂造成的损伤属于眼部碱烧伤,是眼外伤急症中较为危重且预后难料的一类损伤。碱与眼表组织接触后,会快速溶解角膜、结膜、巩膜等组织,若浓度过高持续侵入,可致角膜穿孔、巩膜穿孔、继发性青光眼等严重并发症,后续常伴瘢痕增生、组

织粘连、假性胬肉等症状。

吴护平特别提醒,居家各类化学危险品务必规范收纳,管道疏通剂、清洁剂、消毒液等切勿摆放在儿童能触碰的位置。他着重说明,接触化学品后第一时间应大量冲洗,但接触管道疏通剂、生石灰这类固体碱性化学品发生意外时,若未先清除固体颗粒就直接冲水,遇水剧烈放热会形成化学腐蚀叠加高温烫伤的双重伤害,损伤成倍加重。

正确做法是:保持冷静,先用干净棉签或纸巾轻柔擦除皮肤及眼内残留的固体颗粒,随后用流动清水持续冲洗创面及眼部不少于 30 分钟,冲洗时撑开眼睑,转动眼球,尽可能稀释化学残留物。完成紧急处置后,立刻送往具备眼科专科救治能力的医院就诊。

雨后汛前除隐患 公共卫生筑防线

本报讯(融媒体记者黄耿煌 通讯员雷进荣)连日强降水,导致城乡积涝、沟渠淤堵、垃圾堵塞、路面沙土碎石堆积等问题突出。近日,南安市官桥镇政府联合南安盈联公司组织开展“千百万工程”人居环境整治提升行动,在暴雨过后,后续台风来临前的关键窗口期,切实消除环境隐患、筑牢公共卫生防线。

行动中,政企联动、干群携手,200 多名工作人员分为八大功能组别,“定人、定段、定标、定责”分片包干奔赴各自作业路段。整治聚焦群众日常感知最直接、反映最集中的环境问题,严格对标“四个标准”,集中力量对镇区及周边道路、背街小巷开展清“白色污染”、清卫生死角、清杂草、清洗设施、清背街小巷等“五清”行动。宣传发动组同步走进入户开展面对面宣传、收集意见建议,将作业过程转化为群众动员过程。

此次行动是官桥镇近五年来参与人数最多、覆盖范围最广、整治标准最高的一次集中攻坚行动。通过政府主动作为和企业专业执行,以实实在在的环 境变化唤醒群众“主人翁”意识,引导广大群众从“旁观者”转变为“参与者”,逐步形成人人关心环境、人人参与治理的良好氛围。下一步,官桥镇将持续健全人居环境长效管护机制,从“集中攻坚”向“长效保持”转变,常态化开展环境卫生整治行动,不断巩固整治成果,全力打造宜居宜业的美丽官桥,切实提升群众的获得感和幸福感。