

勤洗手、喝开水、吃熟食、趁热吃 水灾过后，谨防疾病侵犯人体

水灾过后，很多疾病开始侵犯人体

据曹明华介绍，水灾过后，各种生活设施被破坏，环境卫生极差，污水、粪便、垃圾无法管理，导致蚊、蝇、鼠类滋生，很多疾病开始侵犯人体。

肠道传染病，如霍乱、伤寒、痢疾、甲肝等。人畜共患病和自然疫源性疾

病：钩体病、流行性出血热等。寄生虫病：血吸虫病。虫媒传染病：疟疾、流行性乙型脑炎、登革热等。皮肤病：浸渍性皮炎（“烂脚丫”、“烂裤裆”）、虫咬性皮炎、尾蚴性皮炎。意外伤害：溺水、触电、中暑、外伤、毒虫咬蜇伤、毒蛇咬伤。中毒：食物中毒、农药中毒等。

个人卫生和饮食卫生要如何注意

“不喝生水；饭前便后洗手；不用脏水漱口或洗瓜果蔬菜；碗筷应煮沸消毒，刀、砧板、抹布也应严格消毒；生熟食品要分开存放；尽量不要接触污水；不要随地大小便；不能直接用手接触死鼠及其排泄物；劳动时应注意防止皮肤受伤，一旦受伤要进行消毒、包扎”。据曹明华介绍，有些食物是坚

决不能吃：直接受水浸泡过的所有食品；已死亡的畜禽、水产品；被水淹过的或受其他原因污染的面粉、挂面、饼干、面包、蔬菜、水果；来源不明、非专用食品容器包装的、无明确食品标志的食品；有异味的剩饭剩菜；以及不能辨认是否有毒的蘑菇、野菜、野果等。

勤洗手、喝开水、吃熟食、趁热吃

曹明华提醒，预防肠道传染病，记住16字防病口诀“勤洗手、喝开水、吃熟食、趁热吃”。

据悉，由于腹泻病是经“粪-口传播”的传染病，因此，只要把住“病从口入”关，是完全可以预防的。注意饮食和饮水卫生是预防肠道传染病的关键。灾后要清除垃圾、污物，消毒环境，管理好粪便、垃圾，减少污染。保护水源免受污染，特别是生活饮水。灾后不要去游泳，减少感染机会。注意个人卫生和饮食卫生。消灭苍蝇。水灾期间建临时厕所，不随地大小便；粪缸、粪坑中加药杀蛆；动物尸体要深埋，土层要夯实；灾后应创造条件修建防蝇厕所。

对于受灾地区，饮水安全很重要，饮水的消毒工作

也必须做好。

“简便实用的是煮沸消毒和氯化消毒法。煮沸消毒是一种最简便而有效的消毒方法。将水煮沸几分钟后，几乎可以将水中所含的全部细菌、病毒杀死。力争做到喝开水，不喝生水，盛放开水的容器要清洁，应设置开水龙头或公用水舀，不要用喝水的杯子直接到容器中去取水”。在农村家庭饮水消毒中以漂白粉、漂白粉精片使用最多，一般每桶水（约25公斤）放漂白粉精片半片即可。消毒方法是将漂白精片研细，用清水调成糊状倒入需要消毒的水中，充分搅拌，加盖静置30分钟后方可使用。漂白粉遇高温、亮光、潮湿会失效，所以必须放在能避光、干燥、凉爽处。

防中暑、防受凉、防蚊虫叮咬

临时野外住宿应注意哪些？

曹明华提醒，临时居所要新建在地势较高、干燥、向阳的地带，在周围挖防鼠沟；还要求有一定的坡度，以利于排水和保持地面干燥；床铺应距离地面两尺以上，不要睡地铺。喷洒消毒、杀虫药水，消除蚊虫孳生地，降低蚊虫密度。夜间睡眠挂蚊帐，露宿或夜间野外劳动时，暴露的皮肤应涂抹防蚊油。

此外，救灾疲劳后要注意休息，注意个人卫生；要防中暑、防受凉、防蚊虫叮咬；生病要及时到当地临时医疗点或卫生院就诊。消毒、除虫、灭鼠方法向当地卫生院咨询。

洪涝期间如何防治中暑？

据悉，洪涝期间，人们在高温下抗洪防汛体力消耗大了，很易中暑。对中暑病人，只要采取适当的方法及时抢救，一般不会出现危险；但抢救不及时或急救方法不对，也可能导致死亡。降温是治疗中暑最重要的方法；将患者置于通风阴凉的地方，全身冷敷加电扇吹风，及时口服含盐清凉饮料，必要时给予葡萄糖生理盐水静脉滴注。用民间传统方法，如用汤匙、硬币边缘刮患者的胸、腹、颈、背及手足弯曲处也有效。

高温季节在户外工作时，要戴遮阳帽，要补充大量水分或淡盐水，口服人丹、十滴水等。



□ 陈旭 星级记者 俞宝强 文/图

连日来，我省连降暴雨，部分地区遭受了严重的洪涝灾害，威胁到了灾区群众的生命财产和安全，目前正值盛夏季节，进入了肠道传染病、老鼠、蚊虫传播的传染病的高发季节，洪涝灾害发生后，水灾易带来哪些疾病和伤害？怎样预防传染病？对此，市场星报、安徽财经网记者采访了省疾控中心卫生应急与疾病传科副科长曹明华。

化解二胎产妇生产危险 应注重产前检查

□ 苏洁 星级记者 俞宝强

“疤痕子宫”、“凶险型前置胎盘”，“胎盘植入”这些医学名词，在如今的二胎时代，已不那么陌生，往往第一胎选择剖宫产的产妇，会留下疤痕子宫，在二胎分娩时往往被标记为高危产妇，生产风险较大。而当这些疾病加并发症的名词都集合在同一名产妇身上时，可想而知，能保住孩子的生命和母亲的子宫，是多么不易。王女士在怀二宝的时候就遭遇了这样的不幸，但经过合肥市滨湖医院医护人员的共同努力，奇迹也降临在她的身上。

二胎生产 无征兆突见红，危机重重

事情发生在半个月前，怀孕才34周的王女士，在无任何疼痛征兆的情况下突然见红了，家人赶紧送去当地医院检查，因为病情较为复杂，当地医院建议转诊到三甲医院就诊，家人当天便将产妇转诊到合肥市滨湖医院产科做进一步检查。

经查，B超提示为前置胎盘，即妊娠28周后，胎盘附着于子宫下段，甚至胎盘下缘达到或覆盖宫颈内口，其位置低于胎先露部。通俗来说，就是胎盘附着在子宫的前壁，一旦行剖宫产术，切口位置所在首当其冲便是胎盘，产妇将会大出血，危及胎儿和产妇性命。医院的核磁共振检查结果更不乐观，是中央型前置胎盘，为凶险型前置胎盘，伴有胎盘植入，这会导致产妇在生产过程中出现大出血、休克，子宫切除可能性大。

化解危机 多学科齐努力，创造奇迹

王女士才27岁，是一个5岁女孩的妈妈，全家人在盼望新生命来临的同时，也为王女士的病情担忧焦虑。手术前一天，来自医院介入科、麻醉科、泌尿外科、新生儿科、重症监护室、输血科、产科等相关科室的骨干医师对术中及术后可能出现的风险和对策进行讨论，做好完全准备，尽量将手术风险降至最低。

怀孕36周时，王女士在全麻下行腹主动脉球囊阻断术+子宫下段剖宫产术。据滨湖医院介入科徐圣德主任介绍说，术前在腹主动脉处放置了球囊管，在剖宫

产胎儿娩出后将预先放置的球囊扩大，堵住血管，有效地暂时性阻断子宫的主要血供，大大降低产妇大出血的风险，为医生采取进一步的治疗争取时间。又过了煎熬的两小时，主刀医生产科刘荃主任走到家属等待区，带来了手术成功的好消息，不仅保住了产妇的性命还保全了产妇的子宫。

专家观点 提倡自然分娩，注重产前检查

孕妇应如何避免生产高风险的发生，合肥市滨湖医院产科刘荃主任给出了两条重要的建议，第一，要选择自然分娩。如果第一个孩子是自然分娩的，那么第二次分娩的产程通常要快些，伤口愈合还会更快，整个生产过程可能会轻松些。第一胎和第二胎怀孕的间隔时间最好是2-3年，减少药物流产，注意个人卫生。第二，要注重产检，女性在怀孕前须严格做好产检，尤其是准备生育二胎的，不能忽视对自己身体各项机能的评估，定期产检，特别是本身患有心脏病、高血压、脂肪肝等基础疾病的产妇，就医时应主动告知医生，对应治疗。