

5日,北京市疾控中心发布数据显示,目前北京市流感样病例报告数较前期有所上升,随着气温逐渐降低,预计未来全市流感病毒活动强度将会继续上升,由流感病毒导致的集中发热疫情将进一步增多。同时,市疾控中心提示,高危人群以及与患者共同居住者要做好防护。



北京进入流感高发季

高危人群须做好个人防护

□本报记者 唐诗

截至11月底全市报告流感导致集中发热19起

市疾控中心发布数据显示,11月27日-12月3日,全市二级以上医疗机构流感样病例百分比1.65%,略高于前一周的1.46%以及去年同期水平的1.35%。

市流感病原学监测显示,11月20日-26日,全市共采集、检测呼吸道标本426件,流感病毒核酸阳性70件,阳性率为16.43%,与前一周的13.05%相比略有上升,阳性标本中以甲型H3N2亚型为主,同时还有甲型H1N1流感、乙型流感病毒。

同时,今年9月1日-11月30日,全市共报告流感导致的集中发热疫情19起,主要是由乙型流感病毒、甲型H3N2亚型流感病毒及甲型H1N1流感病毒引起。全市流感病毒活动度较前期有所上升,出现甲型H3N2亚型流感病毒、乙型流感病毒、甲型H1N1流感病毒共同循环,且以甲型H3N2亚型流感病毒和乙型流感病毒为主。

据市历年流感监测数据显示,市流感流行高峰期一般为12月至次年的1月份。随着气温的逐渐降低,预计未来我市流感病毒活动强度将会继续上升,由流感病毒导致的集中发热疫情将进一步增多。并且,不排除流感高危人群中出现由流感所导致的重症、危重和死亡病例的可能。

流感高危人群是哪四类?

流感高危人群是指患流感后

发生严重并发症甚至死亡风险较高的人群,包括以下四类。

孕妇;
5岁以下儿童(2岁以下者更易发生严重并发症);

65岁及以上老年人;
慢性基础性疾病患者,高危基础性疾病包括:呼吸系统疾病(哮喘、慢性支气管炎和肺气肿、其它肺部疾病)、心脏病(动脉粥样硬化性心脏病、心肌病、慢性充血性心力衰竭、先天性心脏病)、神经发育障碍(脑瘫、肌肉营养不良、认知障碍)、代谢性疾病(糖尿病)、免疫功能障碍、采用透析治疗的慢性肾功能不全、慢性肝病(特别是肝硬化)、病态肥胖、血液系统疾病(镰状细胞性贫血、地中海贫血)及长期服用阿司匹林的青少年(有发生Reye's综合征的风险)。

流感病情出现7种变化应及时就医

充分休息,多喝水,饮食应当清淡易于消化和富有营养。不建议带病上班、上学。

遵照医嘱按时服药。
密切观察病情变化,尤其是老年和儿童患者。患者病情出现以下变化时,应及时就医:

- A.持续高热;
- B.咳嗽加重,痰量明显增加;
- C.呼吸困难或胸痛;
- D.口唇紫绀;
- E.严重呕吐、腹泻,出现脱水表现;
- F.神志改变;反应迟钝、嗜睡、惊厥等;
- G.原有基础疾病明显加重。

建议流感样症状消失48小时后复工复课

患者尽量单间居住,减少与共同居住者的接触机会。

咳嗽和打喷嚏时应使用纸巾遮掩口鼻。

患者使用卫生间后应立即通风,并进行清洁和消毒。

在接触呼吸道分泌物后应当使用清洁剂洗手或者使用消毒剂消毒双手。

在家庭共同区域活动时需戴外科口罩。患者如需离家(如到医院就诊)需戴外科口罩。

患者体温恢复正常、其他流感样症状消失48小时后,可复工、复课。

高危人群及密切接触者做好个人防护

家庭成员,尤其是流感高危人群应尽可能避免与流感患者密切接触。所有家庭成员与患者密切接触时要注意个人卫生,并做好个人防护。

直接接触患者后,或处理患者使用过的物品、接触呼吸道分泌物后,应当使用清洁剂洗手或者使用消毒剂消毒双手。尽可能相对固定的1名非流感高危人群的家庭成员照顾、接触居家休息和隔离治疗的流感患者;近距离接触患者时,应戴口罩。

应密切观察家庭成员的健康状况。一旦家庭成员出现继发的发热和急性呼吸道感染等异常症状,根据情况及时就医。

咳嗽不能忽视 有“苗头”要及时就诊

□本报记者 张晶

进入秋冬交换季节,老年病科门诊因咳嗽就诊的患者明显增多,一日下午,门诊医生如常出诊,一位70多的老大爷一进诊室就说:“大夫,我咳嗽,给我开一些止咳药。”经过医生查体,听诊双肺呼吸音粗,肺部可闻及湿罗音,行胸片检查,结果提示肺部感染,详细询问病史,患者这段时间伴有胸闷,活动后喘憋,收住院治疗。如今,老大爷肺部感染已经好转出院。

据广安门外中医医院老年病科门诊医生介绍,老年人由于肺的通气功能、抵御外邪的能力减退,因此,其缺氧能力较差,平素容易外感邪气,不易恢复,对

季节气候的变化、交替适应性差,易发生呼吸道疾病。老年人肺部感染是临床上常见病多发病之一,病情急而且多数患者伴有各种慢性疾病,如不及时治疗会导致病情加重,从而引发全身多系统并发症而危及生命。

医生介绍,风寒者忌食生冷瓜果,及肥甘滋腻之品;风热者痰黏难处,定时翻身扣背等。日常生活中重视锻炼身体,增强抵抗外邪的能力,增强正气,“正气存内,邪不可干”。

另外,医生提醒,咳嗽虽是常见病,但在老年患者中也不能忽视,还要及时就诊,在医生指导下用药。

劲松口腔率先驱动 “种植牙以生物学为导向”

提升国内种植技术创新驱动力,劲松口腔快人一步,全面开展“以生物学为导向的国际前沿种植技术”

由劲松口腔医疗集团学术委员会和荷兰奈梅亨大学牙学院共同主办的“第二届中荷口腔种植交流会暨以生物学为导向的口腔种植专题研讨会”在劲松口腔方庄医院落下帷幕。

本次跨国种植技术交流会,有效发挥了劲松口腔医院作为“科技创新企业”和“国际学术交流中心”的作用,实现了对北京口腔种植技术升级的辐射带动,加速医技升级提供了重要的国际交流机会。

交流会上,劲松口腔医疗集团学术委员会主席,潘巨利教授结合口腔种植生物学前沿进展,从独特的角度为大家解析了:“以生物学为导向的口腔种植问题”,打开种植新视角。远赴中国参会的国际牙科研究协会(IADR)“杰出科学家奖”获得者、荷兰奈梅亨大学牙学院院长John Jansen教授,对劲松口腔医院给予了高度赞扬和肯定:“劲松口腔是我去过的口腔医院中,各项设备、服务、技术都很标准规范全面的口腔医院代表,种植临床工作已达国际水准,完全与欧洲种植技术并驾齐驱”。

劲松口腔医院是一家拥有十

八年品牌历史的大型口腔连锁机构,在京已开设七家口腔医院连锁。拥有博士、硕士、医疗骨干300余人。始终坚持医疗技术接轨国际,率先建立可视化消毒供应室、引进显微治疗仪、开设劲松集团口腔医疗培训中心等。

随着“以生物学为导向的口腔种植”开展,提升国内种植技术创新驱动力的同时更是拉大了与普通口腔机构的专业差距,为缺牙市民提供更先进的种植牙体验。

咨询电话:400-004-0525 网址:www.bj525.com

心理培训·企业EAP·职工心灵驿站建设

心理健康 专业服务 北京五二五科技有限责任公司

北京亦庄国际投资发展有限公司工会不慎遗失工会法人资格证书正本,证号:京工法证字第017790579号,特此声明作废。

2018锦绣江山全国旅游年票开始发售



仅需98元,可畅游北京十三陵、太平洋海底世界、云居寺、临汾壶口瀑布、本溪水洞、黄山西递、四川熊猫乐园等28个省市1041家场馆,其中813家免费不限次,191家免费一次,合计免票价值6.1万元。

2018版锦绣江山年票新增400多家知名风景区、森林公园、博物馆、温泉水世界、滑雪场、亲子乐园、儿童体验馆、文化演出、快乐农场、采摘园、自助烧烤等。

年票办理手续简单,购买没有户籍年龄等限制,购票后贴上自己的一寸照片,即可全年使用,有效期至2018年12月31日。随卡赠送使用手册一本,每个景区的介绍、地址、电话等信息一目了然。使用不分年龄,老少皆宜,不限人群,四季适用,冬季滑雪泡温泉,春季踏青赏花,夏季戏水逛博物馆,秋季采摘登山观红叶。

含京津冀245家,北京天津包含乐多港奇幻乐园、蟹岛嘉年华、蓝

调庄园温泉、红炉温泉、阳光丽城温泉、龙脉温泉、莲花山滑雪场、昌平雪世界、红剧场功夫传奇、功夫剧熊猫、杂技汉风、考拉大冒险儿童成长乐园、蝴蝶来野艺术生态乐园、爱乐城儿童乐园、洼里、乐ZOO动物乐园、索尼探梦科技馆、清凉谷玻璃栈道、金翠湖农庄自助烧烤、十三陵、云居寺、定都阁、龙门涧、丫髻山、八达岭水关长城、圣莲山、西山森林公园、鹫峰、金海湖、太平洋海底世界、白草畔、圣泉山、喇叭沟森林公园、百花山、云蒙山、冶仙塔旅游风景区、呀路古热带植物园、第五季生态农场、宝成博物苑、小站练兵园、张学良少帅府、大觉寺、大钟寺、石刻艺

术博物馆、中国地质博物馆、国家动物博物馆、中国紫檀博物馆、正阳门城楼、先农坛、白塔寺、智化寺、东岳庙、孔庙和国子监博物馆、中国铁道博物馆、郭沫若纪念馆、李大钊故居、野三坡、五岳寨、抱犊寨、秦皇岛滑沙、唐山清明上河园等。全国1041家场馆名单请登陆:

中国通票网:www.tongpiao.cn

微信公众号:通票网查询

订票热线:400-700-8448

团购热线:010-82001231

购票地点:双秀公园、国际雕塑公园、北辰剧场、天桥剧场、梅兰芳大剧院、紫檀博物馆、世界花卉大观园、顺义河北村体验园等。

锦绣江山 全国旅游年票一卡通 2018年北京版使用手册

出行指南 景区门票 景区优惠 景区公告

本手册含京津冀245家景区门票 1041家 景区 全年免票175元 191家 景区 全年免票不限次 191家 景区 全年免票一次 官方网站:www.365-china.cn 服务热线:400-004-0525 客服电话:400-700-8448