



患者甲:“医生,芬太尼透皮(止痛)贴不就是‘膏药’嘛,有没有效果哦?”
患者乙:“我贴过,对医治肿瘤疼痛莫得用!”
芬太尼透皮贴剂(又名多瑞吉贴剂,俗称止痛贴),并不是老百姓口中的消炎镇痛膏药,虽然它们都有镇痛作用,但实际上有着本质的区别。本报将用两期来给大家讲解芬太尼透皮贴剂的相关知识。



正确认识“芬太尼透皮贴剂”

(上)

■ 文彦

芬太尼透皮贴剂是一种阿片类或中枢镇痛药,它不同于我们平常用的消炎镇痛膏药。消炎镇痛膏药主要用于神经痛、风湿痛、关节痛、肩痛、肌肉酸痛、跌打损伤等所致的急性或慢性疼痛。而芬太尼透皮贴剂主要与μ-阿片受体的相互作用有关,它除了镇痛还有镇静作用,常用于肿瘤性中重度到重度的慢性疼痛,以及只能依靠阿片类镇痛药治疗的难缓解的疼痛。该透皮贴剂不用于急性痛和手术后疼痛的治疗,因为该贴剂不能在短期内调

整芬太尼的剂量,可能会导致严重的或危殆生命的通气不足。
芬太尼透皮贴剂的剂量应根据患者的个体情况而定,并且在给药后医生会定期进行剂量评估,了解镇痛效果。透皮贴剂通常贴在患者躯干或上臂未受刺激及未受照射的平整皮肤表面(如胸口、背部、手臂等处)。如果粘贴部位有毛发,应在贴前剪除(勿用剃须刀剃除)。在贴透皮贴剂前可用清水清洗粘贴部位,建议不要使用肥皂、油剂或其它可能会刺激皮肤或改变皮

肤性质的用品,并保持皮肤完全干燥。
正确使用透皮贴剂很重要。打开装有透皮贴的密封袋后请立即使用,使用时需用手掌用力按压30秒,以确保贴剂与皮肤完全接触,要特别注意其边缘部分。该贴剂贴后6小时起效,17~24小时止痛达高峰,可以持续贴用72小时再更换;更换贴剂时应更换粘贴部位,通常间隔几天后才可在相同的部位重复贴用。
芬太尼透皮贴剂有没有副作用呢?据了解,部分使用者会出现副作用,可能出现以下症状:

◎阿片类药物的戒断症状。如:恶心、呕吐,便秘、焦虑和寒颤等。
◎瞳孔缩小。该现象被认为是芬太尼饱和的诊断性特征。
◎呼吸抑制。与所有的强效阿片类药物相似,一些患者在使用此贴剂期间可能会出现明显的呼吸抑制,甚至会持续至停止使用本品后,呼吸抑制的发生率随本品剂量的增加而增加。
(作者系四川省肿瘤医院胸部肿瘤内科护士长)



女性患尿道炎须及时治疗

■ 代强

在日常生活中,女性不经意间会受到各种妇科疾病的困扰,尿路感染就是其中的一种。尿路感染是女性常见的一种炎症,包括尿道炎、膀胱炎、肾盂肾炎等。如今,随着生活条件的改善及卫生意识的加强,尿道炎成了女性尿路感染中患病率相对较低的一种疾病,但一旦得了尿道炎,则需要认真对待和抓紧时间治疗。因为一不留神就会延误加重病情,对患者及亲密接触的家人造成更大的伤害和负担。今天我们了解一下尿道炎的种类。
急性尿道炎。急性尿道炎患者会

出现尿频和尿急,排尿时尿道均有烧灼痛感;重者可发生尿道痉挛症状。尿液检查有脓细胞和红细胞。尿道炎可直接蔓延到膀胱而引起膀胱炎。在尿道炎痊愈过程中,纤维化则可引起尿道狭窄。
慢性尿道炎。患者会出现尿频和尿急,排尿时尿道有烧灼痛感,以至排尿困难等症状。慢性尿道炎尿道分泌物会减少,有瘙痒或蚁行感,排尿刺激症已不象急性期显着。部分患者可无

症状。
非淋性尿道炎。多数非淋性尿道炎患者会出现尿痛、尿道痒等症状,因此建议女性在这种情况下,及早做检查,根据病因,进行针对性的治疗。非淋性尿道炎患

者的阴道症状表现为宫颈的炎症和糜烂、分泌物增多,阴道及外阴瘙痒,下腹不适感等,提醒女性在患病后,要积极治疗。此外,非淋性尿道炎分泌物会减少、淡薄,呈粘液性或粘膜脓性,较长时间不排尿(如晨起)尿道外口可溢出少量淡薄分泌物。
滴虫性尿道炎。滴虫性尿道炎是性传播疾病之一,由阴道毛滴虫所致的尿道炎,常与淋病同时感染。症状为阴道分泌物增多,呈浆液性或脓性,质稀薄,分泌物中有小泡沫,味腥臭,性交痛。感染严重者,阴道、外阴、大腿内侧会出现瘙痒、烧灼感。
(作者单位:四川泌尿外科医院)



婴儿车“加盖”谨防伤害孩子



夏天推车带孩子出门,太晒了怎么办?拿个小毯子或者薄外套罩在婴儿车上,防晒又挡风,还避免着凉。可宝妈们要小心了,你以为的“好方法”,可能已经把宝宝置于危险当中。
我们先通过一个实验来看一下:一个微风的下午,一辆停在户外阴凉地的婴儿车,此时车内的温度为31℃,湿度为54%,然后我们给它搭个薄毯子,再持续观察婴儿车内的温湿度变化。结果发现,在半小时后,婴儿车内的温度上升到了37℃;又过了半小时,婴儿车内的温度已经超过了42℃,湿度也下降到了35%。
北京大学人民医院儿科主治医师李洁表示,夏天家长遮挡宝宝的婴儿

车是非常危险的行为,因为用衣物遮挡了婴儿车之后,类似于在局部形成了一个密闭高温的环境,阻挡了空气的正常流通,这就相当于把宝宝放到了一个蒸笼里,这个危险程度不亚于让宝宝在封闭的汽车里,有可能给宝宝造成高温脱水和中暑的风险。此外,不光是温度,湿度同样重要。过低的湿度会使宝宝咽喉发干甚至鼻腔黏膜充血,容易使灰尘、细菌附着,刺激宝宝喉部,导致咳嗽,引发支气管炎、哮喘等呼吸系统疾病。
此外,婴儿车被遮盖后家长无法第一时间发现孩子的情况,假如车内的孩子已经中暑,父母却毫无察觉,这会引发更加危险的后果。因此,比起自己遮挡婴儿车,使用其自带的遮阳篷、保持通风才是最佳选择。
但是婴儿车自带的遮阳篷有些挡不住太阳,宝宝还是会晒到,怎么办?那家长们就要提前给宝宝做好防晒准备。如果短时间外出,可以用物理遮挡的方式,比如给宝宝穿长袖的衣裤、用婴儿车的遮阳棚,大一些的宝宝可戴太阳镜,也可以用遮阳帽;如果长时间外出,可以给宝宝涂防晒霜,值得注意的是,一般半岁以上的宝宝才可以涂防晒霜。
最后再提醒一下,婴幼儿的皮肤非常娇嫩,抵抗紫外线能力弱,极易晒伤。一旦发现晒红就要警惕,立即停止继续日晒,找一个阴凉的环境,可以进行局部冷敷,用干净的毛巾包着冰块敷一下局部,或者用冷的流动的水冲局部,之后涂上护肤膏。
(成都市场监管)



兴文县 反邪教宣传进苗寨



反邪教的相关科普知识和法规政策,让苗族群众了解邪教的本质、特征、活动方式以及邪教带来的危害,劝导辖区苗族群众不听、不信、不讲邪教,远离邪教,提醒大家提高警惕,遇有情况及时向乡政府和派出所报告。
据统计,此次系列活动共举办科普法治讲座100余场,悬挂宣传横幅200余条,发放各类宣传资料6500余份,发放防范邪教宣传围裙、手提袋等1200余个,对四个苗族乡5万余名苗族群众进行了广泛的宣传,营造了良好的社会氛围,实现了抗疫、反邪、防邪宣传教育在民族地区全覆盖,为构建无邪教乡、平安兴文奠定了坚实的基础。
(省反邪教协会供稿)



国际首本极端科技专业学术期刊 获得影响因子

7月2日,记者从中国工程物理研究院获悉,该院创办的国际首本极端科技专业学术期刊 Matter and Radiation at Extremes(《极端条件下的物质与辐射》)以下简称MRE,日前获得自2016年创刊以来的第一个影响因子——2.931,在SCIE收录的85种综合物理期刊中排名第25(Q2区)。
研究极端条件下的物质与辐

射,是创造新物态、合成新材料、实现新能源、认识宇宙演化规律以及发现新现象的重要途径。
此次获得影响因子的MRE,从创刊初期就定位为“创办一本极端条件下物质与辐射这一领域的国际一流综合科技期刊”,并为此组建了由国际一流专家组成的编委会,制定了严格的审稿流程和高标准的稿件接收要求。
(据《科技日报》)

科学防疫 KE XUE FANG YI

疫情下如何安全度盛夏? 这些健康事儿 最关键!

随着盛夏来临,高温天气持续,防暑降温成了头等事。尤其是在疫情还未彻底结束的情况下,诸如吹空调、吃冷饮、防蚊虫这些“常规”事儿也需要谨慎对待。连日来,疾控中心等权威机构就安全度夏的相关生活问题及时作出了回应。

吹空调

通风系统可能会传播病毒,要保持清洁、增大风量

盛夏时节,气温飙升,想要室内迅速降温,大家都会选择开空调。

施小明
中国疾控中心环境所所长

强调
在开空调前,要检查设备是否正常,进风口和排风口是否保持一定的距离。对冷却塔要进行清洗,保持新风口的清洁。

开空调中,要尽量增大新风量,减少回风。应确保保房间空气流通和有足够新鲜空气供应。

加强对冷却水和冷凝水卫生管理,定期对送风口等设备和部件进行清洗、消毒或者更换。

空调设定在适宜温度,不宜太低。

注意
如果场所出现新冠肺炎病例,要对中央空调进行清洗和消毒,而且是要经卫生学评价以后,通过以后才能重新启用。

吃冷饮

任性多吃会降低免疫力 应适量慢食

盛夏时节,消暑解渴,吹空调、吃冷饮成为大人小孩居家的生活标配。然而,一时畅快之后,急性胃肠炎的患者也在增多。

吴佳
中国营养学会注册营养师

吃冷饮不能任性多吃,感觉身体疲劳、闷热中暑时要慎重,因为,人体处于应激状态,机体耐寒能力下降,会出现虚脱腹泻等不适以及引发更多疾病。

短时间大量吃冷饮,会对胃部造成突然刺激,使血管急剧收缩出现痉挛,引发急性胃炎,出现呕吐腹泻。

长期大量吃冷饮,还会使胃部消化能力和对细菌的防御力降低,抵抗力下降。

吃了细菌总数超标的冷饮,会导致一系列胃肠疾病。肠道是一个非常重要的免疫器官,如果降低了免疫力,在疫情期间是不利的。

提示
●吃冷饮速度要慢,最好一次只吃一根。
●购买冷饮时,要注意如果出现变形的情况,有可能是反复解冻的,细菌会超标,最好不要买。
●食用冷饮前还需要留意是否为正规厂家生产,以及保质期和生产日期等标识。
●尽量不要选择外面自制的沙冰、果汁,因为很多没有经过加热消毒处理。

防蚊虫

蚊蝇不传播新冠病毒 但有传播其他疾病风险

盛夏之际,蚊虫孳生,虽然保持社交距离、无接触式已经成为共识,很多人还是担心新冠病毒会通过苍蝇蚊子等病媒生物传播。

王丽萍
中国疾病预防控制中心研究员

释疑
目前还没有发现因蚊蝇等媒介生物致人感染新冠病毒报道。蚊蝇不具备传播新冠病毒的生物学基础,但具有传播疟疾、登革热等疾病的风险。

建议
进入盛夏,公众在家庭和户外都要做好防蚊虫叮咬的保护措施;妥善保存好食物,防止苍蝇叮爬等。

戴口罩

接触汗液后保护力下降 应及时更换

高温来袭,戴口罩为高温防疫提出一个不小的难题,戴口罩闷热耐还易长痘,不戴又怕病毒肆虐而入。

吴尊友 中国疾控中心流行病学专家
张淼 沈阳市卫生健康服务中心主任

做法
高温天气戴着口罩难免会出汗,接触汗液后口罩的保护作用就会下降,应及时更换新口罩。

金属条贴合面部起伏压迫得过硬,可在鼻梁处垫个海绵或者是一个比较软的垫。

在空旷的地方、通风很好的地方或是社交距离大的情况下可以不戴。

拿不准外出该不该戴时,可以随时准备一个口罩。

在低风险区,通风好的地方可不戴口罩。
(任民)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。