



寿光高手一茬菜 养根六遍963

张经理: 13964078963

详情关注微信公众号: 963农业

济南阿波罗甲壳素肥业有限公司

新冠疫苗接种时
要注意什么?

北京疾控给出四点提示

现在很多朋友对新冠疫苗接种很关心,接种时要注意什么?哪些人不适合接种?我们一起来看看。

对于新冠疫苗接种,北京疾控四点提示:

一、不适合接种的人群包括孕妇、哺乳期妇女,正处在发热、感染等疾病急性期、患免疫缺陷或免疫紊乱的人群以及严重的肝肾疾病、药物不可控制的高血压、糖尿病并发症、恶性肿瘤患者等人员。所有接种人员在接种前要仔细阅读知情同意书,身体不适可暂缓接种。不在18-59岁接种年龄段范围的人员,需要等待进一步临床试验数据披露,明确是否后续能够接种。

二、接种新冠病毒疫苗前要了解北京市疾病预防控制中心等权威媒体发布的新冠病毒疫苗的禁忌症知识;了解自己的身体状况,如果自己不清楚是否属于禁用人,接种时主动提供健康状况,接种点的医生会判断是否可以接种;好好休息,让身体保持在一个较好的生理状态,最好不要空腹接种;新冠病毒疫苗接种部位为上臂三角肌,建议穿方便穿脱的宽松衣服;按组织接种人

员通知携带身份证、手机等物品,佩戴好口罩前往。

三、接种期间全程佩戴口罩,按接种点标识有序排队,保持一米以上社交距离;向医生主动提供自己健康状况,近期服用的药物信息,并如实填写知情同意书;如果接种部位有伤口,尽量避免伤口选择另一侧接种;接种完毕,需在接种点留观30分钟;止血棉签丢入医疗垃圾桶或黄色医疗废物垃圾袋中。

四、接种疫苗之后在接种点留观区观察30分钟,无不适症状后才可以离开接种点;接种当日注射部位保持干燥并注意个人卫生;如果出现持续发烧等现象,应及时就医并向接种单位报告。

释疑

新冠疫苗需要打几针?

答:推荐免疫程序为2针,其间至少间隔14天,接种部位为上臂三角肌。随意调整免疫程序可能影响安全性、免疫应答效果和免疫持久性。新冠疫苗接种的时间间隔请严格按照疫苗说明书执行。接种第一剂疫苗后,接种单位有责任告知受种者第二针的接种时间。请按接种单位预约时间进行第二剂疫苗接种。

病毒变异会对疫苗效果产生影响吗?

答:病毒是最简单的生物之一,它的增殖要依靠活的细胞。在增殖过程中,病毒会发生变异,大多数变异不会影响病毒的致病性、检测试剂敏感性和疫苗的有效性。根据世界卫生组织最新发布的信息,从全球对新冠病毒变异的监测情况看,尚无证据证明病毒变异会使现有的新冠病毒疫苗失效。

接种新冠疫苗可能会出现什么不良反应?

答:国务院联防联控机制召开新闻发布会公布,常见的不良反应主要包括以下几方面:头痛发热,还有接种部位局部的红晕,或者出现了硬块,另外还有一些人有咳嗽、食欲不振、呕吐、腹泻这样一些常见的不良反应。接种对象完成接种后,应在接种现场留观30分钟方可离开,现场工作人员会告知受种者接种新冠疫苗常见不良反应、注意事项、后续健康状况观察、处置建议以及联系方式等。回家后出现了不良反应相关症状,报告接种点工作人员,必要时及时就医。

信息来源:北京青年报

上了年纪总是膝盖痛
怎么办?

很多中老年朋友经常会出现膝关节(俗称“膝盖”)疼痛、肿胀、僵硬,上下楼梯,甚至平地走路困难。导致上述症状的原因有很多,比如骨关节炎、类风湿性关节炎、痛风、关节滑膜病变等,其中以膝骨关节炎最为常见。

骨关节炎是最常见的关节疾病,并非关节感染发炎,其实就是我们大家平时常说的关节老化、长骨刺、关节磨损、退行性关节病。

全身任何关节都可能发生骨关节炎。由于膝关节使用频繁、活动多、承受体重大等因素,发生骨关节炎更为常见。发生膝骨关节炎的朋友通常表现为关节疼痛、僵硬、肿胀,活动后疼痛加重,休息后有缓解,遇寒冷、潮湿环境疼痛会加重。有些人平时走路还可以,但是上下台阶困难;有些人平时疼痛症状轻微,而在一个轻微扭伤后就出现关节显著的疼痛肿胀,长时间不能缓解。



得了膝骨关节炎,应该怎么治疗呢?一般而言,医生会根据膝关节退变的不同程度,建议不同的治疗方案。通常还要结合年龄、症状、个人要求等方面综合考虑。

保守治疗适用于那些年龄较轻、关节疼痛不明显或容易控制、关节软骨退变轻,以及对生活质量要求不高的病友。希望通过保守治疗,能够改善症状,维持或延缓关节退变。相关手段包括:1.改变生活、运动方式,来保护关节。2.对于关节退变轻者,可选择性尝试口服氨基葡萄糖类营养品,尝试关节腔注射玻璃酸钠。3.在症状急性期,减少活动量,口服或外用一些对乙酰氨基酚或非甾体类消炎止痛药物,也可尝试关节腔“封闭”(注射糖皮质激素)来缓解症状。如果膝骨关节炎逐步发展,通过保守措施不能有效缓解的,就要考虑手术治疗。

俗话说,人老先老腿。与其到了不可挽回的时候才去护腿,不如趁年轻,从现在开始保护好膝关节。具体方法,请记住以下几点:1.适当使用手杖。2.注意保暖。3.选择合适的鞋子。4.控制体重。5.运动时做好防护。6.久坐后要适当活动。

信息来源:健康报

冬季鼻出血频发 四招教您预防

入冬以来,由于天气异常干燥,加上室内外温差变化大,因鼻出血到医院就诊的患者明显增多,其中多为老人和儿童。专家提醒,冬季鼻子容易出血,如果不及采取适当的急救措施,不仅对控制病情没有帮助,还可能会贻误病情。

八旬老人擤鼻后突然血流不止

最近,83岁的范老就遭遇了一次“惊心动魄”的鼻出血。据他家人介绍,老人前天早上擤鼻时,右边的鼻腔突然出血。“大概出了有50毫升的血,可把老人吓坏了,一度怀疑自己是脑子的血从鼻子流出来了。”家人赶紧将他送到附近的社区医院,然而在用棉球堵塞后,血还是止不住往外渗。眼见老人心慌乏力,脸色发白,焦虑不已,家人将其紧急转至江苏省中医院急诊就诊。

耳鼻喉科主任中医师史军检查后,发现老人鼻中隔偏曲,右侧鼻中隔利特尔区见有一个芝麻粒大小的血管瘤,并有活动性出血,考虑是由于鼻黏膜过于干燥后糜烂,利特尔区血管暴露曲张破裂而引起出血。在完善急诊术前检查后,为其实施了局麻下鼻内镜下电凝止血术,老人鼻部出血最终得到了控制。

孩子和老年人尤其要当心

“冬季是鼻出血高发的季节,与干

燥、上火、鼻腔本身疾病都有一定的关系。”史军介绍说,一方面,冬季室外天气寒冷气候干燥,室内暖气或空调的环境,空气亦干燥。黏膜干燥极易引起破裂出血。若伤及血管较大,则出血较多。内燥也是诱因之一,冬天天冷,人们喜食辛辣香燥之品,火热内生,鼻腔黏膜易干燥而破裂出血,还有些人群由于感染风寒,风寒化热,肺热化火,灼伤鼻腔血络或迫血妄行,而见鼻出血。此外鼻腔本身疾病引起鼻出血,如鼻中隔偏曲、鼻腔血管瘤、鼻腔外伤和肿瘤等疾病。

专家强调,在冬天孩子和老年人尤其要当心鼻腔出血。儿童冬天鼻炎频发,鼻涕多且反复擦鼻,本身鼻部肌膜娇嫩,故易破损而出血。加之鼻炎易鼻痒而反复揉鼻,也容易鼻出血。老年人动脉硬化,血管弹性差,冬天易血压增高,鼻腔局部的出血机会增大。

鼻出血切忌慌张 正确止血需了解

如果一旦鼻出血发生时:

一忌惊慌。如果鼻血突然发生之

时,许多人往往手足无措。此时首先要镇定,可引导患者做缓慢而深呼吸,以充分放松。

二忌仰卧。鼻出血时不要仰头或仰卧,因为血会从咽后壁流入食道及胃,不久就会从胃再呕出,这就掩盖了鼻出血的真相。取坐位或半坐位,注意保持呼吸道通畅,防止血液经后鼻孔流入口腔,更要指导患者把流入口的血液尽量吐出,防止血液咽下后刺激胃肠道引起恶心、呕吐或误吸入呼吸道而引起窒息。

三忌用纸卷、棉花乱塞。这不但起不到止血作用,不干净的纸卷及棉花反而会会引起炎症。

鼻出血正确的处理方法是用拇指和食指的第二节指紧紧压住患者的双侧鼻翼,因为鼻出血一般都在鼻中隔的前部,压迫双侧鼻翼一般都可以止血。另外可用冷毛巾敷在患者的额头以助止血。鼻出血停止或自救无效时必须去医院检查,尤其反复而经常的出血,应查明原因,根据情况处理,防治出血的再发。

信息来源:扬子晚报