

年后复工咳嗽、嗓子疼原因在这

株洲日报全媒体记者/刘琼
通讯员/张曦予

“咳咳咳，咳咳咳……”节后复工，你有没有发现身边的咳嗽声此起彼伏，还有不少人直呼嗓子疼、喉咙肿。

有人甚至说道：“好不容易躲过年前的流感、支原体肺炎高峰，没想到这一次中招了。”

为何这么多人中招？该如何预防？

症状多为嗓子疼、咳嗽

“左防右防，没想到我还是倒下了。”2月26日早上，市民刘女士起床后发现自己喉咙痛、头疼，四肢酸痛还有些全身发冷。她测量才发现，自己的体温竟高达38.7摄氏度。

原来，新年复工不久，刘女士的办公室就有好几个同事出现感冒症状。有的是喉咙痛，有的是刚退烧，有的则是咳嗽不止。

“明明春节假期天气不错，为啥大家都感冒了？”刘女士说，为了避开这波感冒高峰，她在办公室时基本都戴着口罩。可前两天家族聚餐时，她还是发现同桌者有几位感冒的。她猜想，正是这次聚餐让病毒有了可趁之机。

这几天，同样被咳嗽折磨得痛苦不堪的还有市民小李。32岁的小李平日身体不错，可从过年起，家里陆续有人感冒，他也没躲得过。

“我这次不怎么发烧，主要是咳嗽，咳得胸部痛。”小李说，为此，他吃了各种止咳药、抗生素，可效果都不明显。更要命的是，其症状在白天还不算严重，一到晚上就咳嗽不止，常常彻夜难眠。

对于市民张女士而言，这个春节让她有些难忘。因为从正月初三开始，她就出现嗓子疼、喉咙肿，像“吞刀片”一样的症状。到了后期，她甚至出现失声状态。

“面对满桌的美食，我却因为嗓子痛望而却步，真是痛苦。”张女士无奈地说。

30%患者新冠病毒检测呈阳性

“春节假期至今，我们的接诊量一直维持在高水平。”市中心医院感染内科主任谭英征介绍，该院发热门诊接诊量较年前大幅增加，有的重症患者甚至出现了肺炎。

值得一提的是，其发热门诊接诊的患者中，约有30%的患者新冠病毒检测呈阳性。

“目前流感病例在逐渐减少，天气转暖后流感病例数将会继续下降。但是近期新冠病毒感染病例有所增加，节后预计还会增加，大家仍然需要做好个人防护。”谭英征说。

“最近这段时间，急性咳嗽至少占了一半，其中不乏主诉咽痛的患者。”市中心医院急诊科负责人刘安民介绍，该科室日接诊量超过400人次，绝大部分患者因为咳嗽、咳痰、咽部不适等上呼吸道感染症状前来就诊。

就诊患者当中，年前高发的流感(甲流、乙流)患者有所减少，细菌感染、新冠感染的人数有增多趋势。此外，也有一些新冠病毒感染以及腺病毒感染的患者。同时，医院也发现了不少多种病原体混合感染的病例。

多重因素叠加，引发感染高峰

节后呼吸道感染患者增加，这是为何？

“冬春季本就是呼吸道感染疾病的高发季。其中，绝大多数的呼吸道疾病是由病毒感染引起的。”谭英征介绍，近期呼吸道感染人数增加，也跟春节期间人员大规模流动和聚集有关。因为拜亲访友、外出旅游等势必扩大呼吸道病原体传播范围，呼吸道疾病自然就容易增加。

此外，市民的健康防护意识也在减弱，尤其是在公共场所不佩戴口罩，也会提高一些呼吸道病原体传播的风险，增加交叉感染的机会。

怎么缓解咳嗽、嗓子疼？谭英征建议，针对咽部不适，市民要适当增加饮水，建议每日饮用2000毫升水，可多饮清肺润燥的茶汤，如小吊梨汤等。也可以选择中药茶饮，如胖大海茶、柑橘茶；要多多样化饮食，保证优质蛋白摄入，补充新鲜蔬果，结合适当的锻炼、充足的睡眠，增加机体活力；必要时可以通过加湿器改善环境湿度，有助于缓解嗓子疼症状。

“这些大多是自限性疾病，市民可选择对症治疗来缓解不适。”谭英征表示，如疼痛非常明显，可以用上止痛药；嗓子干痒，吃点润喉糖缓解；如果咳嗽厉害，止咳药物也有很多种，除了西药，也可以考虑如蒲地蓝口服液、蓝芩口服液等中成药以及中药等。

值得注意的是，即使是同一种疾病，服用同一种药物的效果也可能因人而异，不要盲目“跟风”。如果要同时服用多种药物，最好还是在医生指导下进行。

男子股动脉断裂多亏遇到了他们

株洲日报全媒体记者/刘琼 通讯员/尚睿君
股动脉属于大动脉，一旦出现断裂，死亡率极高。近日，工作时不幸遭遇股动脉断裂的黄师傅却死里逃生，只因他碰上了沉着冷静的工友和技术精湛的医生。

几天前，黄师傅在工作时一不留神，右大腿卷入正在运转的机器中。当时，只听他大喊一声便倒在地上，神情痛苦。很快，一旁的工友看见其右大腿血流如注，见状，冷静的工友赶紧取来物品压住伤口，并以皮带捆扎于黄师傅的大腿根部。同时，拨打了120急救电话。很快，黄师傅被送到市中医骨科医院。

“患者入院时面色苍白、四肢湿冷、血压低，处于严重创伤性休克状态，命悬一线。”手足科主任李康贵介绍，若不是工友及时采取急救措施，黄师傅可能在出事后几分钟内就因大量出血而死亡。

为了将命悬一线的黄师傅救回来，医院立即开通绿色通道，来自手足科、麻醉科、输血科等科室的专家集结在手术室。

一切准备就绪后，李康贵主刀为黄师傅修复股动脉。只见他逐层探查，快、准、稳地将损伤的血管、神经、肌腱一一缝合，手术用时3个小时。术后不久，患者下肢恢复了供血。

李康贵提醒，对于市民而言，当发生动脉断裂时，最好的自救方法就是迅速使用干净衣物加压包扎伤口，再立即前往最近医院救治。

提供“一站式”孕期保健服务来这家医院生娃很轻松

株洲日报全媒体记者/刘琼 通讯员/顾言心
龙年到来，不少人计划生个龙宝宝。如何让孕妈妈享受更好地孕期保健服务？2月27日，记者从市妇幼保健院获悉，作为我市唯一一家三甲妇幼保健院，该院可为孕妈妈提供“一站式”服务。

这些特色服务项目包括：特色专科门诊为孕妈妈提供精准诊疗服务；助产士门诊让孕妈妈减少孕期疑惑；“家庭化病房”可让孕妈妈从待产、分娩到产后恢复都在同一间病房内完成，实现生娃“零”转移；多学科团队、多对一服务；“无痛分娩”“术后镇痛”减轻分娩疼痛；各项中医适宜技术可让孕妈妈和孩子更好地恢复；特需门诊产检提供管家式陪同服务；无假日医院，天天都有专家坐诊；“互联网+上门护理”可实现服务到家；流动产检进社区，让孕妈妈在家门口享受安心产检等。

市妇幼保健院相关负责人提醒，定期产检对于孕妈妈非常重要。对于有妊娠合并症的孕妇，一旦出现头晕、心慌眼花、下肢水肿等状况时，应该及时咨询产科医生，遵医嘱产检。

同时，在饮食上要注意荤素搭配，如果血糖不高的话，适当多吃水果、蔬菜，适当活动。

患者家属致电“12345”点名表扬她

株洲日报全媒体记者/刘琼 通讯员/谭盼盼
“我要感谢这位护士，她真是既敬业又暖心。”2月22日，省直中医院接到了株洲市“12345”转来的一通感谢电话，被点名表扬的则是该院急诊科护士董晓娟。

原来，2月21日晚上，一名88岁老大爷被家人送到省直中医院急诊科就诊。由于大便失控，老人弄脏了衣物、床单，浑身散发着一股臭味。

“没事，我来处理。”接诊后，没有任何迟疑，董晓娟立马拉起围帘，帮助老人清理大便。随后，又配合医生为老人展开救治措施。

“说实话，就是家人都很难做到

这一点，她没有一点嫌弃的意思。”回忆起当晚的场景，老人的女儿高女士(化名)仍感动不已。

为此，她偷偷记下董晓娟的名字。第二天，便拨通了“12345”热线，特意向这位暖心的护士致谢。

“其实我只是做了本职工作，真没什么。”得知自己被患者家属来电表扬，董晓娟直言有些意外。

事实上，这并非她首次获得患者和家属“点赞”。已工作15年的她有着丰富的护理经验，无论何时，只要碰到他人需要帮助时，她总愿意搭把手，在她看来：“只有用爱心、耐心、同情心为广大患者解除疾病，才能不负患者的信任。”



患者家属和董晓娟合影。通讯员供图

好消息！省直中医院3月8日将开展大型义诊

株洲日报全媒体记者/刘琼 通讯员/谭盼盼
想体验中医独特优势的市民可别错过了这波福利。3月8日，省直中医院将开展主题为“关爱女性健康，爱与你一路同行”义诊活动，旨在倡导健康生活方式，提供优质的医疗服务。义诊活动设在省直中医院产院院区门诊一楼大厅、内科三楼，市民可免费挂号以下科室：妇科、中医妇

科、乳腺科、甲状腺、疝、血管外科、内分泌(糖尿病)科，并享受部分免费检查项目，例如测血糖、糖化血红蛋白。此外，市民还可参加妇科健康讲座，并享受中医妇科四大调理组合优惠。

如何参与这次义诊？省直中医院相关负责人介绍，市民可提前关注该院官方微信公众号预约报名，或前往该院门诊2楼至4楼人工挂号收费窗口报名。

公益广告

株洲日报

电动车夺命只需100秒

电动车消防安全知识

电动车充电为何频频引发火灾？



- 1 很多电动车充电都在夜晚，且部分车主未在规定地点停放充电，导致意外发生的第一时间无人知晓，延误救火最佳时机。
- 2 部分车主为了充电方便，私接电线，极易引起电路故障，从而引发火灾。
- 3 大多数车主一般下班回家就为电动车充电，次日早上上班时拔下电源，连续充电时间一般超过12个小时，容易引起电瓶起火或爆炸。

设计/左骏