

(上接第2版)经几代麻风工作者的努力,取得了显著成绩,现在上海麻风工作的重点是防治和康复并重,麻风周围神经炎预防和规则治疗要推广到每一个现症病人,防护用品和复杂性溃疡治疗、眼手足自我护理、假肢安装、轮椅车发放推广到全市19个区县,组织病人康复锻炼,对症配发康复用品。同时,对上海市流动人口中麻风病人要进一步加强管理,尤其是在流动人口中加强宣传教育的力度,普及麻风知识,进一步提高基层医务人员、麻风防治条线医生、皮肤科和神经科医生麻风检查技能和诊断水平,早期发现病人和治疗病人,及时切断传染源,降低麻风畸残发生率。

“关爱麻风患者,共享和谐家园”。让我们一如既往地关注、支持参与麻风防治工作,使之持续发展,同时向他们献出一点爱心,让世界更温馨;让中华大地充满团结、友爱、亲情和温暖;让他们与我们共享改革30年来的丰硕成果。

让我们以党的17大精神、“三个代表”和科学发展观的重要思想,以迎接世博为契机,为构建社会主义和谐社会、同心同德、巩固、发展上海的麻风防治成果而继续努力。(上海市麻风防治协会 侯玉鸿)

大力倡导“合理用药” 切实推进医疗卫生改革

(上接第2版)

2008年,医院在徐伟民院长的带领下,强化管理措施,分条细化各项管理指标,并提出要采取规范管理、积极宣传和有效激励相结合的方法,大力倡导和推进合理用药工作,坚决杜绝违规“大处方”的出现,使得我院的药品比较往年出现明显下降,业务收入结构得到合理改善。

多年来,我院的特色制剂以优良的质量、出色的治疗效果、低廉的价格而享誉沪上,吸引了大量的皮肤病患者,为我院的快速发展奠定了良好的基础。徐伟民院长看准这一特色优势,提出我们要狠狠抵制质量、合理加强制剂成本控制,努力发展特色医疗,并在此基础上大力开发合理用药工作,以出色的医疗服务、低廉的药品价格水平来吸引病人,保证医院的健康可持续发展。

医院将在近期组织对骨干人员的培训,明确

院领导班子的联系点,紧紧围绕科学发展观主题,结合实际确定我院的活动实践载体和实施方案。在活动期间,医院将诚恳邀请有关职工代表全程参与此次活动,通过院报、网站等宣传渠道营造活动氛围,力争将此次学习实践科学发展观活动深入到全院每一位职工的学习、工作中。

明确领导班子的联系点,紧紧围绕科学发展观主题,结合实际确定我院的活动实践载体和实施方案。在活动期间,医院将诚恳邀请有关职工代表全程参与此次活动,通过院报、网站等宣传渠道营造活动氛围,力争将此次学习实践科学发展观活动深入到全院每一位职工的学习、工作中。

爱 让我们在一起



新年之际,到处都洋溢着新年的喜悦。在这喜悦的时刻,很多人都没有忘记在四川大地震中受灾的人们。当我院迎新晚会定下日期后,大家忙于编排新年节目的时候,我院的护士们就发起“举起你的手,献出你的爱”慈善义拍倡议活动,得到护理部、工会、团支部的大力支持。

拍品定下后,由护理部牵头,并出经费购置了一大批十字绣图纸和线。我院很多同事听说绣完的作品将在晚上进行慈善义拍,所得款项将全部捐赠给四川灾民后,都自愿来认领图纸,参与到绣品的制作中。其中既有身怀六甲的准妈妈,也有很多心灵手巧的小妈妈,还有很多人从没绣过的同志为了义卖也开张学着绣。由于时间非常紧张,而十字绣又是非常花时间的一项手工,很都同事为了赶时间,每晚都在“挑灯夜战”。老年科的郭倩一人就绣了三副作品,听说她为了最后一副作品的完工,绣到夜里一点多。还有老年科的工会小组长曹萍同志不仅参与绣品制作,还放弃休息日,全程负责作品的裱框、

收集等工作。众志成城,在大家的共同努力下,完成了十幅大绣品,十九件小绣品。其中的一套梅兰竹菊凝聚了杨柳萍、曹萍、张金、郭倩四位同志的心血。晚会当天,义拍活动将晚会推向了高潮。第一件千祥百福图拉开了此次拍买会的序幕,大家踊跃参与,纷纷举起了爱心之手,随着拍卖锤声落定,第一件由杨璐制作的千祥百福图被时贵生老师以三百元的价格一举夺得。紧接着由周瑾雯制作的寿字图又被张刚以三百元收入囊中。此时现场气氛十分活跃,郭倩制作的具有浪漫气息的蝶恋花、kiss 分别被张皓、余天惠以三百元的价格拍走。随着拍品的逐渐减少,拍卖行情见涨。接下来由薛凤娟制作的平安字、陈涵钰制作的福字被周玉田、王蕾二位老师以五百元的价格一一拿下。最后压轴的一套梅兰竹菊以二百元起拍,我们的徐院长非常爽朗的一口价力压群雄以五百元一举拍得。

由于时间的关系,拍卖很快就结束了。很多同志都感到非常遗憾,没能拍到自己心仪的作品。我

们的工作人员将十九件小作品拿到台下,很多同志都如获至宝,纷纷慷慨解囊,献出自己的爱心,到晚会结束,共筹得爱心款共计三千二百九十元整,并在晚会当场上交给工会主席张刚。

最后,作为活动的策划者之一,向参与制作绣品的二十一位同志表示感谢。因为有了你们,世界处处充满爱;因为有了你们,生活才变得更美好;因为有了你们,社会才变的更和谐!

(护理部 张怀健)

迎春送温暖

随着己丑年新春佳节来临,退管会于1月8日举行了2009年退休职工迎春会,会上医院党总支书记王

海山、院长徐伟民和工会主席张刚分别向老同志拜早年,致以节日的问候和崇高敬意,并祝退休老同志健康长寿,阖家幸福。在欢乐祥和的热闹气氛中,100多位退休职工欢聚一堂,享受着美味佳肴的年夜饭,喜迎新春佳节。

1月19日至1月21日退管会在徐伟民院长带领下和部分退休组长一起带着礼品、补助及组织的关爱对一些孤老、一老养一老、年老体弱、生活不能自理、因长期生病或其他原因引起的生活暂时困难家庭等15位退休职工进行了上门慰问和送温暖活动。

(退管会 胡尚富)

元月22日下午,住院党支部在8号楼会议室召开了一个简短的帮扶特困生座谈会,住院党支部与彭浦高级中学高三学生薛文琦结对已进入第三年了,支部每年在送温暖时,都邀请薛文琦同学来院座谈,了解学生在校的学习和生活情况。

薛文琦同学处在单亲家庭,母亲患病,家境较贫困,支部在彭浦街道帮扶扶贫会上得到信息后,主动与薛文琦同学结对帮助对象,支部每年资助学费2400元,每年寒暑假再为小薛添置学习和生活用品。小薛学习刻苦,并为家庭挑起重担,在座谈会上小薛回顾了医院叔叔阿姨们无微不至的关爱,使她在学习和生活中有了很大的鼓励。她表示将尽自己的努力考上理想中的大学,报答叔叔阿姨多年来的厚爱,做一个对社会有用的人,等自己有了能力后也会帮助社会上需要帮助的人。

值得支部自豪的是,三年前支部为彭浦街道帮扶另一特困生,彭浦高级中学应俊同学。现已是上海海事大学工商管理专业大三学生,并担任了校团委工作。在未来的日子里,支部将一如既往地关注关心她们。(住院党支部 余天惠)

们的工作人员将十九件小作品拿到台下,很多同志都如获至宝,纷纷慷慨解囊,献出自己的爱心,到晚会结束,共筹得爱心款共计三千二百九十元整,并在晚会当场上交给工会主席张刚。

最后,作为活动的策划者之一,向参与制作绣品的二十一位同志表示感谢。因为有了你们,世界处处充满爱;因为有了你们,生活才变得更美好;因为有了你们,社会才变的更和谐!

(护理部 张怀健)

加强院感控制 确保医疗安全

本报讯 为加强医院感染的预防与控制工作,防范医院感染重大事件。1月16日下午,医院感染专题会议在保德路召开,会议由徐伟民院长主持。相关职能部门、医院感染管理工作小组成员、院感染重点科科长主任、护士长等参加会议。针对内科老年病房发生感染性腹泻的情况,各相关科室进行认真自查,对存在的问题进行了彻底整改。

徐伟民院长提出要求各部门高度重视医院感染的预防与控制工作,认真贯彻落实《医院感染管理办法》和相关技术规范的各项规定,严格遵守预防和

控制医院感染的各项规章制度,加强对重点部门的监控力度,责任到人,确保我院医疗质量安全。

在接下来的工作中,感染管理科将严格按照技术规范及我院相关医院感染管理规定,对全院感染管理工作,尤其是医院感染管理重点科室进行专项检查,对科室规章制度的落实、医院感染重点环节的管理、消毒隔离、一次性物品的使用情况以及医疗废物的管理等进行全面的检查,同时加大了质控力度,要求各部门进一步规范医疗操作,降低感染风险。

(院感管理科 吴剑菲)

大力倡导“合理用药” 切实推进医疗卫生改革

合理用药即根据疾病种类、病人状况和药理学理论选择最佳的药物及其制剂,制定或调整给药方案,以期有效、安全地防治疾病的措施。作为医务人员努力追求的境界与目标,合理用药的概念在临床上和卫生管理工作中被多次提及和引用,但一方面“合理用药”本身随着医药技术的发展而动态变化,另一方面,用药的过程受着诸多因素的影响,“用药”真正“合理”,似乎还有一段路要走。

近几年来,社会上对药品费用的快速增长反响强烈,国家也在努力寻求和尝试各种有利于解决人民“看病贵”这一难题的方法。“看病贵”,与医疗机构药品收费过高、医生滥开“大处方”有密切关系。因此,国家一直强调要调整医疗机构收入结构,降低“药占比”,提升医务人员技术劳务价值,通过“一降一升”,逐步变“以药养医”为“以技养医”,切实缓解群众“看病贵”。

作为一家三级专科医院,凭什么立院、兴院?如何合理调动医务人员的工作积极性,以提供优质的医疗服务?如何才能发挥积极的作用,推进和深化医疗卫生改革事业,使广大人民能够真正得益,使医疗卫生事业可健康、持续发展?这是我们皮肤病性病医院的领导和职工们在认真思考的问题。

(下转 1,4 版中缝)

第56届世界防治麻风病日暨第22届中国麻风节活动纪实

本报讯 1月21日下午,上海市卫生局、民政局、市慈善基金会、市红十字会、申康医院发展中心、市、区残联、市、区疾控中心等各界人士100余人在保德路门诊住院部大堂庆祝第56届世界防治麻风病日暨第22届中国麻风节活动,慰问麻风休养员和工作人员,并介绍上海市麻风防治情况,上海申康医院发展中心医疗事业部主任于广军、上海市红十字会部长滕桂香、上海市疾控中心主任助理潘自超分别讲话,向全体工作人员表示亲切的慰问,高度赞扬麻风工作者长年累月为麻风现症病人和住院休养员服务的奉献精神,要进一步动员全社会关心麻风康复病人和住院休养员,在党和政府重视下, (下转 1,4 版中缝)



医院召开统战对象迎春座谈会

本报讯 1月9日,我院召开了统战对象迎春座谈会。会议讨论了2008年医院行政工作总结和2009年工作计划。会上,王海山书记强调,医院近年来的发展离不开统一战线成员的努力和奉献。2009年,统战成员要再接再厉,做到专业技术与学科建设齐头并进。徐伟民院长在部署2009年统战工作时说,医院统战成员要进一步发挥人才荟萃、智力密集的优势发挥统战优势,做好各项工作。各位专家要发挥自身技术优势,在医、教、研、防等方面发挥积极作用。

侯玉鸿医师喜获马海德基金奖

本报讯 侯玉鸿医师从事麻风临床、科研、康复和管理等工作36年之久,他工作虽然屡有变更但爱岗敬业,总是出色地完成各项任务。70年代后期至80年代中期,侯玉鸿医师被选派至麻风研究室工作,在纪宝宏主任指导下参与鼠垫模型的建立及抗麻风药物的耐药等研究,为我国麻风开展联合化疗的必要性提供了科学依据。

开展康复工作时,他事先作了患者需求的调查,及时地为麻风患者提供了轮椅车、拐杖、假肢等康复用具。克服了社会对麻风一些恐惧和偏见,说服了一些休养员不愿意外出的顾虑,使25位年迈畸残严重伴发白内障者,分批住入第十人民医院施行手术,使之重见光明,休养员非常感激。麻风受累者的生活、子女就业、上学等等有困难时,侯玉鸿医师往往多方联系尽可能予以帮助,使之共享社会大家庭的温暖。

麻风病区装修和改建中,他一再要求,尽最大限度的方便病人,做到规范化、人性化和环保化。期间,麻风科经历先后三次搬迁,病人分分合合,要大家长居久安和谐相处实在是不容易,在侯医师领导参与下,同道们深入细致地做好每一个人工作,终如愿以偿。搬迁时适逢高温季节,临时住所条件差,但没有发生1例中暑病人和意外事件。

在医院领导全面关心和大力支持下,侯玉鸿医师作为“感染中心”主要筹办者,他积极参与,为“感染中心”的建成作出了努力, (下转 1,4 版中缝)

送福篇

(一) 我把福字送上门, 福福人人都欢迎, 福福的含义非常深, 未知各位可在心, 有人就在福中生, 但却不知福在身;

(二) 福非单纯衣食住行, 吃好着暖暖一种, 福靠善缘去接引, 劳动实是有福人, 若无疾病绕身心, 若是福高超人;

(三) 知足本身是福份, 家中安定和睦亲, 福在家中长驻定, 家人皆借此福荫, 来之不易靠福荫, 不忘祖宗双亲;

(四) 要知福份抢不走, 有福修福福要紧, 因为福是享得尽, 一旦福尽祸必近, 珍福善缘得要紧, 一切邪恶切莫近;

(五) 各人自有各人福, 这点一定要明确, 三两黄金四两福, 福比黄金更稀获, 无福得金祸潜伏, 世人必须重修福;

(六) 最怕有福不珍福, 暗里却把恶业作, 以行为无人察觉, 忘了因果怎么说, 种瓜得瓜种豆得, 种种恶果苦自吃。

(退休职工 戴信善)

上海市皮肤病性病医院报

蓝光(Omnilux)——痤疮患者的希望之光

痤疮,俗称“青春痘”,是一种发生于毛囊皮脂腺的慢性皮肤病,多发于面部、前胸、后背等皮脂腺丰富的部位。临床表现为黑头粉刺、白头粉刺、炎性丘疹、脓疱、结节、囊肿,易形成色素沉着、毛孔粗大甚至疤痕样损害,严重者可导致毁容,造成极大的心理压力。痤疮为什么反复出现?目前最好最快的治疗方法究竟是什么?让我们一起揭开痤疮发病之谜,了解治疗痤疮最先进的治疗技术。



一、令人头痛的痤疮丙酸杆菌
痤疮的炎症与痤疮丙酸杆菌有密切关系,该细菌深藏在毛囊皮脂腺内,由于皮脂腺的特殊结构,给我们带来治疗上的困难。抗生素治疗起效时间通常需要三个月以上,这对于广大痤疮患者来说很难坚持治疗。

二、蓝光治疗痤疮的原理
蓝光疗法是利用415nm的光激活痤疮丙酸杆菌代谢产生的内源性卟啉,通过光毒性反应产生单线态氧,诱导细菌死亡,同时保护其他皮肤组织不受损伤。

三、蓝光治疗痤疮的前景
由于蓝光治疗属于物理治疗,起效快,无系统副作用,在欧洲及亚洲发达地区已经普遍应用于痤疮的治疗。

每次仅需15-20分钟,每周2次,治疗4周后炎症皮损明显降低,60%以上的病灶能有效清除,治疗结束后能维持较长时间,尤其适合于背部、胸部大面积皮损的患者。由于蓝光治疗痤疮不耽误时间,起效快,疗程短,不良反应少,值得临床推广。

我院治疗科已引进英国欧美娜蓝光(Omnilux Blue)痤疮治疗仪,在物理光治疗痤疮及光动力治疗、美容领域中处于国内领先水平。

治疗时间: 周一至周六 8:00-16:00 午间不休。 (治疗科 张琳玲)

我院皮肤外科接诊时间增加

我院皮肤外科是国内最早从事该领域的专业性临床科室之一,拥有高级的专业人员,技术力量雄厚,设备设施先进,年均治疗人次四千余,擅长以美容外科技术进行皮肤良、恶性肿瘤和各种损容性疾病治疗。

为满足广大病员的需求,自今年1月8日起,皮肤外科增加接诊时间,具体如下:
保德路手术室室增为每周二、三、五、六、日全天;
武夷路手术室室增为每周二、三、四、五、六、日全天;
周二全天 由汤依晨医师主持手术
周三全天 由赖永贤医师主持手术

周四全天 由陈晓罡医师主持手术
周五全天 由徐晓云医师主持手术
保德路:
周一全天 由赖永贤医师主持手术
周三全天 由汤依晨医师主持手术
周五全天 由陈晓罡医师主持手术
皮肤外科将一如既往地提供优质的服务。如有疑问,欢迎来电。

联系方式:
武夷路手术室电话:62525977
保德路手术室电话:56482007 转 233 分机 (皮肤外科 赖永贤)

2008年第四季度医疗质量讲评会召开

本报讯 1月19日下午医务科在保德路大会议室对全院医务人员进行了2008年第四季度医疗质量讲评。医务科科长王海俊、副院长严莉娟、药剂科副主任陈中建、护理部主任杨莉萍、院感管理科龙佳玮分别针对去年第四季度的医疗服务质量及纠纷投诉情况、医院质量控制情况、外配处方质量、门诊病历质量、处方点评、院内感染控制情况、护理质量及总结等进行了专项讲评,全院各级临床医务人员近140人参加了讲评会。

徐伟民院长强调,在2009年医院将进一步加强医疗质量安全和医疗服务,加强人员素质培训、提高护理质量、强化核心制度管理工作,努力提高医疗、护理服务水平,实现跨越式发展,为广大市民提供更好、更优质的服务。(医务科 严莉娟)

总结过去 展望未来 皮肤与化妆品研究室2008年成果喜人

本报讯 2008年皮肤与化妆品研究室在院党政领导的支持下,在王学民和周玉田两位主任的带领下,在各兄弟科室的协作下,在科室全体员工的忘我工作和不懈努力下,各项业务均稳步增长,呈现一副欣欣向荣的景象。

2008年是卫生部化妆品人体安全性和功效检验机构以及化妆品皮肤病诊断机构重新评定的一年,经过和全国各大医院的激励角逐,我院皮肤与化妆品研究室再次成为卫生部的这两大机构。卫生行政审批产品业务量有很大的增长,其中人体斑贴试验项目样品数比去年增长29.52%,人体试用试验项目样品数增长11.39%,SPF值测定项目样品数增长14.97%,PFA值测定项目样品数增长47.50%。

这里还值得一提的是,长期以来皮肤与化妆品研究室与各大化妆品企业的科研部门均保持着良好的合作关系,不断为企业提供各项技术咨询和技术服务。在2008年中,更是取得30项的合作项目,达到历史新高。

2008年已经过去,等待着皮肤与化妆品研究室的是更大的竞争和挑战,相信在医院领导和兄弟科室的继续关心、支持和帮助下,研究室必将再创佳绩。(研究室 谈益妹)

展现能力 突出业绩 检验科完成业务组长聘任工作

本报讯 春节前夕,检验科完成09年度组长岗位人选的聘任工作。根据学历、资历和能力条件,通过竞聘演讲、评议,从竞聘者中选拔3位组长。分别是武夷路“临床检验实验室”组长吴磊;“分子免疫和微生物实验室”组长金月兰;住院部“分诊中心实验室”组长杨虹。他们都已从事专业6年,其中硕士学历2名,1名本科学历。本次聘期为1年。

“牛年”第一个工作日,按照科室规划,科主任与组长们沟通商量,形成完整的全年工作计划,详细布置了日常检测、质量考评、业务学习、岗位继续教育、及科研等工作。希望新任组长能够在保持前任组长良好管理的基础上,发挥各自业务专长,调动各组成员工作积极性,协调好组与组之间工作关系,积极配合临床科室,满足老百姓就医需求,在科主任的带领下,全科成员团结一致努力提升窗口服务水平,树立文明形象。(检验科 杨阳)

科教科业务学习蓬勃开展

本报讯 今年,科教科在院领导和分管院长的督促帮助下,按照2009年的工作计划每月都开展了全院业务学习。近期组织了2次业务讲座,对我院专业人员进行专业辅导。

1月15日,我们邀请了二军大科研处为我们相关的医务人员举办了“国家自然科学基金申请”的辅导讲座,报名参会医护人员达到了45人,会后大家积极踊跃撰写标书,目前已有9人向科教科递交了《国家自然科学基金申请书》。

2月12日,我们又邀请中山医院的教育处处长为医院全体医护人员作了题为“住院医师/专科医师培养”的专题讲座。目的是提高我院住院/专科医师的专业技术水平,提升我院医务人员素质。参会人员超过了90人。会后科教科对部分参会人员进行了回访,大家一致认为开展“住院医师/专科医师培养”的专题讲座,不但关系到每个医护人员考评、晋升等切身利益问题,而且在接受继续教育方面,进一步明确了努力方向。有利于专业人员业务水平提高和医院长远发展。(科教科 陈希平)

香港内地同工实习后感

(上接第3版) 有自己应有的权利和发展机会,过幸福而有尊严的生活,而不是因为无知及偏见造成世人的歧视和排斥。身为一名医务人员,我希望以自己的专业知识,为这样一群不幸的人群出一份力,帮助他们树立重新生活的信心!

最后,不得不提一下基金会的义工招募工作。众所周知,香港的义工招募工作是十分完善的,几乎每个工作领域都活跃着义工的身影。而基金会的义工组织工作也十分出色,每次活动都能看到不同义工的参与,他们虽没有报酬,但工作起来都能尽快进入角色,兢兢业业,认认真真,并能圆满完成布置的任务。而基金会也时刻不忘这些义工,除了进行义工培训、聚会等活动之外,每年还会评选出工作突出的义工进行特别嘉奖,使这些义工们在以后能更好的投入到预防艾滋病的工作中去。

如何正确洗手

洗手是提高个人卫生,预防传染病最简单及最有效的方法,许多人花钱尝试各式各样提高免疫力的偏方,却忽略了这一简单、有效又能自保的良方。医院中一些院内感染控制都是从洗手做起,洗手是预防A型肝炎、杆菌性痢疾、伤寒、肠病毒等传染病最重要的程序。草率的洗手方式,尤其是洗手后将手上多余的水利用衣服擦干,测得洗手后残留的菌数不减反增。

医务人员正确洗手的方法是:
一、采用流动水洗手,使双手充分浸湿;
二、取适量肥皂或皂液,均匀涂抹至整个手掌、手背、手指和指缝;
三、认真揉搓双手至少十五秒钟,应注意清洗双手所有皮肤,清洗指背、指尖和指缝,具体揉搓步骤为:1.掌心相对,手指并拢,相互揉搓;2.手心对手背沿指缝相互揉搓,交换进行;3.掌心相对,双手交叉指缝相互揉搓;4.右手握住左手大拇指旋转揉搓,交换进行;5.弯曲手指指使关节在另一手掌心旋转揉搓,交换进行;6.将五个手指尖并拢放在另一手掌心旋转揉搓。交换进行。
四、在流动水下彻底冲净双手,擦干,取适量护手液护肤。

(院感管理科 吴剑菲)

图片新闻

2008年12月27-28日,由上海市麻风协会秘书长侯玉鸿带队,组织我院部分麻风专家及区疾控中心麻风防治条线成员一行17人,前往江苏省姜堰市溱湖医院参观考察。(总务科 余天惠)

香港内地同工实习后感

很荣幸,这次受到香港爱滋病基金会的邀请,参加了为期两周的“第十届内地同工实习计划”,与香港爱滋病基金会的同仁们进行了经验交流分享,感触颇深。回来后,我整理了实习期间的心得,向大家汇报一下我的学习心得。

香港爱滋病基金会成立于一九七九年,是一个非政府、非营利的爱滋病服务机构,由董事局及委员会、基金会秘书处组成。目前基金会共有16位员工,他们都是来自社会上不同阶层的热衷于公益事业的人士,这个团队给我印象最深的就是非常团结,非常有活力,非常有效率,也非常富有创新精神!另外还有一个小小的插曲:相信每一位到过香港爱滋病基金会设在筲箕湾赛马会诊所5楼办



食物源性过敏性皮肤病的发生及防治

过敏性皮肤病——由某些物质所致机体皮肤黏膜因变态反应而产生红斑、发疹、瘙痒的一类皮肤病,是皮肤科门诊最为常见的病种之一。尽管其发病机理复杂和多样,但不同原因所致疾病的临床表现却具有很多相同或相似之处。由食物所致者,在某些特殊的场合和特定的人群中比较常见。

所谓食物过敏,即食物中的某种物质进入体内(通常是蛋白质),被机体的免疫系统当成了入侵的病原,发生了免疫反应。食物过敏的症状因人而异,体质不同和食物的种类不同而有差异,皮肤科门诊以荨麻疹、湿疹、接触性皮炎等最为常见。其皮损主要表现为红斑、丘疹、紫癜或风团等多形损害,同时可伴有瘙痒;有些患者甚至伴有腹痛、腹泻、呕吐、气喘、鼻炎、血压下降、休克等全身症状。

食物过敏,一种是免疫性的,主要与蛋白质类食品有关,某些蛋白质进入机体后,会刺激机体免疫系统,产生免疫球蛋白抗体,后者数量过多,则会活化肥大细胞和嗜酸性粒细胞,并释放过敏成分,产生过敏反应。另一类食物过敏,与免疫反应无关,而是因为人体对某些食物的特殊成分无法适应所引起的,如:有些人食用草莓、巧克力、贝类、坚果、芒果等食物,或胡椒、味精等调味品也会发生过敏现象。常见的致敏食物如:
1.海鲜类:虾、蟹、贝类、不新鲜的鱼类等;
2.含人工添加物的食品:人工色素、防腐剂、抗氧化剂、香料(如:汽水、果汁、酱菜、酱油、黄色布丁、黄色糖果、五香豆干、牛肉干、各类罐头、方便食品、方便面,等)。
3.豆类:花生、大豆、豌豆;
4.坚果类:花生、腰果、杏仁、核桃。
5.含咖啡因者:巧克力、咖啡、可乐、茶、可可。
6.某些水果:芒果、草莓、番茄、橙、等。
7.含酒精的饮料或菜肴。
8.某些食物可通过诱发光敏感而产生皮肤过敏反应,如:无花果、芹菜、紫云英、芥菜、菠菜、泥螺等。
9.其它:牛奶、鸡蛋、香菇、竹笋、残留农药的蔬菜、果。

哪些人容易食物过敏:
1.遗传过敏体质;
2.年龄因素,70%食物过敏发生在30岁以前;
3.气喘者,或有气喘家族史者。

食物过敏诊断:
1.详细完整的过敏病史;
2.食物过敏原测试;
3.血清IgE抗体检查。
食物过敏原测试和食物特异性IgE抗体检测有助于识别是否真正由于食物所致过敏,避免盲目对机体所需食物的禁忌。

食物过敏的预防:
1.禁吃可能引起过敏的食品;
2.不吃不新鲜的鱼类食品;
3.尽可能寻找可能致敏的原因,有助于预防再次过敏;
4.对于过敏体质者,想尝试吃未知是否过敏的食品,先阅读食物标识,看看是否含有引起过敏的成分;
5.如果不知道自己何种食物过敏,可坚持以日记的方式,了解过敏与饮食品种的关系,帮助寻找准确的过敏原;
6.6岁以下儿童,约1%-3%对食物过敏,尤其是婴幼儿,其胃肠功能不够健全,某些食物中的蛋白未经充分消化就直接进入了体内,更容易发生食物过敏。对牛奶过敏的婴儿,最好母乳喂养;哺育母乳时,母亲忌食家族中已经证实的会造成过敏的食物,若无法母乳喂养,则改成豆粉制成的婴儿奶粉,或调换其它品质的奶粉。

食物过敏治疗原则:
1.避免食用引起过敏的食品;
2.一旦过敏,尽可能回想过敏前24小时吃过那些东西,寻找过敏食物,避免再次食用或盲目禁忌;
3.尽快到专业医生处诊治,对症及合理治疗。

如何正确洗手

公共场所的人都有这样的印象——办公室太简陋了!我们所有的内地同工都向OC总干事“为什么不好好装修一下呢?”得到的回答是:“基金会不是没钱装修、添置办公用品,而是想把每一分钱花在最需要需要的地方!”真是感动!我想这种理念恐怕就是与内地的巨大差距所在吧!

在基金会短短的两周实习期间,我与其他来自内地的9位同仁们不仅听取了服务部、教育部、通讯部、义工统筹部等各部门负责人的讲座分享,而且还走到香港街头,参加了基金会安排的外展活动、TVB电视筹募活动、美沙酮诊所外展活动、跨境旅客教育项目外展活动、香港城市大学男男性行为者研究发表插图:相信每一位到过香港爱滋病基金会设在筲箕湾赛马会诊所5楼办

