

由于肝脏没有痛觉神经,早期出现问题几乎不会有明显的不适感—— 当心,这种炎症是“沉默的杀手”

■记者 钟淑婷 通讯员 许助力

7月28日是世界肝炎日,今年的宣传主题为“社会共治,消除肝炎”。为普及科学护肝与防病知识,记者采访了秀洲区人民医院肝胆外科副主任医师胡红兵,请他围绕群众关心的肝炎核心问题逐一解读,纠正大众常见认知误区。

胡红兵介绍,临床上常见的肝炎主要分为病毒性肝炎与非病毒性肝炎两大类。其中,甲肝、乙肝、丙肝、戊肝是最常见的病毒性肝炎类型,而乙肝门诊就诊量较高,需要重点防控。

乙肝是由乙型肝炎病毒引起的,以肝脏炎症和坏死病变为主的传染性疾病,临床表现以消化道症状为主,如食欲减退、恶心、呕吐、腹痛等,同时可伴有全身乏力、黄疸等其他不适,病程

迁延,如果控制不好,容易发展为慢性肝炎、肝硬化甚至肝癌,对患者生命健康威胁很大。

针对很多人担心的乙肝传染问题,胡红兵给出了详细解释,也纠正了一些常见误解。他介绍,乙肝主要通过血液传播、母婴垂直传播和密切接触传播等途径扩散。在病毒活跃期,共用牙刷、剃须刀等物品,也存在一定传播风险。但他特别强调,握手、交谈、同桌就餐等一般社交接触,被传染的概率很低,大家完全不必过度紧张。

由于肝脏本身没有痛觉神经,早期出现问题几乎不会有明显的不适感,所以肝炎很容易被忽视。胡红兵提醒,等到市民自己感觉到肝区隐隐作痛、皮肤或眼白发黄、浑身没劲、饭量突然下降时,肝脏损伤往往已经发展到中重度了,严重时甚至可能引

发消化道大出血等危险并发症。因此,定期体检筛查,才是尽早发现肝脏病变最直接、最靠谱的方式。

一旦确诊,规范复查是稳住病情、防止恶化的关键。胡红兵建议,所有乙肝感染者,都要保持复查频率。尤其是40岁以上的高危人群,复查时需要额外增加甲胎蛋白检测等,这个指标对早期发现肝癌很有帮助,真正实现“早发现、早诊断、早干预”。

胡红兵结合一个近期接诊的真实病例,直观说明了慢性肝炎规范监测和治疗的重要性。35岁的市民周女士有多年的乙肝“大三阳”病史,但之前一直没有接受过规范治疗,加上她的父亲因肝癌去世,本身就属于肝癌高危人群。这次体检中,她发现肝癌标志物——甲胎蛋白明显升高,赶紧到医院就诊。经过全

面检查,医生确诊她正处于慢性乙型肝炎活动期,体内的病毒非常活跃。胡红兵为她制定了抗病毒联合护肝的个性化治疗方案。规范治疗一段时间后,周女士复查显示,乙肝病毒活跃度和甲胎蛋白指标都明显下降。胡红兵叮嘱她,一定要坚持按时吃药、定期复查。这个病例也印证了慢性肝炎规范干预和动态监测的重要价值。

谈及全民乙肝预防,胡红兵表示,接种乙肝疫苗是预防乙肝病毒感染最经济、最有效的核心手段。我国全面推行新生儿免费乙肝疫苗接种,严格遵循“0—1—6个月”接种程序,即新生儿出生24小时内完成首针接种,1月龄接种第二针,6月龄接种第三针,从源头筑牢儿童免疫屏障。对于成年人群,胡红兵建议,无乙肝抗体的成年人需及时

补种疫苗,日常规避不规范文身、共用针具、非正规输血等高危行为。若家庭内有乙肝感染者,建议全家成员筛查乙肝抗体,做好家庭防护,不共用剃须刀、牙刷、洗盥用品等物品,杜绝血液交叉感染风险。

胡红兵表示,防治病毒性肝炎是全社会的共同责任。随着医疗技术的进步,肝炎早已不是“不治之症”,只要坚持科学筛查、规范治疗,绝大多数乙肝患者可稳定控制病情。立足“社会共治,消除肝炎”的年度主题,需要全社会破除肝病歧视、普及护肝知识,多方协同发力,逐步消除病毒性肝炎公共卫生危害,守护全民肝脏健康。

“医”起话健康

围绕全龄友好 开展丰富活动 王江泾文明新风劲吹

■记者 郑小梅 通讯员 薛一凡

进入暑期,秀洲区王江泾镇新时代文明实践阵地围绕全龄友好服务理念,开展了文化惠民、文体竞技、亲子互动、便民志愿等活动,覆盖老年群体、青少年儿童、企业职工等不同人群,让文明新风浸润田间地头。

近日,王江泾镇新时代文明实践所开展“党建引领非遗传承 稚笔勾勒国粹风华”京剧脸谱非遗手工主题活动,以红色党建赋能非遗传播,让青少年在缤纷油彩中近距离感受传统戏曲的魅力。

此外,该文明实践所还组织开展了“党建润童心 绘签叙四季”二十四节气创意绘画书签主题活动。辖区20余名儿童相聚红色党群阵地,用稚嫩纯真的笔触勾勒四季变迁,在一草一木中感悟时光流转,学习中华农耕文明。

今年是中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利81周年。长虹村新时代文明实践站组织开展“回望苏嘉铁路史,见证长虹数十年蝶变”主题寻访活动,组织村内老年群众走访抗战碉堡、铁路遗迹、苏嘉铁路城市客厅,通过老史料、旧遗迹重温苏嘉铁路百年过往。老人们结合亲身经历追忆岁月变迁,对比村容、道路、环境的巨大改善,感慨如今和美宜居的生活来之不易。

多彩暑托班,照亮成长路。东风村新时代文明实践站“春泥筑梦 多彩一夏”暑期夏令营首期活动吸引了20多位辖区少年儿童参与。夏令营活动以防溺水安全教育为核心,工作人员讲解防溺水“六不准”和自救互救知识,并带领孩子们开展防溺水主题组扣画创作,让青少年在趣味手工活动中牢记安全知识,筑牢暑期安全防线。

北胜湾社区新时代文明实践站依托王江泾镇总工会暑期“爱心托班”,免费开设课业辅导,设置思政、安全、中医药体验等多元课程,并提供营养午餐,有效化解双职工家庭暑期子女看护难题,为孩子们创造了多彩的暑期“第二课堂”。

东荷村新时代文明实践站联合王江泾镇图书馆开展“春泥计划”手绘雨伞创意课堂。活动中,孩子们充分发挥想象力,自由配色、随心创作,在空白伞面上绘制出造型丰富的卡通形象、花鸟鱼虫等童趣图案,在创作中接受“静与美”的熏陶。

双桥村新时代文明实践站则联合嘉兴职业技术学院开展春泥计划暑期特色活动。课堂上,孩子们利用五谷杂粮创作海洋主题种子画,在志愿者的带领下学唱海洋保护公益歌曲《跃》。活动普及了海洋生态保护知识,引导青少年树立绿色环保理念。

暑期“充电”,学艺不停。田乐村新时代文明实践站联合王江泾镇成校开展4期中式糕点公益培训。在讲师的手把手指导下,村民们很快学会了柳叶饺、南瓜馒头等家常面点的制作技巧。

闻川社区新时代文明实践站主动联系王江泾镇成校,组织开展了4期花艺师公益培训。课堂上,讲师详细教授基础插花造型与中式传统插花技艺,让村民掌握传统插花艺术的基本原理,体会“天人合一”的花道艺术。

眼下正是西瓜大量上市时节。虹南村新时代文明实践站联合居家养老服务中心开展西瓜创意手工活动。工作人员备好卡纸、画笔等材料,让老人们协作配合、裁剪粘贴,完成各式西瓜手工作品,锻炼了手部精细动作与动手能力,丰富了老年群体的夏日休闲生活。



好戏连台

日前,第十五届中国儿童戏剧节新塍老街戏剧夜活动举办。巡游快闪《哪吒》热闹开街,经典《三打白骨精》搬进巷弄。活动之后,一些演员与小朋友互动合影。

■通讯员 汪亚玲
摄影 记者 王 蓉



讲文明树新风 公益广告

秀洲 | 秀水泱泱
圆梦之洲

浙江省礼 礼润秀洲

遵守社会公德 维护公共卫生

《志愿者在行动》 苏小妹作

中共嘉兴市秀洲区委宣传部
嘉兴市秀洲区文明办 宣