

健康

周刊



要将中暑患者挪到阴凉通风的地方 资料图片 请作者与本报联系,以奉薄酬

中暑后的正确做法, 你知道哪些?

8月23日 星期二 乐山市人民医院

连日来,乐山持续高温。对于今年的天气,大家说的最多的恐怕就是“好热,太热了,身上的汗水就没干过。”在这样的高温环境下,医院急诊科每天会收治很多中暑病人。

8月23日,记者从市人民医院急诊科获悉,他们收治的中暑病人中,有的对待中暑处理办法值得借鉴,有的却不提倡。下面,让我们通过急诊科医生李泽兴讲述的3名中暑病人的案例,看看中暑后的正确做法。

案例一:王婆婆,73岁。17点出门闲逛,结果中暑倒在了公路边上。好心的路人打了110和120,警察联系到了她的侄子。据其侄子介绍,他赶到时,王婆婆已经处于昏迷状态,还在抽搐,因为不清楚患者是摔了还是因为车祸,不敢乱搬动,但他发现患者身上烫得很,就快速用冰水敷患者的手脚、腋下等。过了一会儿,患者醒了,就给她喝了很多水。等到医务人员赶到时,患者的状态已经好了很多,测量体温39.9℃。在救护车上用空调给患者降温,到医院时体温降到38℃,患者已经可以自己走动,基本恢复了。

案例二:朱婆婆,83岁。出门剪头发在路上晕倒,也是路人打的120,患者当时清醒。在医护人员未到达前,有路人用冰块放在患者的腋下降温。医务人员到达之

后,便向附近饭馆要了一瓶冰水为朱婆婆降温。此时旁边一位阿姨却说:“不能给她喝冰水。”医生听后立马回复:“就是要喝冰水降温,非专业人员不要指导。”把患者扶上救护车,测得体温为39℃,赶紧送往医院治疗。

本案例中,很多人以为中暑的人不能喝冰水,但这也分情况。李泽兴强调,清醒的患者是可以喝冰水的,昏迷的患者才不能喝水。

案例三:也是一位婆婆。一个人在家不开空调,也不吹电扇,结果中暑倒在了家里。医护人员到达现场时患者已经意识不清,询问家属为什么不开空调也不开风扇时,家属却回答:“害怕感冒。”但他们不知道的是感冒可以吃药,重度中暑可是会要命的。

看了以上三个案例,记者发现,原来还有很多人不了解中暑后应采取什么样的措施。对此,李泽兴给出了自己的建议:

- 1、一定要将患者挪到阴凉通风的地方,并解开患者的衣扣。
- 2、清醒的患者,及时补充水分;昏迷的患者,将其头偏向一边,保持呼吸道通畅。
- 3、将患者四肢浸泡在冷水中,用冰水或冷水进行全身擦浴。

记者 曾梦园

开展学校食堂食品安全培训 全力保障师生“舌尖上的安全”

本报讯(牛波 记者 甘国江)8月22日,市市场监管局结合食品安全“守底线、查隐患、保安全”专项行动,到乐山市实验幼儿园开展学校食堂食品安全培训,提高学校食堂管理、从业人员食品安全政策法规素养和能力水平,有效防控食物中毒及食品安全事故。

培训会上,监管人员以“学校食品安全责任重于泰山”为主题,分别从食品安全法律法规、食品安全管理及操作规范、食品安全事故应急处置、食品安全监督管理等方面进行讲解,重点强调进货查验、加工制作、清洗消毒、食品留样、人员管理等内容。同时,结合近年来发生的校园食品安全事故进行深度剖析,要求学校要统一思想、提高认识,切实

增强做好食品安全工作的责任感和紧迫感;要强化自查自纠,对照《餐饮服务食品安全操作规范》,认真查找食品安全隐患,查漏补缺、对标补短;要严格落实主体责任,从严从实从细抓好食堂食品安全工作,建立健全食品安全各项管理制度和应急处置方案,明确食品安全主体责任,落实岗位责任制;要加强食堂从业人员的日常培训,提高校园食堂食品安全水平。

下一步,市市场监管局将进一步深化食品安全“守底线、查隐患、保安全”专项行动,认真组织开展秋季开学食品安全专项行动,强化学校食堂及校园周边食品安全监管,筑牢学校食品安全防线,全力保障广大师生“舌尖上的安全”。

05
健康关注
乐山疾控:
密切关注疫情动态
继续做好个人防护

06
中医康养
倾情护理十数载
白衣执甲护健康

07
健康聚焦
国家医保局发文规范种植牙收费
“天价”种植牙有望大幅降价

08
健康教育
“一个都不能少”
了解维生素的“小秘密”

疾病预防与控制
乐山市疾病预防控制中心 协办

献血, 让世界更健康
献血咨询电话: 0833-5188116
团体预约电话: 0833-2503103
乐山市公民献血办 乐山市中心血站

乐山市卫生健康委员会 协办
乐山市健康教育协会 协办