

山东阳谷5名养殖场员工确诊炭疽

炭疽是什么？

健康时报记者 韩金序

8月2日，山东省聊城市阳谷县疾病预防控制中心发布通报称，山东聊城市阳谷县七级镇一肉牛养殖场发现个别炭疽病例。截至8月2日10时，5名直接接触病畜的养殖场工作人员被诊断为皮肤炭疽，已全部隔离治疗，密接人员未发现感染。

炭疽会由动物传给人吗？

武汉协和医院感染科主任医师赵雷告诉健康时报记者，炭疽是一种由炭疽芽胞杆菌引发的人畜共通传染病，这种疾病主要影响牛、马、羊等草食性动物，并可通过直接接触染病动物或其产品而传播给人类。

感染炭疽有何症状？

据中国疾病预防控制中心官网资料显示，皮肤炭疽是最常见的炭疽感染类型，特征为裸露皮肤上出现无痛性水肿、红斑、水疱，最终形成溃疡和焦痂。及时诊治，其病死率可低于1%。

另外还可表现为肠炭疽，分为急性肠炎型与急腹症型，前者表现为典型的胃肠道症状，后者病情危重，伴有剧烈呕吐、血水样腹泻，以及腹胀、腹痛，易并发败血症与感染性休克，若延误治疗，后果往往致命。

肺炭疽初期症状类似流感，随后迅速恶化至急性呼吸窘迫，伴有严重呼吸困难、紫绀、咯血等症状，死亡率高达90%以上，是炭疽感染中最危险的形式。

哪些人容易感染炭疽？

“国内炭疽病例大多集中在西部地区，尤其在与畜牧业密切相关的农牧业人群中更为常见。牲畜饲养者、屠宰工人以及从事牛羊肉及其制品贸易的商贩是高风险群体，应特别警惕炭疽病的潜在威胁。”赵雷说。

炭疽会人传人吗？

“炭疽虽为细菌性感染，但人传人的风险较低，青霉素是治疗的首选药物。然而，面对炭疽病例，个人防护至关重要，应避免直接接触患者的分泌物、呕吐物、体液及排泄物。最有效的预防策略是远离传染源。”赵雷强调。

食用牛羊肉如何防炭疽？

正规市场销售的牛羊肉均经过严格检疫，正规途径购买的牛羊肉可以放心食用。同时在进行肉类加工时，应注意生熟分开，肉类应熟透以后再食用。这些措施不仅可以预防炭疽，也可以预防其他传染病。



上海交通大学医学院附属瑞金医院疝和腹壁外科团队依托胃肠外科和上海市微创外科临床医学中心的平台，承载引领并创新开展一系列具有特色的微创新技术，在疑难杂症诊治方面积累了丰富的经验。科室团队在国内率先成立全国性的腹腔镜疝培训机构，率先制定腹腔镜腹股沟疝、切口疝等多部规范化操作指南和中国专家共识，牵头开展国内首项生物材料用于腹腔镜腹股沟疝修补术的临床随机对照试验，填补国内空白，建立一整套完整的开放和腹腔镜疝手术体系，在推广、普及、教学、培训中发挥着重要作用。图为该院疝和腹壁外科主任李健文（左一）进行手术。 尹薇文 医院供图

声音

医保支付升级版，看看专家怎么说。

——8月3日~4日，国家医保局举办多场DRG/DIP 2.0版分组方案解读会，人民日报健康客户端提供媒体支持全程直播。（详情见本期3、15、16版）

医保共济范围扩大到近亲属，让参保人更有获得感。

——国务院办公厅印发《关于健全基本医疗保障参保长效机制的指导意见》提出了一系列重要举措。职工医保个人账户共济范围扩展至近亲属，尤其受到关注。澎湃新闻评论说。

巴黎奥运带动全民健身，健康生活从你我做起。

——据央视新闻报道，在奥运会的带动下，这个暑期各地的运动热情也在不断升温，群众体育开展得如火如荼。极目新闻评论说。

联办“一件事”，多解老人忧。

——山西省民政厅、省卫生健康委等6部门联合出台《“个人养老服务”联办服务实施方案》。“个人养老服务”联办，解决的是个人在老年阶段所面临的办事难、办事慢、办事繁问题。健康报评论说。

群众期盼什么，改革就推进什么。

——随着国家医保局、国家卫生健康委联合推进“医保定点进村卫生室”新政，村卫生室将会迎来更多人才加入，给农村居民带来更多健康保障。健康报评论说。

超18岁也可就诊儿童医院，让诊疗服务不断档。

——北京儿童医院获批提供超龄连续性医疗服务的消息引关注。提升诊疗水平、优化诊疗服务、方便患者看病，就该不设禁区。新京报评论说。

期待更多“防溺水神器”投入应用。

——暑期，柳州市公安局等部门，通过高空喊话、播放警示语音等方式，对柳江沿岸水域进行全方位、无死角预警巡逻，有效预防和减少了溺水事故的发生。广西日报评论说。

熬夜后常梳头

湖南中医药大学第二附属医院健康管理中心 武吕辉

不少人熬夜后，第二天会出现头昏脑胀等感觉。可以用木梳多梳梳头，或用手指按摩头皮，通过按摩头部，能刺激血液循环，改善脑部供血，改善不舒服的感觉。

此外也可以多吃一些补益气血的食物，如：太子参、桑葚子、枸杞等；脾胃不好的人吃东西吸收得少，这时需要先调脾胃，可以先吃一些健脾益气的食物：如山药、小

米、薏米等；多吃一些含维生素A比较丰富的食物，可以缓解视力疲劳。

中医认为夜半子时（23点~次日1点）最好在熟睡中度过，最好晚上11点前睡觉，避免熬夜。

脚底粉色最健康

郑州市中心医院中医科主任 王起

脚处于肢体的最末端，被称为“第二心脏”。脚底有丰富的毛细血管，加上经常受力，脚底是粉色才最健康，其他颜色预示着一些危险的疾病。建议每次洗脚后，抬起来看看，有问题及时调理。

脚底发白 可能预示脾胃功能和血液循环能力不好，有贫血问题，因为气血不足，才总是无精打采。中医认为按以形补形

的原则，气血不足，吃血制品最合适。西医认为血制品富含丰富铁元素，这些铁元素是造血系统最需要的有机铁，吃进去后方便身体造血。

脚底发红 如果长时间走路或慢跑，脚底的血液循环会加快发红是正常现象。但如果每天起床，脚底就是红色的，说明可能已经有内热了。内热的人常常有心悸口渴，脾气暴

躁，多食消瘦的表现，建议去中医科配点玉竹雪梨饮。

脚底发黄 脚底发黄可能意味着肝脏有问题，建议及时去医院检查。

建议如果感觉有问题，一定要及时就医，找到根本原因，再进行科学治疗。以免疾病进一步发展，平时要注意脚部保养，经常用温热水泡脚，促进血液循环。