

市疾控中心发布5月健康提醒

春夏交替时节

注意预防季节性传染病

■记者 陈成成 通讯员 钱丽珍

进入5月,气温逐渐上升,春夏交替之际,各种细菌病毒也随之活跃。近日,市疾控中心发布健康提醒,市民要注意个人卫生,预防季节性传染病,尤其是儿童要警惕手足口病,外出游玩时应注意防范蚊虫叮咬,平时注意提防被犬、猫等动物抓咬伤。

防蚊灭蚊 预防登革热

每年的5至11月是登革热的传播流行季,流行高峰是7至9月。据介绍,登革热是由登革病毒引起的,主要由伊蚊叮咬传播的急性虫媒传染病,疫区主要分布在热带和亚热带地区,其中,东南亚、西太平洋地区和美洲的流行最为严重。登革热在我国主要流行于云南、广东、广西、海南、福建、浙江等地区,具有典型的输入性、突发性。该病传播迅猛、发病率高、人群普遍易感。

感染登革病毒后,潜伏期一般为1至

14天(多数为5至9天),但也有部分人不发病(即隐性感染者),登革热发病特点为突起发热,全身肌肉、骨、关节痛,极度疲乏,皮疹,淋巴肿大及白细胞减少。需要注意的是,目前登革热尚无特效药物,治疗的重点是控制疼痛、及时补液、预防出血,并尽早防蚊隔离。

在生活中,如何远离登革热呢?避免被蚊虫叮咬是关键。疾控专家提醒,前往登革热流行区进行户外活动时,大家尽量选择浅色的长袖长裤,尽可能使用驱蚊剂

或其他驱蚊药物。此外,预防登革热还要做好以下几项防蚊灭蚊工作:清理家中积水,比如水生植物要定期换水洗瓶(每星期至少1次),不要让花盆底盘留有积水;保持通风干燥;安装纱门纱窗;使用蚊帐;使用灭蚊虫产品。如不小心感染了登革病毒,也不用过于惊慌。登革热患者一般预后较好,经及时治疗,基本可以康复。

疾控中心提醒,出境期间或回国后2周内,若出现登革热典型症状,请及时就医并告知接诊医生旅行史,避免延误病情。

手足口病进入高发期 注意个人卫生

手足口病是一种季节性很强的肠道传染病。每年4月,该病的报告病例数开始攀升,5月至7月有一个高峰期。因此,近期家长要高度警惕手足口病。疾控专家提醒,做好个人、家庭和托幼机构的卫生情况,是预防手足口病的关键。患儿家长要关注患儿的精神状况,若出现精神疲

软、烦躁等症状,立即送至正规医疗机构救治。

5月也是多种食源性疾病的高发期。这类疾病临床上主要表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道症状,还可能表现为神经系统、造血系统的症状,严重者可危及生命。疾控专家提醒,预防食源性疾

病,主要在于养成良好的卫生习惯,包括饭前便后洗手、海产品煮熟、隔餐食物热透、生熟食品分开、不喝生水、不吃变质食品、不前往无证照餐饮单位等。每年5月至10月是肠道门诊开放的时间,若出现腹泻、发烧等症状要及时去肠道门诊就医。

外出活动 预防蜱虫叮咬

环境中长时间坐卧;踏青或劳作时,穿长袖衣服、扎紧裤腿或把裤腿塞进袜子、鞋子里;尽量穿着表面光滑的衣物,这样蜱虫不易黏附;不穿凉鞋。一旦被蜱虫叮咬,不要生拉硬拽,强行拔除,以免引起发炎、瘙痒及感染,也不要用手指将其捏碎,最好的处理方法就是将酒精擦在虫体上,杀死蜱虫后用镊子反向将蜱虫拔出或到医院处置。若出现伤口发炎、瘙痒,或有

发烧、头疼等不适症状,应尽快就诊。

此外,注意提防被犬、猫等动物抓咬伤。目前狂犬病尚无有效的治疗方法,彻底清洗消毒伤口并按程序注射狂犬病疫苗是暴露后预防狂犬病的唯一有效途径,且越早越好。

健康提醒

RUI BAO

瑞安玉海中心小学

“家校合力”为学生家长定制“心灵旅行”

本报讯(记者 潘虹)“在生活和学习中,你是否会有心里话无处倾诉呢?是否为了学习的烦恼而迷茫?是否为了人际关系不佳而闷闷不乐?如果发现自己有这些困惑,欢迎有需要的你为自己定制一场‘心灵旅行’……”近日,瑞安市玉海中心小学心灵之约心理咨询师团队上线,邀请学生和家长与团队老师“谈谈心”。

“放松下来,跟随你内心的想法来慢慢画……”期中考试结束没几天,就有学生来到学校6楼的心理辅导室想找老师“谈一谈”。在当天值班老师、儿童曼陀罗绘画心理辅导师叶瑞洁轻声细语的引导下,学生心随笔动,在画纸上作画。

心理辅导室是该咨询团队的“根据地”。门口设有“心语花园”信箱,学生有说不出的话,可以通过信件的方式来表达。辅导室内设私密聊天区、沙盘演绎区、儿童情绪卡牌游戏区等区域,前来咨询的家长或学生可以选择不同的项目与老师进行沟通。目前,该咨询团队共有4名成员,其中3名为学校老师,1名为外聘的心理绘画疗愈师。

“团队组建好像是水到渠成的事情一样。”咨询团队发起人、校政教处主任方丽芳告诉记者,“在2015年,我就开始关注未成年心理健康问题,并学习使用小物件排列、情绪卡牌等处理亲子关系、情绪问题。近几年,我们与学校里的几位老师一起开展家长公益课堂、家长沙龙等活动,每周五晚上与有需要的家长一起交流。随着社会对未成年人心理健康问题的日益关注,就萌生了成立学校心理咨询团队的想法,3位老师与1位家长一拍即合。大家根据自己工作安排挤出时间,分别在每周二至每周五选择一个半天,在心理辅导室值班,接受咨询。”

“起初我是因为自己的孩子参加家长公益课,几位老师对我帮助很大,加上近两年我一直在学习儿童绘画心理疗愈,就想要用自己的所学帮助学生缓解情绪、走出困境,于是加入了这个团队。”绘画疗愈师陈妃表示。

“做大队辅导工作好几年,经常有一



课题研究



些班级处理不了的问题反馈到大队部,其中不少问题折射出了学生与家长存在亲子关系问题。”该校大队辅导员张周妮也是成员之一,她不仅希望与更多的学生和家長一起交流,也希望通过咨询,让一些家长关注到高年级段学生青春期心理问题,为“小升初”提前做好能量储备。

“我们不仅陪孩子聊天,也与家长谈心,交谈内容我们会严格保密。与其说咨

询,我们更愿意称其为一场聊天,希望每一位与我们谈心的人,都能在这间小小咨询室享受一场‘心灵旅行’。”方丽芳告诉记者。



校企联姻 合作共赢

2024中国·瑞安“千企百校”

人才合作对接会将于5月21日举行



往期回顾

本报讯(记者 潘虹 通讯员 薛蕊)记者从市人力社保局获悉,为深入贯彻落实中共温州市委关于“百万人才聚温州”的决策部署,坚定不移打好人才招引攻坚战,助力我市“510+计划”攻坚行动,吸引更多高校毕业生来瑞留瑞就业创业,2024中国·瑞安“千企百校”人才合作对接会活动将于5月21日在浙江温州人力资源服务业产业园(瑞安市经济开发区天瑞路88号)举行。

活动以“校企联姻 合作共赢”为主题,为大学生高质量就业保驾护航,为校企合作搭建更为广阔的互利共赢的交流平台。大会针对我市四大产业、十大行业,结合实际情况,邀请全国各地“985”“211”“双一流”院校、本科院校、高职院校参会,

目前拟邀请院校137家。当天将安排项目签约、授牌仪式,校企洽谈,现场招聘会,院校路演,企业路演,意向院校、意向合作项目入企对接等活动。

据悉,瑞安市“千企百校”人才合作对接会已举办5届,大会以产业和企业发展需求为导向,构建以校企为主导的产学研技术创新联盟;通过“双向互动对接”方式,迭代升级“双线并进”洽谈会模式,推动高校新青年人才输送工作;通过政产学研合作,为我市企业紧紧抓住长三角一体化发展战略机遇,助推长三角人才一体化,全面推进人才工作数字化改革,建设人才工作数字化平台等工作起到了积极推动作用。

瑞安卫生健康系统

一集体一个人获温州表彰

本报讯(记者 陈成成 通讯员 曾为莹)近日,温州市庆祝“五一”国际劳动节暨劳模先进表彰大会在温州市人民大会堂举行,现场表彰了一批先进集体和个人,瑞安市疾病预防控制中心获得温州市模范集体称号,瑞安市中医院党委书记林文麟获温州市劳动模范称号。

瑞安市疾病预防控制中心前身为瑞安市卫生防疫站,始建于1956年。中心日常开展传染病防控与监测、地方病防治、免疫规划、慢性病防控、公共卫生等工作,连续多年获温州市县级疾病预防控制中心业务工作优秀单位,并获温州市抗击新冠疫情先进集体称号、瑞安市除险保安工作突出贡献集体等荣誉。新冠疫情防控期间,该中心实行24小时轮班作战,研判分析疫情动态,周密流调追踪排查密切接触者,安排24小时咨询热线解答群众难题,通过报纸、广播、微信公众号等渠道开展健康

教育,全力筑牢瑞城人民群众生命安全防线。

林文麟,中共党员,瑞安市中医院党委书记、主治医师,曾获温州市抗击新冠疫情先进个人、温州市优秀共产党员、瑞安市劳模等荣誉。他从事临床中医骨伤诊疗工作36年,擅长各类中医正骨、伤筋、脱臼等手法,医治患者数十万人次。他自主研发中医外治敷贴,正骨手法“杠杆震荡微调三部法治疗青少年脊柱侧弯”列入全国卫生健康技术重点推广项目,并入选国家卫生健康技术推广应用信息服务平台技术备选库。身为医院党委书记,他顾大局、促团结,探索创新人事、绩效改革,激发职工干事热情,不断提升患者满意度;他与广大职工同甘共苦、加班加点,带领医院顺利通过浙江省三级乙等中医院等级评审,为医院高质量发展提供坚实保障。

查隐患强责任

瑞安供电公司开展

配电站(房)防汛检查



防汛检查

本报讯(通讯员 雷建成 记者 陈成成)我省已全面入汛,国网瑞安市供电公司高度重视配电站(房)防汛工作。连日来,供电公司组织开展全面而细致的防汛检查行动,以确保配电站(房)在汛期安全稳定运行,为市民提供稳定可靠的电力供应。

为落实各项管理责任,供电公司检查人员对全市各个小区配电站(房)的防水设施、排水系统、电缆孔洞封堵等方面进行了重点检查;电力技术团队仔细查看配电房的门窗是否完好上锁,站房内是否有异味或潮湿、漏水情况,排水设施是否畅通,电缆孔洞封堵是否严密,防小动物措施是否落实到位等内容。针对检查中发现的问题和可能存在的风险,电力人员对其进行记录,并通知属地单位进行整改。

除对配电站(房)进行细致的检查外,检查人员还与物业管理人员进行深入交流。他们向物业管理人員强调了防汛工作

的重要性,并提醒物业加强日常巡查和维护工作,帮助物业提高应对突发情况的能力。

截至4月30日,供电公司已累计为116个小区地下配电站(房)进行管孔封堵,为242个小区配电站(房)安装水浸传感器,杜绝雨天渗水影响设备正常运行。

通过开展配电站(房)防汛检查行动,不仅提高了配电站(房)的防汛能力,也增强了属地人员的防汛意识。各业主单位均表示,将以此次检查为契机,进一步加强配电站(房)的防汛工作,确保电网在汛期的安全稳定运行。

下一步,国网瑞安市供电公司将继续加大电网安全设备隐患排查治理,做好相关预案的完善,提高防汛措施的针对性和有效性,提升设备抵御降雨天气的能力,全力确保电网设备安全度汛,确保电力稳定可靠供应。