

60周岁及以上老年人享受免费接种

景宁启动2025年度流感疫苗接种工作

本报讯(记者 留李涛)进入9月份,天气逐渐转凉,流感病毒随之活跃。为筑牢老年人健康屏障,连日来,景宁开展60周岁及以上老年人流感疫苗免费接种工作。

在鹤溪街道社区卫生服务中心预防接种门诊,老人们在志愿者的引导下有序进行取号、登记、接种。接种台前,医护人员仔细询问老人的健康状况和过敏史,耐心讲解注意事项。留观区内,刚刚接种完疫苗的老人们正坐着休息,相互交流着接种感受。“我今年70岁,已经连续三年接种流感疫苗,这个疫苗打了能预防流感,

让我们老人家少感冒,是非常好的事情。”市民严易南说道。

流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病,冬春季高发。流感起病急,常呈自限性,多在1-2周内康复,但部分患者可能会发生流感病毒性肺炎或继发细菌性肺炎、鼻窦炎、中耳炎、病毒性心肌炎等并发症,严重者可致死亡。相较于普通人群,老年人群感染流感后发生重症的风险会更高。“昨天下午,我们已经完成150针次左右的流感疫苗接种。今天刚开始半小时已经取了200多个号了,后续还有很多老人过来,我们也安排了志愿者为

大家服务,让接种更顺畅。”鹤溪街道社区卫生服务中心相关负责人介绍道。

据了解,本次免费接种对象为景宁60周岁及以上(1965年12月31日前出生)且无接种禁忌症的老年人,持本人身份证即可前往户籍所在地乡镇卫生院(社区卫生服务中心)或居住地附近的接种点接种,接种时间将持续到9月底。

医生特别提醒,流感疫苗是预防流感最经济有效的手段,特别是对老年人而言,能够显著降低感染流感和发生严重并发症的风险。建议符合条件的老年人积极接种,为健康保驾护航。



县检察院开展“法治进校园第一课”活动

本报讯(通讯员 钟金燕)为进一步增强中小學生法治意识和自我保护能力,筑牢校园安全防线,近日,县检察院组织检察干警走进县民族中学,以“法的模样”为主题,开展“法治进校园第一课”活动。

课堂上,检察官结合中学生年龄特点和认知规律,用通俗易懂的语言向同学们讲解了校园欺凌的概念、特点及危害,并

结合多起真实发生案例,让同学们直观的了解到校园欺凌的常见表现形式,以及法律如何对违法者进行制裁、对受害者提供保护,引导同学们树立“法律有底线、行为有边界”的规则意识。

同时,结合现实中的案例,检察官重点讲解了应对校园欺凌的方法,鼓励同学们遇到欺凌时不要保持沉默,要积极寻求帮助,遇到问题学会用法律武器维护合法权

益,并强调法律对未成年人有特殊保护,但违法犯罪仍要承担相应的法律责任。

此次活动,不仅增强了学生对校园欺凌危害的认识,也提高了他们的自我保护能力,为平安校园建设注入了检察力量。下一步,县检察院将充分发挥法治副校长作用,持续加强检校共建,将法治教育融入校园日常,以法治力量护航未成年人健康成长。

冠心病患者的急救知识普及

在当今社会,随着生活节奏的加快和不良生活方式的增加,冠心病已成为危害人类健康的重要疾病之一。我们应了解冠心病患者在突发情况时的应急措施,掌握基本的急救知识,以便在关键时刻能够及时采取行动,挽救生命。

什么是冠心病?冠心病,也叫冠状动脉粥样硬化性心脏病,是由于供应心脏的冠状动脉出现狭窄或堵塞,导致心肌缺血、缺氧,从而引发胸痛甚至心脏骤停。冠心病的发作常常突如其来,尤其是在运动、情绪激动时高发,但休息时也可能发生。所以了解一些急救措施,对于患者本人或身边的亲友来说至关重要。

首先,认识冠心病的典型症状。常见的表现包括:突发的胸骨后压榨感或紧缩感,可能伴有放射到左臂、颈部、下巴、背部或左肩的疼痛。还可能出现出汗、恶心、呕吐、呼吸困难、头晕甚至晕厥。如果出现这些症状,说明可能是心肌缺血或心脏骤停的征兆,必须立即采取行动。

当发现有人出现上述类似症状时,第一时间应保持冷静,迅速采取以下措施:

- 马上让患者坐下或半躺:避免他过度运动或站立,以减少心脏负担。保持安静,避免情绪激动。
- 松开衣领、解开腰带:帮助患者呼

吸顺畅,减少身体负担。

3. 给予硝酸甘油:如果患者已被诊断为冠心病,且医生建议随身携带硝酸甘油片,可在症状出现时让患者口含一片,或由旁人帮助放在舌下,起到扩张血管、缓解症状的作用。注意:如果患者出现头晕、面色苍白、血压下降,应立即停止使用。

4. 让患者咀嚼阿司匹林:如果没有过敏史,且医生未特别嘱咐禁用,咀嚼一片300毫克的阿司匹林,有助于抗血小板聚集,防止血栓扩大,减少心肌损伤。

5. 保持安静,避免剧烈运动:减少心脏负担,等待救援。

6. 拨打急救电话(120):这是最关键的一步。并简要说明患者情况、地址及联系方式,等待专业救援人员到达,注意:在等待过程中要保持冷静,不要随意搬动患者,以免加重病情。确保专业医疗团队及时介入,共同为挽救生命争分夺秒。

如果患者出现意识丧失、呼吸困难或心跳骤停,必须进行心肺复苏(CPR):

- 确认患者是否意识丧失:轻拍肩膀,大声呼叫,观察有无反应。
- 呼叫救援:确定无反应就

立即拨打120,并请旁人帮忙取AED(自动体外除颤器)设备。

③进行心肺复苏:如果没有心跳和呼吸,立即开始胸外心脏按压。双手叠放,掌根放在胸骨中部,用力向下压,每分钟做100-120次,深度约5-6厘米。每做30次按压后,进行人工呼吸,每次吹气约2秒,确保胸部起伏,持续到患者意识恢复。

掌握这些基本的急救措施,能够在黄金救援时间内最大程度地挽救冠心病患者的生命。值得强调的是,预防永远胜于治疗。平时应注意合理饮食、规律运动、控制血压血脂、戒烟限酒,定期体检,早期发现和管理冠心病风险因素。

总之,冠心病突发时,冷静应对、及时施救至关重要。了解基本的急救知识,学会正确的应对方法,不仅可以挽救生命,还能减轻患者的痛苦。希望每个人都能掌握这些实用的急救技能,为自己和他人的健康保驾护航。

(澄照卫生院 黄梅娟 供稿)