

冰火交响共迎盛会 哈尔滨亚冬会火种成功采集



1月20日,采火使者正在传递火种。新华社记者 张涛 摄

新华社哈尔滨1月20日电 (记者 杨思琪 王君宝) 大寒,冬之落幕,春之序曲。1月20日,距离哈尔滨第九届亚冬会开幕倒计时18天,火种采集仪式在哈尔滨太阳岛风景区举行。

松花江穿城而过,太阳岛风景区居于城市中心,是典型的江漫滩湿地。广场上,古朴端正的太阳石巍然矗立,两侧的连山形冰雕连绵起伏,象征着“冰天雪地也是金山银山”的美好寓意。

11时整,亚冬会火种采集仪式正式开始。“因为热爱,所以奔赴……哈尔滨冰雪暖世界……”90名儿童组成情景合唱团,唱响《冰雪暖世界》。歌声轻盈而温暖,演绎着“冰城”的热情与欢腾,传递着奥林匹克精神所倡导的相互了解、友谊、团结和公平竞争。

11时14分许,火炬点燃,火光跃动。本届亚冬会火炬主题为“澎湃”,高约735毫米。整体造型似绽放的丁香花,采用中国

红、丁香紫、冰雪白等色彩,兼具中国古典与现代艺术相结合的美感。

本届亚冬会火炬传递火种采集仪式总导演王征介绍,整场仪式讲求人与自然的和谐共生,舞美设计以尊重自然为宗旨,将冰天雪地的自然景色与浓郁的人文风情融为一体。

王征表示,尽管室外气温低至零下十几摄氏度,但所有工作人员不畏严寒,展现出昂扬的精神状态。这种坚毅、乐观与奉献,正是“尔滨”人独特的气质。合唱团的孩子大多是小学三年级到五年级的学生,他们在亚冬会的浓郁氛围中度过特殊的寒假。

九名采火使者来自黑龙江省多所高校,经过一个多月的礼仪培训和形体训练。为了在这一刻的惊艳,他们付出了无数的努力和汗水。

冰雪同梦,亚洲同心。第九届亚冬会将于2月7日在哈尔滨启幕。

守护呼吸健康:正确认识肺炎支原体肺炎

晋中市中医院儿科主任 李娟

作者简介

李娟,副主任医师,硕士。山西省“三晋英才”支持计划青年优秀人才,晋中市2024年度专家型人才。

入冬以来,随着天气逐渐转凉,儿童各类呼吸道疾病扎堆来袭,最受大家关注的还是肺炎支原体肺炎。肺炎支原体肺炎到底是一种什么样的疾病?为什么它在这个季节如此“活跃”?今天,就让我们一起来揭开它的神秘面纱。

一、认识肺炎支原体肺炎

肺炎支原体肺炎是由肺炎支原体引起的急性肺部感染性疾病,可以累及支气管、细支气管、肺泡和肺间质,是我国5岁及以上儿童最主要的社区获得性肺炎,占住院儿童社区获得性肺炎的10%至40%,但近年来有低龄化趋势,1至3岁的患儿数量有所增加。

肺炎支原体既不是病毒,也不是细菌,而是已知的独立生存的最小微生物,缺乏细胞壁。肺炎支原体主要通过呼吸道飞沫传播,在患者咳嗽、打喷嚏、流鼻涕时,周围的人就可能“中招”。尤其是在人员密集、空气不流通的环境中,如学校、幼儿园、养老院等,更容易传播和流行。

二、肺炎支原体肺炎的临床表现

肺炎支原体肺炎以发热、咳嗽为主要症状,可伴有头痛、鼻塞流涕、咽痛、耳痛等。发热以中高热为主,持续高热者预示病情重。咳嗽初期以刺激性干咳为主,干咳少痰,且夜间咳嗽加重,部分患儿有喘息表现,主要是以低龄儿童尤其以婴幼儿多见。如果出现持续高热、频繁咳嗽、呼吸气促等症状,提示病情比较重,一定要及时就医。患儿退热后,咳嗽还可能持续1至2周。

肺部早期体征可能不明显,随病情进展出现呼吸音降低和干、湿性啰音。肺炎支原体肺炎还可能引发肺外并发症,如皮疹、关节痛、心肌炎、心包炎、肝炎、周围神经炎、脑膜炎、溶血性贫血和血小板减少等。患儿还可能出现食欲不振、恶心、呕吐、腹泻等消化道症状,以及疲乏无力、肌肉酸痛等症状。

三、肺炎支原体肺炎的治疗

1.肺炎支原体肺炎轻症患者,主要是居家护理、对症治疗就可以了。重症患儿,建议住院接受规范治疗。

2.抗菌治疗:由于肺炎支原体没有细胞壁,青霉素、头孢菌素等抗生素对其治疗无效。罗红霉素、阿奇霉素、红霉素等大环内酯类抗菌药物是支原体肺炎的首选治疗药物。对于大环内酯类抗生素耐药的患者,医生会根据具体情况选用其他抗生素,四环素类(米诺环素、多西环素)或喹诺酮类(左氧氟沙星、莫西沙星),但这些药物在儿童使用时有一定限制,需要谨慎评估。有部分家长认为,给患儿服用

多西环素效果好、作用快,就盲目给患儿用药,医生并不推荐,这些药物都应在医生的指导下合理使用。

3.糖皮质激素的治疗:主要用于重症、危重症患儿,总疗程一般不超过14天。肺炎支原体不仅能直接损伤机体,还导致免疫损伤,激素能有效减轻对机体的免疫损伤。激素的使用与否、剂量、疗程由医生根据具体情况决定,肺炎如果遵医嘱正确使用激素治疗,一般无明显后遗症。

4.对症治疗:止咳祛痰、退热、氧疗、雾化吸入、理疗等。

四、肺炎支原体肺炎的中医治疗

在西医治疗的基础上,尽早联用中药协同增效,可以提高治疗效果、减少不良反应,有效预防后遗症的发生。

1.中药汤剂:我们按照肺炎初期、中期、恢复期辨证论治,形成协定处方“肺炎1、2、3号”方,并依据孩子的症状、体征,随症加减。尤其对于高热不退、食欲不佳、咳嗽久不愈、口服西药效果不明显的患儿,口服中药能够有良好的疗效。

2.中医适宜技术:小儿肺炎的中医外治疗法安全有效,其中包括拔罐、艾灸、中药敷贴、推拿按摩等,此类治疗作为儿童肺炎的辅助治疗可缓解症状、促进恢复。推拿按摩:急性期选择清肺平肝、豁痰平

喘等手法;恢复期选择益肺健脾手法,促进肺炎恢复。敷背贴通过膏药直接作用于背部皮肤,增强宣肺止咳,清热化痰的功效。拔火罐,取穴肩胛双侧下部,用于肺炎后期湿性啰音久不消者。

五、肺炎支原体肺炎的预防

目前还没有针对肺炎支原体感染的有效疫苗,但养成良好的卫生习惯对避免感染很重要。

1.勤洗手:注意手卫生,要用肥皂或洗手液,在流动水下洗手。

2.多通风:经常开窗通风,让室内空气保持新鲜。

3.少聚集:呼吸道疾病高发季节,尽量减少去人员密集、空气不流通的场所,必要时最好佩戴口罩。

4.注意呼吸道礼仪:咳嗽、打喷嚏时,用纸巾捂住口鼻,或用手肘遮挡,并将纸巾扔进带盖垃圾桶。

5.增强免疫力:均衡饮食,充足睡眠,加强体育锻炼,增强体质,提高抵抗力。

总之,肺炎支原体肺炎是一种常见的呼吸道疾病,虽然会给我们的健康带来一定影响,但只要我们了解相关知识,做好预防措施,在患病后及时就医、规范治疗,都能够顺利康复,让我们共同守护儿童的呼吸道健康!



名医话健康

主办单位:晋中市卫生健康委员会

第243期