

冬季取暖,警惕“温柔杀手”

寒潮来袭,暖手宝、电热毯、发热鞋垫、保暖贴……各种取暖神器安排上!但你知道吗?这些送温暖的小帮手,有时也会变成“温柔杀手”,给我们带来一种容易被忽视的皮肤伤害——低温烫伤。

不烫却伤是为何?

想象一下,当你把一个暖手宝放在手臂上,温度刚刚好,既不冷也不热,是不是感觉特别舒服?但正是这种“刚刚好”的温度(45℃到60℃),因为不会触发我们的疼痛警报,反而让皮肤在不知不觉中受到了伤

害。低温烫伤,就是这么悄无声息地发生了。

烧烫伤一般分为三个度,I度、II度和III度,而低温烫伤不仅可以导致I度、浅II度这样相对浅度的损伤,也有可能造成深II度或III度的深度烧伤,具体表现有这些:

I度烫伤 皮肤发红、轻度肿胀,出现红斑,这是低温烫伤最常见的表现。

II度烫伤 水疱形成,根据水疱的大小、烫伤的深度还可以分为浅II度和深II度。

III度烫伤 皮肤出现焦痂改变,这是低温烫伤导致的深

度损伤表现,属于III度烫伤的范畴。

取暖达人都这么做

控制热源温度 使用电热毯、暖手宝等设备时,不要将其直接接触皮肤。

定时休息 避免长时间接触热源,建议在睡觉前把电热毯打开,等被窝暖和了就关掉电源再上床,坚决不能整晚使用电热毯。

注意皮肤感受 如果出现温度过高或不适,应立即移开热源,并检查皮肤状态。

注意!糖尿病和血液循环

障碍者、皮肤热敏感度低者,在使用时要格外小心。这些人群的神经末梢感觉迟钝,不适合用暖贴取暖。小孩、高龄者、不能自理者应在特别看护下使用。

低温烫伤急救小技巧

低温烫伤虽然不会立即造成严重损害,但长时间的低温热接触对皮肤的慢性损伤不可忽视。正确的预防措施和早期的治疗可以有效避免伤情加重。

立即移开热源 一旦发现皮肤发红或有不适感,应立即移开热源。

降温处理 皮肤出现发红或者红斑,需要立即对患处进行降温处理,用流动的冷水冲洗或凝胶性的产品冷敷降温至少30分钟,有助于缓解疼痛和控制损伤进展,千万不能用冰水或者冰块冷敷,避免冻伤。

避免挤压水疱 如果形成水疱,需要去医院进一步处理,不要自行挑破,以免引起进一步感染。

及时就医 对于II度或以上的低温烫伤,建议尽快前往医院进行专业治疗,医生可提供局部消毒、换药及必要的抗感染治疗。据《北京青年报》

“医心向党”攻坚突破行动成果丰硕

菏泽市牡丹人民医院成功举办现场观摩会

本报讯(通讯员 陈国栋) 11月28日上午,菏泽市牡丹人民医院召开“医心向党”攻坚突破行动现场观摩会,来自菏泽市卫健委、牡丹区委区政府及相关医疗单位的50余名领导与负责人参加。此次活动旨在展示该院党建成果,推动全区卫健系统党建工作高质量发展。

活动在牡丹区委常委、副区长葛广勋的开场致辞中拉开帷幕。随后,观摩团一行在菏泽市牡丹人民医院党委

领导班子的陪同下,依次参观该院“一支部一品牌”工作展板、红色书屋、市级党代表工作室、“医心向党”党建文化长廊及党员活动室等地,深入了解该院党建文化的丰富内涵和具体实践。

在现场观摩座谈交流会上,该院党委书记、院长高庆祥作了题为《党建引领,医心向党——牡丹人民医院“医心向党”攻坚突破行动成果汇报》的专题报告。高庆祥从医院党建工作的基本情况、主要

做法、取得成效及未来规划等方面进行全面介绍,并分享了该院在党建与业务深度融合方面的宝贵经验。

此次观摩活动得到市、区委领导们的充分肯定和高度评价。牡丹人民医院在党建工作中取得的显著成效,为全区卫健系统树立了榜样。牡丹人民医院将继续发挥模范带头作用,以更高标准、更严要求、更有力措施推动党建与业务深度融合,为实现健康牡丹区的宏伟目标贡献更大力量。

牡丹区黄堽镇卫生院:

“四送四进四提升”,健康义诊暖人心

本报讯(通讯员 孙丹丹) 为扎实推进“四送四进四提升”健康促进行动,进一步提高居民健康保健意识,为辖区居民提供贴心、便利的医疗服务,12月3日,牡丹区黄堽镇卫生院组织医务人员走进黄堽镇辖区洪学达服装有限公司,开展“四送四进四提升”健康义诊活动。

活动现场,该卫生院内科、中医科、外二科医务人员为企业员工进行健康咨询、量血压、听诊、问诊、中医诊疗,细心叮嘱养成良好的生活习惯、日常健康饮食。

该卫生院中医科医生还针对企业女性员工的特殊健康需求,提供中医调理和妇科疾病的指导。医生们面对咨



询者不同的健康问题,用通俗易懂的方式进行病因讲解,通过专业的医疗服务和健康知识的普及,为辖区内企业员工送去健康和关爱。

通过此次义诊,提高了企业职工的健康意识,帮助他们掌握基本健康生活常识和常

见疾病的预防,受到群众的一致欢迎。

下一步,黄堽镇卫生院将结合辖区实际情况,找准群众所及所需,以解决群众看病就医急难愁盼问题为目标,将更周到的医疗服务带到群众身边。

治疗尿路结石,
市三院镜中显神“微”

本报讯(通讯员 沈豪飞 吴鹏媛 王霞) 日前,袁女士和家属将一面写有“德艺双馨,杏林典范”的锦旗,送到菏泽市第三人民医院泌尿外科团队手中,对该院医护人员的热情服务和精心诊治表示感谢。

一个多月前,家住菏泽城区、36岁的袁女士因“腰部疼痛不适5个月”来到菏泽市第三人民医院泌尿外科就诊。袁女士入院后,CT检查结果显示:左肾中度积水、结石多发,较大者直径约1cm;左输尿管上段结石约1.5*1.0cm。袁女士已多次在院外进行体外碎石,未能解决问题,且多次体外碎石对肾脏及输尿管造成损伤。为解除其尿路梗阻,缓解肾积水,拯救肾功能,清除结石,手术是当前的首选治疗方式。

经该院泌尿外科专家充分讨论,并向患者、家属讲解病情及手术方案后,确定治疗方案为“经皮肾镜钬激光碎石取石术”,与传统“切开取石”相比,该方案具有微创、疗效好、恢复快等优点。

手术安排在袁女士入院第二天,由泌尿外科主任医师杨德峰担任主刀,副主任医师郭兴奎、主治医师沈豪飞为助手,在麻醉科人员密切配合下进行。术中,先在“输尿管镜”下将导管插入左侧输尿管,再行“左侧经皮肾镜碎石取石术”。

杨德峰在袁女士腰部开了一个仅约1cm的小孔,建立通道后置入“肾镜”,找到肾和输尿管内的结石,用“钬激光”击碎结石,并同步吸出击碎的结石。碎石后,在其左侧输尿管内放置支架管,以预防石阶形成和输尿管狭窄等,使残余小颗粒样结石容易随尿液排出。

整个手术过程非常顺利,术后5天袁女士恢复良好,康复出院。术后一个月,袁女士按照医嘱来院复查,腹部平片显示:未见结石残留。接着,医生为其取出左侧输尿管内的支架管。第二天,袁女士和家属一起手捧着写有“德艺双馨,杏林典范”的锦旗,送到菏泽市第三人民医院泌尿外科。

“太感谢你了,杨主任,感谢咱们所有的医生和护士。这个结石折腾我快半年了,腰疼得难受,现在终于解决了,太开心了。谢谢!”袁女士真诚表达着对杨德峰及全体医护人员的感激之情。

医者有仁心,患者来感恩。一声感谢,传递的是患者的感激;一面锦旗送来的是对医院医疗服务的认可和对医务人员的信任。菏泽市第三人民医院全体工作人员将继续努力,始终坚持以患者为中心的服务理念,以最好的工作状态和最佳的工作热情为患者提供专业、优质、温馨的服务。