

春季，教你提防这三种常见传染病

草长莺飞，春暖花开。春天既是最美的季节，也是旅游度假的黄金时期，但在外出时一定要注重健康和安

麻疹

麻疹是由麻疹病毒引起的急性呼吸道传染病，每年3月至5月是麻疹的季节性发病高峰。由于该病毒传播迅速，所以是传染性最强的传染病之一，属于我国法定报告的乙类传染病。

麻疹患者是唯一的传染源，病毒可经飞沫传播或直接接触感染者的鼻咽分泌物传播，人群普遍易感。主要症状有发热、红色斑丘疹，并伴有咳嗽、流涕、流泪、畏光、咽痛、全身乏力等症状，个别病例还会伴有严重的并发症如肺炎。

从目前来看，最为有效的预防措施是接种麻疹疫苗。同样以北京为例，适龄儿童可免费接种三剂次的含麻疹成分疫苗。同时，为保护广大外省来京务工人员及其子女的健康，北京市还在每年3月至5月份，为外来务工人员提供免费含麻疹成分疫苗接种，为其6岁以下子女提供免费含麻疹成分疫苗查漏补种。

在麻疹高发季节，提醒大家注意4点。一是增强自我防护，注意佩戴口罩，并尽量减少到人多拥挤、空气流通不畅的公共场所。

二是如果出现发烧、出疹、咳嗽等症状，尽快到医院诊治，就诊时请佩戴口罩。如果被医院诊断为麻疹，应根据医嘱做好治疗和隔离，不要带病上班或上学，防止将病毒传染给自己的家人、同学或同事。

三是及时接种疫苗，保护儿童健康。家长务必按照接种门诊的预约时间带孩子接种麻疹疫苗。如果发现孩子有疫苗漏种的情况，要尽快到接种门诊去补种疫苗。

四是外来务工人员较多的企业、商业、服务场所等单位应主动联系社区卫生服务中心的接种门诊，积极组织员工接种麻疹疫苗。大家到商场、电影院、医院等人员流动性较大的地方，也要戴上口罩做好适当防护，尤其是陪护患者就诊、输液时，更要做好防护工作，尽量减少在医院的滞留时间。

风疹

风疹是由风疹病毒引起的呼吸道传染病，春季高发，人群普遍易感。感染病毒后，早期出现发热、咳嗽等症状，之后面部首先出现浅红色斑丘疹，迅速遍及全身。

儿童患病时通常病情较轻，孕妇患病则可能导致胎儿死亡或者先天性缺陷如先天性心脏病、白内障、耳聋等，即先天性风疹综合征。

据了解，随着儿童疫苗接种率的提高，成人特别是育龄期妇女，已逐渐成为风疹病例的主体。

目前已进入风疹高发期，为避免病毒感染，提醒大家注意：未按照程序接种疫苗的适龄儿童，应尽早去当地的预防接种门诊接种，既往疫苗接种史不详的

成人，也建议接种一剂含风疹成分的疫苗。对于未接种过疫苗的成人，应尽量少去人员聚集的公共场所，孕妇要避免与风疹患者接触。

此外，还要做到室内经常开窗通风，如果出现发热、皮疹的症状，应及时去医院就诊，被诊断为风疹后，应避免与周围的人接触。

水痘

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性传染病，主要经呼吸道飞沫和直接接触水痘疱疹液传播，也可通过被病毒污染的用具传播，如玩具、文具、门把手等。跟其他传染性疾病一样，水痘也有流行季。每年5月至7月、10月至次年1月都是发病高峰期。

该病传染性强，人群普遍易感，但多见于儿童。在流行季节，感染水痘病毒后，早期可出现发热、全身不适、乏力、咽痛等前驱症状。

水痘发病时，皮疹首先出现在头部和躯干，逐渐波及四肢，初为红色斑疹，后变为丘疹并发展为疱疹。疱疹后一两天，疱疹从中心开始干枯结痂，周围皮肤红晕消失，再经数日痂皮脱落。同一部位常可见斑丘疹、水疱、结痂同时存在。如不出现并发症，可在两周左右自愈。

值得注意的是，水痘患者是该病主要的传染源，症状轻微的患者容易被忽视或误诊。对于新生儿或免疫功能低

下者来说，水痘可能是致命性疾病。由于大多数带状疱疹发生在50岁以上或免疫功能低下的人群中。一般来说，成年人感染病毒后症状一般都比较重。而且，不要以为出过一次水痘就终身安全了，在机体免疫力下降时，还是不能排除二次感染的可能，体内的病毒也可能复发感染发生带状疱疹。

从目前来看，接种水痘疫苗是最有效的预防措施。以北京为例，推荐适龄儿童按程序接种两剂水痘疫苗：满18月龄接种第1剂，满4岁接种第2剂。超过4岁但既往仅接种过1剂疫苗的，建议补种第2剂疫苗。

在水痘高发季节，大家要注意以下4点：

一、发现自己或孩子出现发烧、出疹等不适症状时，要尽快到医院就诊明确诊断，就诊时请佩戴口罩。如确诊为水痘，应居家隔离治疗，不带病上班或上学，防止传染他人。

二、隔离期直至水痘疱疹全部结痂或皮疹全部消退为止，学生复课需要到医院地段保健科开具复课证明，学校查验后方可返校。

三、学校和托幼园所应当密切关注儿童的水痘发病，发现有水痘病例要及时上报单位所属社区卫生服务中心的保健科。

四、发生水痘疫情的单位，要积极配合疾控部门落实各项综合防控措施，避免疫情扩散。来源：人民网



王振芳获得荣誉证书

本报讯（融媒体中心记者 李晓伟）3月25日，由河南日报报业集团主办的“中原陶瓷文化产业十大杰出人物、中原陶瓷文化产业十大影响力人物”及“中原陶瓷文化产业十强”颁奖典礼在河南日报报业大厦举行，我市汝瓷大师王振芳作为“中原陶瓷文化产业十大杰出人物”出席颁奖典礼。

王振芳，中国工艺美术行业艺术大师，享受国务院特殊津贴专家，河南省非物质文化遗产代表性传承人，高级工艺美术师，中原大工匠，中原陶瓷名匠，河南科技学院硕士研究生导师，河南省汝瓷关键技术工程研究中心主任，汝州市汝瓷协会会长。创办了国内艺术陶瓷领域第一家院士工作站，汝瓷行业唯一的省级汝瓷关键技术工程研究中心。主导研发专利技术126项，发明专利4项等。近五年来先后获国家级大奖12项，省级大奖7项，作品入选中学美术教科书，开创了汝瓷作品走上教科书的先河。

此次评选活动，是为了深入学习贯彻习近平总书记关于黄河流域生态保护和高质量发展系列重要讲话精神，大力保护和弘扬黄河文化，延续历史文脉，挖掘时代价值，坚定文化自信，实现河南陶瓷文化产业高质量发展，树立一批勇于改革、善于创新的陶瓷文化产业人物，集中展现河南陶瓷行业风采。

据介绍，此次共评选出10名“中原陶瓷文化产业十大杰出人物”、10名“中原陶瓷文化产业十大影响力人物”及10个“中原陶瓷文化产业十强”。

王振芳喜获『中原陶瓷文化产业十大杰出人物』

市人民医院

义诊团队走进牛角岭



本报讯（融媒体中心记者 郭营战 通讯员 秦俊杰 王婉璐 焦若莹）3月25日，由市人民医院党委副书记郑旭歌、丹阳院区党支部书记张利歌带队，该院丹阳院区义诊专家团队到蟒川镇牛角岭村开展健康科普义诊活动（如上图）。

牛角岭村地处深山，曾是深度贫困村，村民们对送医进村的义诊团队格外关注。一大早，在牛角岭村党群服务中心前的空地上，村民就排起了长队，问诊台前人头攒动。来自市人民医院丹阳院区外科、神经内科、骨科、中医内科、疼痛科、老年科、彩超室、心电图室等科室的医疗专家们，为广大村民进行免费诊疗、健康宣教、答疑解惑、指导用药等，让他们在自家门前就能享受到免费医疗服务。

“针扎上瞬间就疼的轻了！”针灸理疗师张宏斌在村民胳膊上用针，村民张大爷立马就感受到治疗的效果。

“不能跟着我走一趟啊医生，我们家有老人快80岁了，腿脚也不方便，没法来咱义诊现场，能去家里给看看吗？”听到一位村民这样说，市人民医院急诊科主任宋振华和内二科主任杨正伟便立刻带着简单的检查仪器跟着村民前往家里。在该村民家里，宋振华和杨正伟细心为患者检查，并根据患者情况进行了个性化健康、生活指导，还开具了药方，其家人连声感谢。

此次义诊免费为该村村民进行测血压、测血糖心电图、彩超等检查138人次，并针对村民的疾病进行针灸、耳穴压豆、贴止痛膏药等免费中医疗，减免费用3900余元。

市骨科医院

爱心义诊来到南关社区



本报讯（融媒体中心记者 陈晶）近日，市骨科医院组织心血管内一科、妇产科、颈肩腰腿疼科、儿科、儿童康复科、眼科、耳鼻喉科专家，携带简单检查器械走进南关花园社区（如上图），为社区居民进行医疗政策、便民服务、智慧养老讲解，并进行疾病诊疗、疑难问题解答、健康咨询、指导、免费量血压等服务。真正使医疗深入基层，服务贴近群众。

汝州外国语高中开展志愿活动



本报讯（融媒体中心记者 张亚萍）三月是“学雷锋”活动月，为了加强学生思想品德教育、培养社会责任感、提升实践能力，近日，汝州外国语高中组织开展“志愿敬老行，关爱传真情”社会实践活动，为老年人献上一份爱心，做一些力所能及的事。

在岭乡养老院，学生们与老人欢聚一堂，热闹非凡。学生们为老人带来了爱心礼物，表演自己精心编排的节目，陪老人们聊聊天、询问他们的身体状况、认真听老人们讲述过去的故事（如上图）。老人们脸上洋溢着幸福的笑容，整个养老院里萦绕着爱的暖流。

随后，学生们来到老人们的住室，帮助老人叠被子、打扫住室卫生、盛饭，别看他们年纪不大，但是干起活来相当利索。

通过此次志愿活动，增强了学生们的敬老、爱老意识，提高了社会责任感，也让老人们体会到社会大家庭的关怀和温暖，使“尊老、爱老”的传统美德得到了更好的传递。

市中医院

培训护士服务规范与礼仪



本报讯（融媒体中心记者 张亚萍 通讯员 王泽鹏）“护士在工作中要真正做到‘微笑在脸上，文明用语在嘴上，娴熟动作在手上，仪表整洁在身上’。用我们的‘四心’（爱心、耐心、细心、热心）与真情换来患者的理解、尊重和支持。”近日，市招培教育学校张方老师受邀在市中医院组织开展的《护士服务规范与礼仪》培训会上，向参会的医务工作者讲解着相关知识，旨在进一步提高该院护士的礼仪素养，开展优质护理服务。

培训会上，张方运用详细生动的图片和通俗易懂的语言，围绕护士的仪表礼仪、举止礼仪、语言礼仪、日常工作礼仪等方面诠释了护理工作作为一种特殊职业所必备的礼仪内涵，并结合日常护理工作教大家如何以真诚的微笑、礼貌性和规范性的语言和患者沟通（如上图）。在现场问答环节，现场各组经过激烈的角逐，最终天使队以第一名的优异成绩，获得了讲师的神秘礼物。

“市中医院的白衣天使们通过整洁的外表、热情、诚恳的态度，规范的行为举止，展现出了护理人员良好的职业素养和精神风貌。下一步，我们护理人员要严格按照礼仪要求，遵守护理行为规范，在推动我院优质护理服务深入开展的同时不断提升思想道德素质，朝着‘患者满意、社会满意、政府满意’的目标不断前进。”市中医院护理部主任石彩丽说。

患者眼中的好医生与好护士



孙利军正在询问患者情况

淋漓致致。我是一名糖尿病患者，患病已经十余年，最近身体出现乏力、皮肤瘙痒等问题，经亲戚介绍后，我慕名来到咱们汝州市第一人民医院，找到孙利军医师。

在候诊期间，我看到孙医生对病人情况询问得非常仔细，尽管很多人在排队，但她并没有因此加快诊断速度，仍认真地对待每一位病人，当病人出现非内分泌方面的问题，她也能给予自己的建议。能让这样的医生为自己看病，原本忐忑的心也安定了很多，内心不由地感叹，真是一名好医生啊！

在孙医生的安排下，我住进了内分泌代谢科病房进行血糖控制。孙医生看病细致认真，在完善检查后，针对我的病情设定个性化的治疗方案。短短几日，我的不适症状明显缓解，孙医生高超的医术和认真负责的态度，真的令我敬佩。

在这里，我还认识了护士长张素杰、主管护士赵淑楠和护工王庆云，她们给我留下了深刻的印象。赵淑楠护士每日都到病房询问我的病情，交代饮食注意事项，告诉我什么能吃、什么必须吃、吃多少、怎么吃……都给我进行了详细的解答。

在我临近出院之际，孙医生向我叮嘱了回家后每餐的食物配比，这样贴心的医生，让我感动不已。高超的医术、贴心的服务、有爱的医护，在咱医院住院真让人感到身心舒适。

医院的护士个个业务娴熟，每日六次的测血糖，护士都准时到病房来监测。测量时，赵淑楠护士还经常与我聊天，分散我的注意力，减轻疼痛感，她贴心的服务让每天六次的“扎手指”变得不再恐惧。

张素杰护士长也会经常到病房询问我是否有需要帮助的地方，让我有困难及

时和她讲。护工王庆云态度也非常热情，每天打扫卫生仔细认真，病房的卫生干净舒适，床单有污渍时及时给我更换。

出院后，孙医生还打电话回访，叮嘱我在服药注意事项，给我留了她的联系方式，方便我在身体出现不适或有不明白的地方，第一时间找到她，真的非常感谢她。在电话的最后，我也叮嘱孙医生要注意休息。

真心换来真情，医护人员的付出收获了患者的信任和关怀。这样的肯定，对他们来说也是最幸福的事。有时候，医护人员一个暖心的眼神，一句温暖的问候，一个体贴的举动，都会让患者倍感温暖。而患者一个喜悦的笑容，一句真诚的肯定，一份朴实的回馈，也会让所有的医护人员备受鼓舞。

融媒体中心记者 陈晶 通讯员 王文璐