市疾控中心发布中秋国庆假期疾病防控提示

出行前要密切关注目的地健康风险情况

日报消息（全媒体记者范桢）昨日，市疾控中心发布中秋国庆假期重点传染病防控提示，提醒广大群众在假期出行前，要密切关注目的地传染病疫情形势及相关部门发布的健康风险提示，合理安排行程，如出现发热、咳嗽等症状，建议暂缓出行。

该中心疾控专家表示，今年中秋国庆假期较长、群众出行意愿较强，人员跨区域流动、出入境人数和聚集性活动将会明显增加，一定程度上可能增加新冠病毒感染、登革热等传染病疫情传播风险。

市疾控中心提醒市民，旅途中，在人员密集的公共场所、客运场站及乘坐公共交通工具时科学佩戴口罩，做好个人防护。假期出行期间注意饮食饮水卫生，保持良好的个人卫生习惯。外出时做好防蚊虫叮咬措施，前往鼠疫、流行性出血热等疾病自然疫源地时不接触疫源动物及产品，有可疑猴痘接触史的人员做好自我健康监测。返程后，个人要做好自我健康监测，若身体出现异常症状及时就诊，主动告知医生外出经历。

专家提醒注意鹦鹉热等人畜共患病

日报消息（全媒体记者张捷）近日，市动物疫病预防控制中心组织技术人员，对市动物园饲养的30只鹦鹉进行“体检”，技术人员提取的样品核酸，经检测相关指标显示正常。

此次检测市动物园30只鹦鹉样品、4份环境样品。经检测，新城疫、禽流感H5、H7亚型病原核酸阴性。

市动物疫病预防控制中心相关负责人介绍，新城疫是鹦鹉常见疾病。禽流感是人畜共患病，饲养员、游客到动物园里与大自然接触，就很有可能被携带病毒的动物所感染。另外，鹦鹉热病是人类感染鹦鹉热衣原体所致。人类感染鹦鹉热衣原体，通常是由人接触玩赏鹦鹉等鸟类引起的。患者典型的感染症状是突然发热、寒战、头痛、不适、肌痛。患者一般不咳嗽，同时伴有呼吸困难和胸部紧迫感。

放假睡太『饱』，对身体好吗？

昼夜节律的前提下适当补觉 可以放慢生活节奏 在不打破原有

日报消息（全媒体记者庄子莹）即将迎来八天假期，你打算怎么过？除了回家探亲或外出游玩，也有不少人表示，平时工作或学习压力大，这个假期哪儿也不去，要在家里睡个够。不过，在假期里突然一下子睡太多，究竟是好还是不好？我们又该如何把握假期，调整自己的状态？昨日，记者就此采访广西脑科医院睡眠医学科主任潘丽妹。

“由于平时工作、学习忙碌、压力大，日常睡眠不足，不少人会趁着周末或者假期补觉。其实，我们身体有自己的昼夜节律，并不是说想‘透支’就‘透支’，想补回来就补回来的。”潘丽妹说，随意打破昼夜节律并不是好事，如果长时间透支睡眠，会引起人体“生物钟”的混乱，进而降低免疫力，影响健康。

在熬夜或过度疲劳后，人们往往会选择“一口气睡个饱”，但睡醒之后发现不仅没有缓解疲劳，甚至越睡越想睡、越睡越累，这是为什么呢？“睡了太长时间后，身体感应到我们正在试图建立起新的生物钟，自身能量需要平衡被打乱的昼夜节律，导致大家精神和生理上的消耗，因此大家会觉得越睡越累。”潘丽妹说。此外，睡得太多也容易诱发一些慢性疾病，如心血管疾病、糖尿病、高血压等；如果持续出现贪睡的情况，建议及时前往医院就医。

潘丽妹建议，在假期里，我们可以放慢生活节奏，适当地做一些运动帮助身体放松，睡前泡一个热水澡，听一些舒缓的音乐，把自己的生物钟调整为健康的作息时间，在不打破原有昼夜节律的前提下适当补觉，睡到自然醒后尽量不要再睡“回笼觉”，平时学习或工作太忙，可以在假期里进行午休，时长宜在20分钟至30分钟。

医警联动 应急演练

我市举行大型突发公共事件紧急医学救援活动

日报消息（通讯员王丽玲报道摄影）9月22日上午，由市卫生健康委、市公安局、市体育局主办的柳州市大型突发公共事件紧急医学救援演练在李宁体育馆举行**（见上图）**。

本次演练以大型活动的医疗保障救援为背景，模拟发生群体踩踏事故时，各部门如何开展救援，以检验医疗保障和卫生应急救援预案的可操作性。

演练模拟了体育赛事结束后观众离场时，一名观众下台阶时不慎踩空失衡跌倒，前后人群相继发生碰撞和摔倒，继而引发多人拥挤踩踏受伤。正在现场承担备勤任务的公安民警和市人民医院医护人员立即赶到事发现场，将伤员向安全区转移。同时，120调度指挥员根据备勤预案就近派出增援救护力量赶赴现场，并向市卫生健康委报告相关情况。

在现场，医护人员根据检伤分类原则进行分工救治，按患者伤情轻重程度确定救治先后顺序。在确认伤员生命体征平稳适合转送回院后，现场医疗组迅速有序地将伤员抬上救护车。紧接着，医警协同，交警铁骑一路护送，沿路开通绿波带，做好周边交通疏导，确保救护车能够以最快速度到达医院。

柳报大健康
您拥抱健康 我真诚服务

血管疾病重症患儿能在柳州『获救』了！

——广妇儿柳州医院打造『国家区域医疗中心』之血管瘤介入治疗门诊发挥引领作用见闻

刘珍银（右）为患儿进行手术

“没想到，在柳州，就能得到从广州来的介入血管瘤治疗专家给孩子做手术。为我们省了不少费用，感谢广妇儿柳州医院。”日前，玉林籍市民刘女士带着4岁儿子阿令，来到广州市妇女儿童医疗中心柳州医院（以下简称“广妇儿柳州医院”）血管瘤介入治疗门诊得到治疗后，发出上述感慨。

广州专家来柳诊疗帮大忙

19日上午，在广妇儿柳州医院介入科病房，我们见到了于前一天完成手术的阿令。在刘女士的鼓励下，他礼貌地向大家问好。

“别看他现在挺文静的，回到幼儿园就淘气得不行，阿令的病情能得到控制，感谢刘珍银和韦树长两位专家。”刘女士主动谈起了儿子的治疗历程。

阿令自出生起就被查出患有动静脉畸形。异常扩张的动脉和静脉，让阿令的右半边脸始终处于肿胀、畸形的状态。“孩子痒得难受，睡觉迷糊的时候还把右脸上的皮肤给挠出血了，血很难止住，差点造成大出血。”刘女士说，她和丈夫带着孩子辗转多地，但病情始终未得到缓解。

“我们之前听人说过广州那边的医院治这个病比较专业，但家里条件不好，确实没办法带儿子去广州那边治疗。”刘女士说，碰巧今年7月，社区卫生服务中心的医师告诉她广妇儿柳州医院开设了血管瘤介入治疗门诊，还有许多广州专家常驻于此，便立马带着阿令来到这里诊疗。

刘珍银主任为阿令顺利进行了第一次介入栓塞术。术后，他右边脸的肿胀程度得到缓解，脸的异形程度小了，整个人也变得更开朗。

看到儿子的病情好转，刘女士感到很欣慰：“比起去广州那边治，在柳州这里不仅能得到广州专家的诊疗，还能省下一大笔开销，对我们来说真是帮了大忙！”

小小“一根针”解决大问题

刘珍银主任介绍，为阿令实施介入栓塞术，需要在超声引导下，将组织黏合剂通过小小“一根针”注射到畸形生长的血管里，使其血管闭塞、消失，从而达到治疗目的。

擅长治疗儿童血管瘤、脉管畸形及动静脉血栓微创介入治疗的刘珍银主任，作为该门诊的指导专家，每月都会从广州赶来柳州，为这边的患者提供“家门口”的诊疗服务。

当天上午，刘珍银主任诊疗了一名来自来宾市金秀瑶族自治县的9个月大的小宝宝，刘珍银主任用小小“一根针”，解决了体内淋巴管瘤带来的威胁。从超声影像上看到，小宝宝的淋巴管瘤长约56毫米、宽约17毫米，呈现出“葡萄状”，攀附着气管向两端生长。“这些囊肿已经压迫到患儿的气管，再往下‘走’，必定会影响到其心脏。”刘珍银主任表示，为小宝宝开展手术期间，操控的“针”需精准依次插入其体内的囊肿，将囊肿内分泌液体缓慢、有序地抽出体外，再注射药物破坏原肿物组织，达到治疗目的。

短短一个小时，小宝宝体内的“葡萄状”淋巴管瘤就被逐个消灭。

“国家区域医疗中心”发挥引领作用

为阿令开展手术的，还有广妇儿柳州医院的血管瘤介入治疗门诊副主任韦树长。9月18日至19日，两位专家除了为阿令开展了动静脉血管畸形介入栓塞术外，还为另外7个来自我市及周边城市的血管疾病重症患儿，开展了4台血管瘤介入治疗术、3台K-T综合征（先天性周围血管疾患）介入治疗手术。不仅让血管疾病患儿在“家门口”享受优质、有效、便捷的诊疗服务，也显现出了广妇儿柳州医院打造“国家区域医疗中心”发挥的引领作用。

韦树长介绍，血管瘤介入治疗门诊自今年5月29日正式成立以来，始终坚持为广大血管瘤及血管畸形患者提供精准诊断和标准化、规范化、个性化治疗。“1+1>2”的专家团队优势日益凸显，不仅填补了柳州及周边地区对血管类疑难杂症的诊疗“空白”，也为该院打造“国家区域医疗中心”建设、完善儿科各亚专科建设、助力实现广州妇儿医疗中心管理平移、技术平移及品牌平移等发展目标发挥着表率作用。

如今，该门诊成为区域性儿科疑难疾病诊治中心之一，专程从外地赶来广妇儿柳州医院血管瘤介入治疗门诊寻求诊治的患者人数比例逐步提高，辐射引领作用日趋显现。

（吴祉婧 文/图）

精准医疗 影像先行 当好“临床的眼睛”

——访“龙城之光”访学研修代表、柳州市中医医院放射科医师吴文坤

吴文坤医师在为患者做手术

9月初，我市公布首批“龙城之光”访学研修人员名单，集中选派28名各行业领域的优秀中青年人才赴区内外高校、医院、科研院所等单位开展为期半年的访学研修，柳州市中医医院放射科介入室医师吴文坤就是其中一名优秀代表。

吴文坤于2010年7月毕业于右江民族医学院医学影像专业，在影像诊断及介入诊疗方面有着扎实的理论基础和临床操作能力。他擅长开展综合介入、外周血管介入、急诊血管介入和非血管介入等治疗。他以第一作者撰写专业学术论文多篇，参与课题多项，现任广西抗癌协会第四届肿瘤介入治疗专业委员会委员、柳州市医学会综合介入分会委员、柳州市医学会综合介入分会秘书。

近日，53岁的李女士在一家医院做CT检查发现：右肺下叶外基底段胸膜下区混合磨玻璃结节，不排除肺癌的可能，为求诊断和治疗，李女士慕名来到柳州市中医医院心胸血管外科住院。为确保手术顺利进行，心胸血管外科与放射科介入医师联合会诊后，决定在术前为患者进行CT引导下肺结节定位术以精确定位结节位置。经过充分的准备，由放射科许彪主任带领介入团队为患者进行术前CT引导下肺结节穿刺并弹簧圈定位术，心胸血管外科手术团队在胸腔镜下沿弹簧圈精准找到肺结节并成功实施手术。“我们常把医学影像比作‘临床的眼睛’。”吴文坤说，作为一名放射科医生，最主要的工作就是通过影像检查，及时发现病变，快速准确地定位病灶，为下一步精准治疗提供可靠的依据。

吴文坤表示，他之所以能快速成长，得益于科室浓郁的学术氛围和不断紧跟前沿技术的进取精神。柳州市中医医院放射科是集检查、诊断、治疗于一体的科室。科室人员力量雄厚，其中正高职称2人、副高职称19人、中级职称27人。此外还拥有多台先进的仪器设备。在介入技术方面，在肿瘤综合介入诊疗、大出血介入栓塞、肺小结节细针穿刺活检及术前穿刺定位技术、外周血管取栓溶栓及支架植入、胆道支架植入、TIPSS术、粒子植入术等方面都具有丰富的经验。

作为一名合格乃至优秀的医生，爱学习、会学习也是一项必不可少的品质。2020年，吴文坤曾到湘雅二医院进修学习，努力提升自己的专业素养。在放射科主任许彪的带领下，周一至周五每天早上7时45分准时交班，然后进行疑难病例讨论和科室小讲课等业务学习。吴文坤孜孜不倦就是为了能通过自己的积累，缩短患者检查的时间，尽快缓解病痛。除了自我学习，吴文坤在为医院储备人才方面也作出了贡献。“我们每个月都要带教1至2名规培生。”他说，对于规培医师，科室实行统一管理、专人带教。给规培医师讲解常见病、多发病的影像诊断及鉴别诊断的同时，也是一次自我提升的过程。

在此次访学研修人员选送座谈交流会上，吴文坤作为代表发言时说：他将始终坚持人民至上、生命至上，立足学科专业，瞄准前沿领域研究成果，主动发挥党员的先锋带头作用，助推柳州市卫生健康高质量发展，以解决临床问题为导向，力争用所学所获提供高质量的医疗服务。这不仅是他的表态发言，更是他作为一名医生的不懈追求。

（陈静 文/图）