



警惕！儿童溺水意外高发期已到

请教会孩子这些防溺水知识

信息时报讯 (记者 张漫 通讯员 广东疾控) 天气炎热,暑假已到,儿童溺水意外高发期也随之而来。7月13日,河南省驻马店6名学生溺亡的话题登上了微博热搜,令人痛惜。广东疾控介绍,溺水是儿童的头号杀手,是我国及广东省1-14岁儿童首位死亡原因,我国每年死于溺水的儿童约1.2万。

导致溺水的常见危险行为有哪些?

据统计,1-4岁儿童溺水发生高危地点多在脸盆、浴盆/浴缸、室内水缸;5-9岁儿童,溺水发生高危地点多在水渠、池塘、水库;10岁以上,溺水发生高危地点多在池塘、江河、湖泊等地。

导致溺水的常见危险行为主要有以下几种情况:没有成人陪同游泳;到野外开放性水域捉鱼、摸螺等;在水里或水域周围与同伴打闹;进行水上活动时不穿救生衣;在雷雨天气游泳;对自己的游泳能力认识不足所做出的大胆逞能行为;争强好胜,迫于同伴压力尝试冒险;饭后、剧烈运动、饮酒或者服用药物后游泳;身患感冒、眼疾等疾病去游泳。

怎样才能确保游泳和戏水的安全呢?

广东疾控中心提醒,家长除了要教会孩子避免危险行为,还要掌握安全游泳三要素:

- 1、5岁以上的儿童都应该到正规的游泳场所,在专业教练的指导下学习游泳,这是预防溺水需要具备的重要技能之一。
- 2、任何情况下,游泳时必须要有家长或成年人的陪伴,哪怕是年长的兄弟姐妹也不行,因为他们没有监护能力。
- 3、要在有救生员的正规游泳池游泳;不要在有“危险”或“禁止游泳”的湖泊、池塘里游泳;不要在夜晚或照明不佳场所游泳;即使自认为游泳技术很高,也不要陌生的水域、急流或漩涡处游泳。

儿童在游泳前需要做哪些准备?

四种情况不宜游泳:身体状况欠佳时不宜游泳,如疲倦、生病、生气等;切勿在饥饿或过饱的状态下游泳,通常饭后一小时以后才能下水;禁止酒后游泳;禁止剧烈运动后游泳,尤其是满身大汗、浑身发热时下水游泳,极易引起抽筋、感冒等。

游泳前带齐游泳装备:下水的装备要带齐全,包括泳镜、泳衣/裤和泳帽;不会游泳或游泳不熟练者需要佩戴足够安全的漂浮设备;充气臂圈、充气游泳圈等只是娱乐玩具,并不能完全保障安全。

家长要教育孩子,清楚自己的游泳水平,不可过于自信而贸然下水及下水后逞能;下水前,先做热身运动,把身体各个关节活动开;若水温低,应在浅水区用水淋洗身体,待适应水温后再下水游泳;下水前要与成人清楚约定求救手势,以备急用。

游泳时要注意哪些事项?

游泳时禁止危险行为,包括与同伴开过分的玩笑和动作(如边游泳边吃东西、将同伴压入水中或拖入水等)。在游泳中如果突然觉得身体不舒服,如眩晕、恶心、心慌等,要立即上岸休息或向同伴打手势求救,尽快上岸。不要在恶劣天气如雷雨、刮风、天气突变等情况下游泳。在海中游泳,要沿着海岸线平行方向游,游泳技术不佳或体力不充沛者,不要涉水至深处。游泳持续时间一般不应超过1.5至2.0小时。

这家医院专家门诊周末“不打烊”

珠江医院全面开启“周末无差别”就医模式,各科室各诊区均有专家坐诊

信息时报讯 (记者 张漫 通讯员 伍晓丹 韩羽柔) 周末也可以看专家门诊吗?记者近日从南方医科大学珠江医院获悉,自7月3日起,珠江医院全面开启“周末无差别”就医模式,周末与工作日一样,医院各科室各诊区均有专家坐诊,所有辅助科室也会正常提供相关服

务。

珠江医院相关负责人表示,很多上班族族常年坐办公室和伏案工作,或者经常熬夜、加班,亚健康状态比较常见,然而父母上班,孩子上学,平常很难请假去看病。还有一些慢性基础疾病的老人平时要带孙子,周末子女放假了,才有

时间看医生。

针对这些人群特点,珠江医院不少科室在全面开通周末门诊的基础上,特别增派了人手,尤其增开了专家门诊,如中医科、皮肤科、耳鼻喉科、妇产科、老年科等,尽力满足工作日看病困难的人群就医。

据了解,为真正实现“周末就医无差别”,珠江医院门诊出诊相关的挂号、收费、抽血、药房、集中采样点、入院办理、检验、病理、影像检查(DR\CT\MR)、超声检查、胃肠镜检查、心电图检查、脑电图检查、肺功能检查等,也均在全天提供连续服务。

三叉神经剧痛难忍 阿婆毛巾捂脸半年

“针尖内手术”为其解除病痛,医生称该病难自愈须到正规医院就诊

信息时报讯 (记者 张漫 通讯员 郑琳) 记者从广东三九脑科医院获悉,近日,该院医生通过“针尖内手术”,为广西一位患三叉神经痛十年的69岁黄阿婆彻底解除了病痛。

据黄阿婆女儿王女士回忆,早在十年前,黄阿婆就因为左边脸颊疼痛在当地医院被确诊为三叉神经痛。“本来吃药控制得很好,但是半年前开始疼痛加重,

吃药也没有效果了。”王女士说,因为担心风一吹三叉神经痛就发作,她每天拿着一块干毛巾捂着脸颊,连吃饭都捂着。

在当地医院,黄阿婆曾接受过一次微创手术治疗。然而术后两三天,三叉神经痛又开始发作,洗脸痛、刷牙痛、风吹痛……甚至连用手轻轻一扫额头发,也会痛到流泪。为寻求进一步诊疗,黄阿婆在女儿的陪同下,来到广东三九脑科

医院治疗。

该院接诊的神经外科主任欧阳辉教授结合患者临床症状,认为三叉神经痛的诊断明确,可采用微球囊压迫术治疗。7月10日,神经外科团队在患者脸上扎了一个针尖样的小孔,并利用这个小孔为患者实施了左侧三叉神经半月节微球囊压迫术。术后不再疼痛的黄阿婆,也顺利出院。

提醒

欧阳辉介绍,微球囊压迫术也称“针尖内手术”,整个创口仅有一个针眼大小,特别适合年老、体弱、有严重系统疾病或拒绝开颅手术的患者。他强调,“三叉神经痛很难自愈,疼痛剧烈难以忍受,如果诊断有误,后果严重,所以当脸部有明显发作性剧痛时,请立即到正规医院神经外科就诊。”