把握肺结核治疗黄金期

说起肺结核，很多人第一反应就是“痨病”，这种曾让人闻之色变的疾病，似乎距离现代人越来越远了。然而，肺结核并没有消失，它仍然是全球范围内传染性极强的疾病之一。值得庆幸的是，现代医学已经掌握了有效的治疗手段，只要发现得早、治疗得当，肺结核是完全可以治愈的。接下来，我们一起来了解肺结核以及如何正确面对它。

什么是肺结核？

肺结核是由一种叫“结核分枝杆菌”的细菌引起的疾病。这种细菌主要侵害人的肺部，但它也可能侵犯身体的其他部位，比如淋巴结、骨骼甚至肾脏。不过，绝大多数结核病例都发生在肺部，因此我们习惯称它为“肺结核”。结核分枝杆菌喜欢在潮湿、缺氧的环境里生长繁殖。它的传染方式主要是空气飞沫传播，当感染者咳嗽、打喷嚏或者大声说话时，空气中就会漂浮着大量含有结核杆菌的飞沫颗粒，健康人吸入了这些带菌飞沫，就有可能被感染。不过被感染并不等于就会得病，很多人感染结核菌后，身体的免疫系统能够有效“控制”它们，使得细菌处于“沉睡”状态，这种情况叫做“隐性感染”。只有当免疫力下降，结核菌“苏醒”，它们才会大量繁殖，引起肺部炎症，最终发展为肺结核。

早发现有多重要？

肺结核的早期症状往往不明显，容易被忽视。起初，患者可能只是感到有些疲惫、轻微咳嗽、低热、盗汗。很多人以为这只是“感冒没好”，或者“身体有点虚”，有的人甚至一拖就是几个月，等到出现持续咳嗽、胸痛、咳血、体重明显下降时，病情往往已经比较严重了。肺结核在早期传染性较强，治疗效果却最好，因为这个阶段细菌数量少，药物能够更好地发挥作用，病灶范围也小。反之，如果拖延到晚期，病情复杂，治疗难度就会增加，疗程更长，耐药风险更高。因此，“早发现”是打赢肺结核的关键。

如何做到早发现呢？如果出现持续两周以上的咳嗽、胸痛、咳痰、低热，尤其是夜间盗汗、食欲不振、体重下降，就要提高警惕，及时去医院做胸部X光检查和痰液检查。结核菌检测技术已经相当成熟，能够在短时间内明确是否感染。

治疗肺结核并不难

过去，由于药物和医疗条件有限，肺结核一度被视作“绝症”。但如今，抗结核药物种类齐全，规范的治疗方案可以在大部分病例中取得良好效果，只要严格按疗程服药，绝大多数肺结核患者是能够彻底治愈的。目前治疗肺结核的标准方案通常包括几种联合使用的药物，疗程通常为6到12个月。治疗期间必须坚持每日按时服药，即便症状减轻甚至消失，也不能擅自停药，因为结核菌容易“躲藏”在身体里，如果提前停止用药，它们就可能再次繁殖，导致病情复发，甚至形成耐药结核，增加治疗难度。肺结核患者在治疗期间还需要注意饮食营养均衡，保持良好的休息和心理状态，避免劳累和过度紧张。家人也要理解和支持，帮助患者顺利完成治疗。

为什么会得肺结核？

有些人会问，为什么偏偏我会得肺结核？其实，感染结核菌的机会与生活环境、个人健康状况密切相关。长期处于通风不良、人口密集的环境，比如矿井、工厂、宿舍，容易接触到带菌者，增加感染风险。免疫力较弱的人群，比如老人、儿童、糖尿病患者、艾滋病患者，也更容易从“隐性感染”转变为发病。另外，长期营养不良、吸烟、过度疲劳等生活习惯，也可能削弱免疫系统，使得结核菌趁机“复苏”。所以，提高自身免疫力、保持健康生活习惯、加强营养摄入，对预防肺结核非常重要。

预防肺结核人人有责

说到这里，你可能会担心：如果周围有人得了肺结核，我是不是很容易被传染？其实，虽然肺结核传染性强，但只要做好防护，完全可以避免感染。首先，患者一旦确诊肺结核，应该佩戴口罩，避免近距离接触他人，尤其是老人和儿童。居住环境要保持通风，每天开窗换气至少半小时，家庭成员在照顾患者时，要戴口罩，勤洗手，避免使用同一餐具。值得一提的是，国家早在新生儿期就安排了卡介苗接种，这是对结核感染的一道重要屏障。虽然它不能完全防止结核病，但可以显著减少儿童发生严重结核，比如结核性脑膜炎和播散性结核。

肺结核并不可怕，它早已从曾经让人绝望的“痨病”变成了可以治疗、可以控制的常见传染病。如果你或家人出现持续两周以上的咳嗽，伴有低热、盗汗、食欲减退、体重下降等症状，请不要犹豫，尽快到医院检查，做到早发现、早诊断、早治疗。

(池州市第二人民医院感染科 何敏)

守护血透患者“生命线”

在慢性肾衰竭患者的世界里，血液透析是维持生命的关键治疗手段，而动静脉内瘘(AVF)则是他们不可或缺的“生命线”。一个功能良好的动静脉内瘘，能够确保透析过程中血液的顺利引出和回输，保证透析效果，让患者在透析治疗中更加安全、高效。本文将为您详细介绍动静脉内瘘的护理指南，帮助透析患者更好地守护这条至关重要的血管通路。

动静脉内瘘是一种外科手术，通过将动脉(多为桡动脉)与邻近静脉(多用头静脉)直接吻合，使静脉充盈、扩张，形成血流量200—500ml/min的永久性血管通路。这种血管通路为血液透析提供了稳定、高效的血流通道，具有感染风险低、使用寿命长、血流量稳定等诸多优点。对于肾功能衰竭患者来说，血液透析是清除体内毒素和多余水分的重要手段。动静脉内瘘作为血液透析的基础，能够提供充足的血流量，保证透析效果，维持患者的身体内环境稳定。如果没有动静脉内瘘或者内瘘出现问题，血液透析将无法顺利进行，患者的生命健康将受到严重威胁。

内瘘成熟一般需4-6周，成熟是指静脉明显扩张动脉化。过早使用易导致血管壁损伤、血管纤维化、管腔狭窄等并发症，缩短使用寿命。术后8周静脉还没有充分扩张，血流量<600ml/min则为内瘘成熟不良或发育不全。术后3个月尚未成熟，则认为内瘘手术失败，需考虑介入治疗或建立新的内瘘。术后需保持伤口清洁干燥，避免沾水，防止感染。按照医生的嘱咐定期更换伤口敷料，观察伤口有无红肿、渗血、渗液等情况。术后要抬高手术侧肢体，促进血液回流，减轻肿胀。避免在手术侧肢体测量血压、抽血、输液等，防止压迫内瘘，影响血液循环。术后一段时间后，在医生的指导下，可以进行适当的内瘘锻炼，如用手术侧手握握力球，以促进内瘘血管的扩张和成熟。

在日常生活中，不要在内瘘侧肢体佩戴过紧的首饰或衣物，防止压迫内瘘。内瘘侧上肢避免负重，睡觉时不要压迫术肢。保护术肢，避免碰撞、提重物，防止受伤。衣着宽松，衣袖要松大，术肢避免佩带饰物。内瘘术肢禁止测量血压、一切静脉治疗以及抽血。每天清洗局部皮肤，保持清洁，预防感染。透析过程中，密切观察内瘘局部有无疼痛、肿胀、渗血等异常情况。透析结束后，护士会用压迫止血的方法止血，患者要按照护士的要求，适当按压穿刺部位，按压时间一般为15-20分钟。日常生活中还需要注意内瘘的自我监测，“一看二摸三听”：每天清晨醒来，患者应首先视诊观察内瘘部位的皮肤有无红肿、淤青；触诊感知内瘘部位震颤的强度，震颤是由于动脉血液高速流入静脉时产生的湍流所引起的，是内瘘正常工作的标志，正常情况下震颤应该是均匀且有力的；听诊血管杂音是否减弱，正常情况下声音应该是清晰、响亮且连续的，如果血管杂音减弱或消失可能预示着内瘘出现了严重的问题。

内瘘血栓形成是内瘘最常见的并发症之一。如果发现内瘘处搏动减弱或消失、血管变硬、透析时血流量不足等情况，可能是内瘘血栓形成，一旦发生血栓，应立即就医，医生会根据具体情况采取溶栓、手术取栓等治疗措施。内瘘感染表现为内瘘局部皮肤红肿、疼痛、发热，严重时可能出现脓性分泌物。如果发生感染，要及时使用抗生素治疗，同时注意保持局部清洁。随着内瘘使用时间的延长，可能会出现血管狭窄，导致血流量减少，通过血管超声等检查可以发现内瘘狭窄。对于轻度狭窄，可以采用球囊扩张等介入治疗方法；对于严重狭窄，可能需要重新手术。建议透析患者摄入优质蛋白质，多吃富含维生素、脂肪酸的食物，改善血管弹性，预防钙化。

在漫长的治疗旅程中，动静脉内瘘对血液透析患者至关重要，承载着维持患者生命体征平稳、保障透析治疗顺利开展的重任。通过科学的护理和锻炼，患者可以有效延长内瘘的使用寿命，提高生活质量。希望本文的护理指导能够帮助透析患者更好地守护这条“生命线”，让透析治疗更加顺利，让生命更加健康。

(金寨县人民医院 张旭)

破解PICC居家护理误区

张阿姨做完化疗，带着PICC导管安心回了家。她谨记护士叮嘱，每周小心翼翼消毒换膜，却仍因手臂红肿疼痛紧急返院。询问发现，张阿姨因家住乡下，周围没有维护地点，又觉得来院不方便，每次自己在家中维护，而且只消毒涂擦导管出口周围一小圈区域，未能覆盖足够皮肤范围，导致细菌悄然入侵。这种因认知偏差导致的维护失误，在带管回家的患者中屡见不鲜。

PICC导管为长期输液患者开辟了生命通路，但居家维护的认知盲区却可能让这条通路危机四伏。据统计，导管相关并发症中近40%发生于居家护理期间，其中维护误区是重要诱因。结合日常维护指南，我们需澄清迷雾，为居家导管安全护航。

常见误区一：防水保护过度或不足

部分患者因惧怕伤口沾水，沐浴时用多层保鲜膜紧紧缠绕包裹，甚至因此减少清洗次数。过度包裹反而因不透气滋生细菌，且过紧缠绕影响血液循环。另一些患者则大胆淋浴，仅简单遮挡，导致敷料浸湿。可使用专业防水套(覆盖范围需超过敷料边缘5cm以上)，或选择手臂高举式淋浴并尽快擦干。若敷料不慎浸湿，必须立即规范更换。

常见误区二：消毒操作不规范

1.范围不足：如张阿姨般，仅消毒导管出口周围极小区域。

2.手法错误：棉签来回涂擦，或力量过轻未能有效去除污垢与微生物。

3.未待干：消毒液未充分挥发干燥即覆盖敷料，削弱效果且刺激皮肤。

科学护理要点：

1.范围足：以穿刺点为中心，消毒面积大于贴膜面积。

2.手法对：使用含有效浓度氯己定(>0.5%)的消毒液，“三遍擦拭法”：第一遍顺时针，第二遍逆时针，第三遍再顺时针，力度适中，单向有力擦拭，确保全覆盖无死角。

3.待干透：必须等待消毒区域自然干燥后，方可粘贴新敷料。

常见误区三：敷料选择与更换的迷思

1.惧怕透明敷料：认为“不透气”而自行改用纱布。纱布易受潮、需频繁更换(至少每2天一次)，极大增加污染与导管移位风险。

2.敷料卷边、脏污、潮湿仍不更换：心存侥幸，拖延更换时间。

科学护理要点：

1.首选透明敷料：推荐使用高通透性透明敷料。它便于观察穿刺点、固定牢固、屏障性好，且更换频率低(通常5-7天一次)。

2.及时更换：敷料出现卷边、松动、污染、浸湿或到期，必须立即按规范流程更换。

常见误区四：忽视导管功能维护与活动管理

1.不敢活动置管侧肢体：手臂长期制动，可能导致关节僵硬及增加静脉血栓风险。

2.忘记规律冲封管：认为出院后无需像在医院那样维护导管通畅。

3.暴力处理阻力：冲管遇阻力时强行推注，可能导致导管损伤或血栓脱落。

科学护理要点：

1.适度活动：可进行日常活动如吃饭、梳头等，避免提重物(>5kg)、用力拄拐、大幅度甩臂或剧烈运动(如游泳、打球)。鼓励做握力球锻炼以促进血液循环。

2.严格脉冲式冲管与正压封管：每次输液、抽血后，治疗间歇期(通常至少每7天一次)，必须使用足量生理盐水进行“推-停-推”的脉冲式冲管，并在最后环节以正压技术封管，维持导管全程通畅。

3.遇阻即停：冲管时若遇阻力，切勿强行推注！应立即联系医护人员处理。

常见误区五：忽视观察与延迟报告

对穿刺点轻微发红、手臂略胀等情况不以为意，或出现发热才就医，可能错过早期干预最佳时机。

科学护理要点：每日做好“导管安全核查”

1.看穿刺点：有无发红、肿胀、渗液(脓性、血性)、疼痛。

2.摸手臂：沿导管走向皮肤有无发热、发硬、条索状；手臂、肩膀有无新肿痛。

3.量臂围：与置管时记录的基础臂围对比(通常在肘窝上10cm处测量)，差值>2cm需警惕。

4.测体温：不明原因发热(>38℃)需考虑导管相关感染可能。

5.查导管：敷料是否完好；导管外露长度有无变化(与初始记录对比)；有无破损、漏水。

任何异常信号出现，务必第一时间联系医院静疗团队或返院处理！

PICC导管非冰冷医疗器具，它承载着康复的希望。家庭维护看似琐碎，实则是守护生命通道畅通的关键战场。掌握新知，摒弃误区，让这条“生命线”在家中也同样安全、稳固。

(六安市中医院 邵敏)

“快乐8”活动进行中

玩转快乐8 幸福你我他

活动时间：自快乐8游戏2025153期开始(2025年6月12日晚开奖)预计开展30期。

赠票活动：选二、选五玩法赠票活动

凡购买单票金额40元及以上的“选二”玩法的彩票和单倍金额16元及以上的“选五”玩法复式或胆拖投注的快乐8游戏彩票，中指定奖级后可参与赠票活动。

免单活动：选五玩法免单活动

购买“选五”玩法复式投注9码和10码的快乐8游戏彩票，仅中4个号码可参与免单活动。

投注方式	指定奖级	活动赠票总金额	单组赠票金额
选五复式投注9码	仅中4码	220万元	252元
选五复式投注10码			504元

相约星期五 一起快乐8

活动时间：2025年6月13日起每逢周五开展。

玩法一：快乐8游戏选十玩法复式投注12码及以上赠票活动

活动期间，对购买快乐8游戏选十玩法复式投注12码及以上的彩票，以跟票的方式赠送一张快乐8游戏选九玩法10码彩票(价值20元)。

玩法二：快乐8游戏选九玩法复式投注11码及以上赠票活动

活动期间，对购买快乐8游戏选九玩法复式投注11码及以上的彩票，以跟票的方式赠送一张快乐8游戏选九玩法八胆拖5码彩票(价值10元)。

玩法三：快乐8游戏大转盘抽奖活动

自2025年6月13日起，每逢周五，凡购买快乐8游戏选十玩法复式投注12码及以上或选九玩法复式投注11码及以上的彩票，通过安徽福彩官方微信进入活动专栏，扫描票面二维码参与转盘抽奖最高可获得188元微信红包。

每期奖项	每期数量
50元话费	90个
188元微信红包	7个
88元微信红包	17个
8元微信红包	75个

最高奖金30万元

刮刮乐“国泰民安-五谷丰登”

刮刮乐新票“国泰民安-五谷丰登”票面设计以红色、金色为主色调，色彩鲜艳，渲染出喜庆祥和的氛围。背景图案中金黄的稻谷、闪耀的礼花、大红的灯笼、昂扬的醒狮……呈现出国泰民安的大国风采、洋溢着硕果丰收的喜悦之情。

该票面值10元，10个奖级，11次中奖机会，最高奖金30万元。

本彩票共有3个玩法，3个玩法区内的中奖奖金兼中兼得。

玩法一：刮开覆盖膜，如果刮出“鼓”图符，即可获得该图符下方所对应的奖金。中奖奖金兼中兼得。

玩法二：刮开覆盖膜，如果刮出3个相同的奖金金额，即可获得该单一奖金。

玩法三：刮开覆盖膜，如果刮出“国泰民安”图符，即可获得50元奖金。

我市福彩开展全市销售渠道安全隐患专项检查

根据省中心《关于开展安徽省福利彩票销售渠道安全隐患专项检查的通知》文件的要求，为强化责任彩票建设，规范渠道管理，保障福彩销售工作安全有序进行，市福彩中心成立安全检查专项小组，自5月15日起分成两组，对全市福彩销售渠道进行安全隐患专项检查，切实筑牢安全生产防线。

此次专项检查主要针对全市福彩销售渠道存在的安全隐患、是否规范经营以及网点规范建设等方面进行。检查内容涵盖销售网点灭火器材是否配备且在有效期、从业人员是否掌握消防技能、网点销售设备和监控设备运行及用电、线路是否安全等。重点对是否私下更换代销者、是否存在非法彩票销售、未张贴警示语和提示语、向未成年人售彩及兑奖、过期海报清除、支付方式合规性等进行检查。同时，对投注机器进行了清洁维护，更换了老旧的开奖号码分布图，并对网点建设是否适合升级改造进行了细致评估。

在检查过程中，检查组不仅关注硬件设施的完善，还着重强调了合规经营和责任彩票的重要性，针对检查中发现的问题进行立即整改。后续将对整改情况进行跟踪复查，形成安全管理闭环。同时，市福彩中心广泛听取并收集了网点业主及销售员的意见和建议，以更好地优化市中心及县区管理站的工作流程，推动福彩事业的可持续发展。

通过此次安全隐患专项检查，进一步落实落细安全生产措施，提升了福彩从业人员的合规销售意识与安全生产意识，规范了全市福彩网点安全经营行为。六安福彩将以此次检查为契机，持续深化安全体系建设，不断完善安全管理制度，加大安全巡查力度，确保全市福彩销售安全运行和健康发展。

我市购彩者喜中

620万元双色球大奖

6月15日，我市购彩者喜中双色球2025067期一等奖1注及六等奖1注，中奖票为10元5注单式票，中奖总金额620.063万元。大奖出自我市霍邱县城关玉泉东路锦绣公馆西第34135102号销售网点。

当期开奖红球号码为01、05、10、17、20、22，蓝球号码为5。奖池金额23.77亿元，当期销量3.89亿元，筹集公益金1.40亿元。全国开出一等奖13注，分别为山西、安徽、湖北、湖南、宁夏各1注，广东2注，吉林4注，浙江2注。单注奖金6200625元。

647名白血病患儿

将获彩票公益金资助

6月6日，中国红十字基金会“中央专项彩票公益金大病儿童救助项目”通过网络评审方式，完成了本年度第六批白血病患儿救助评审工作。本次参评的白血病患儿共647名，均通过专家评审。

对于公示期内无异议的患儿，中国红十字基金会将于近期发放资助告知书，通过评审的患儿在告知书有效期内提交合格票据，审核通过后，将按程序拨付救助款。

为缓解困境大病患儿家庭医疗费用压力，救助更多大病患儿，中央专项彩票公益金从2009年起开始支持中国红十字会开展白血病儿童救助。至2024年底“中央专项彩票公益金大病儿童救助项目”已实施16年，中央专项彩票公益金累计支持救助资金28.94亿元，救助全国31个省(市、区)及新疆生产建设兵团的大病患儿超过10万余名。

该项目由中国红十字会委托中国红十字基金会执行实施，“中央专项彩票公益金大病儿童救助项目”目前有白血病定点医院38家，先心病救助定点医院58家。2023年，中国红基会开发“红救助”微信小程序，2024年正式上线，目前已有3300多人通过小程序提交申请，申请救助的便捷性进一步提高。

2022年以来，中国红基会彩票公益金项目办动员社会捐赠资金6300多万元，一是开展白血病患儿人道关怀，已经为2791名受到彩票公益金医疗费资助的白血病患儿提供了人道关怀金资助，缓解异地就医、交通食宿、营养补充等费用压力；二是开展患儿慰问，发放“英雄能量包”8500多个、《小天使医典——儿童白血病康复指引》6000余册。

福彩风景线

皖西日报 市福彩中心 联合主办

本报地址：六安市金安区长安南路城投大厦20-24楼 邮政编码：237000 零售价：35元/月 皖西日报社印务有限公司承印 地址：六安市经济开发区纬一路