

阳过后咳嗽不断 怎么办?

这家医院给员工发了 6000多帖止咳中药 不少人服后几小时见效



宁波二院中医科配制的止咳汤剂。通讯员供图

“为中药打CALL,我们医院给职工配的止咳方子真的很有效。早上给儿子也喝了小半包,半天过去没听见他咳……”阳过之后仍咳嗽不止,这可能是不少市民的烦恼。最近几天,宁波市第二医院所有阳过仍有咳嗽的员工,都收到了一份医院配制的止咳汤剂,很多人喝了以后觉得效果不错,纷纷表示对中医“路转粉”。

“最近我们很多医护人员都感染了新冠,症状普遍是先发热,之后出现咳嗽、乏力和嗓子疼,因为反复咳嗽严重影响了生活和工作。医院领导就想着是不是中医科可以发挥一下作用,给大家配一个止咳方。”宁波二院中医科负责人朱俊岭说,接到任务后,他们就根据国家对于新冠的中医药治疗方案和省内中医药专家对新冠治疗给出的指导意见,再结合宁波的地理特点,开出了这个止咳方——柴桂清瘟败毒方。

“从中医来说,感染新冠病毒主要是人体受病毒入侵引起一系列症状,从中医治疗的思路来看,这个方剂的原理有两个方面,第一是扶正,即匡扶人体的正气;第二方面是祛邪,即把侵入到人体里的疫毒及湿、

寒、热清除出去,从而达到调节人体阴阳平衡、调理身体的目的。”朱俊岭介绍,这个方剂以桂枝汤和小柴胡汤为主,根据宁波地处南方湿气较重的特点开具。

元旦前,宁波二院给所有新冠感染后有咳嗽症状的员工发了柴桂清瘟败毒方剂,共2774份,不少医护人员服用后表示效果很好。“之前每天咳嗽怎么都止不住,喝了医院发的中药后几个小时就见效,非常神奇。”一位外科专家表示,通过这剂中药,他对中医“路转粉”,还和家人也配了几帖。

“医院的中药的确有效果,能不能再发几帖?”“感受到中医的博大精深,一剂定乾坤!”第一批中药发放下去后,不少医护人员在医院群里点赞,多位员工表示,希望医院能

再发一次。于是,上周,医院工会再次组织将3530份止咳中药发放给有需要的员工。

中医治疗讲究辨证施治,此次上千人同用一方,为何也能起到如此好的效果?朱俊岭介绍,因为此次针对的都是新冠病毒感染这一种病,以及感染后出现咳嗽、咽痛、乏力等同一类症状,在运用的时候,把握寒、湿、热这三个病理特点,合理运用,属于专病专方的范畴,是符合辨证施治理论的。一般来说,服用3天左右就会有效或彻底好转,如果3天后还有症状,也可以继续续方。如果普通市民也有类似症状,也可以到二院中医新冠康复门诊就诊,医生会根据患者的病情开具处方。

记者 孙美星 通讯员 谢瑜硕

市康宁医院禹海航: 全方位开展 青少年心理健康 教育和促进工作

非自杀性自伤(简称NS-SI),是指在没有自杀意图的情况下,故意自毁身体组织的行为,包括割伤、燃烧、咬伤和抓伤皮肤等行为。随着青少年在学习、环境适应和人际交往等方面压力增大,一些人中存在着非自杀性自伤倾向。

宁波市康宁医院副院长禹海航认为,应该积极预防和应对青少年非自杀性自伤行为。

禹海航表示,青少年中NSSI的出现,与家庭教育缺失、亲子冲突高发等问题息息相关。他建议,首先应健全组织机制,比如建立由政府牵头、各部门联动的青少年心理健康促进领导小组,明确各部门职责,使社会资源能够有效整合,从而为全方位开展青少年心理健康教育和促进工作创造良好的条件。

“深化健康宣教,同样是非常关键的一个环节。建议将青少年心理健康教育设为常规性宣传动作,充分扩大宣传辐射面;将心理教育课程纳入教育管理体系,对入学新生进行心理健康普及;将心理健康教育作为家庭教育重要内容,开发家庭教育心理健康课程、教材和活动指导手册等。”禹海航说。此外,他还提出了“加强医教合作”的建议:专业医疗机构应协助学校开展青少年的心理评估,对评估异常的学生进行复核诊断,早期发现、早期干预;全面畅通青少年心理问题就诊绿色通道,加强心理危机干预的合作,降低因负性事件带来的影响;围绕青少年个案,建立学校、医院、家长、同伴四位一体的干预小组,提供药物、心理、环境等综合干预模式,改善青少年个案的心理健康水平;帮助培训班主任、心理老师,提升他们对青少年心理问题的识别、评估和干预能力。

禹海航认为,“强化心理热线”对减少青少年NSSI行为也有重要作用,“目前我市卫生、教育、妇联等部门都有各自的心理援助热线,接听时间各有不同,资源较为分散,建议整合各部门的心理援助热线,加强宣传与引导,便于青少年在遇到问题时能及时寻求帮助,并获得专业的服务,降低意外事件的发生。”

记者 吴正彬

阳过后眼睛痛得像针刺 原来是带状疱疹病毒惹的祸



李惠利医院眼科医护人员正在为患者实施手术。 通讯员供图

这几日,感染新冠后“眼睛又红又肿”冲上热搜。记者了解到,近期宁波市医疗中心李惠利医院眼科接诊了不少感染新冠后出现眼部问题的患者,其中多例是由于新冠后免疫力下降导致带状疱疹病毒侵犯眼睛,诱发了病毒性角膜炎。

医生提醒,普通轻症的病毒性结膜炎一般可以通过自身的免疫力自愈,但出现比较明显的眼红、眼痛甚至视力下降时,要立即就医。

前段时间,小吴(化名)和很多人一样感染了新冠病毒。发烧3天后不适症状逐渐好转,在家休息了一星期,他就恢复了正常工作。

几天前,小吴的右眼开始出现不适,从眼红发展为时不时有被针刺的痛感。因为嫌去医院麻烦,他就在家附近的药店买了一支“消炎”的眼药水。谁知滴了几天后,症状非但没有减轻,眼红的症状反而加重了,更要命的是他觉得右眼的视力出现了下降。这可把他吓得可不轻,赶紧来到李惠利医院东部院区眼科就诊。

接诊医生诸科璇对小吴的眼睛进行了仔细检查,诊断为病毒性角膜炎。不过,小吴的眼睛感染的并不是新冠病毒,而是带状疱

疹病毒。

诸科璇说,单纯疱疹病毒平时会潜伏在人体的三叉神经节内,一旦因为感冒、发烧、上呼吸道感染等疾病引起机体抵抗力下降,或免疫功能遭到破坏时,潜伏的病毒就会活化,引起角膜病变,并且容易反复发作。如果不进行及时、正规的治疗,很可能对视力造成严重的损害。好在小吴经过治疗后,症状已明显好转。

记者在采访中了解到,李惠利医院眼科孔巧主任和王瑞珺医生近期也接诊了好几例类似的病例。孔巧主任提醒,普通轻症的病毒性结膜炎一般可通过自身的免疫力自愈,而一旦出现比较明显的眼红、眼痛,特别是视力下降的情况,一定要及时到正规医院进行检查、治疗,以免对视功能造成永久的损害。

记者 陆麒雯 实习生 檀思源
通讯员 徐晨燕 王瑞珺