

哺乳期感冒,能继续喂奶吗?

宝妈在哺乳期最担心的就是自己感冒发烧了,不吃药怕疾病不容易好耽误照顾宝宝,吃药吧又觉得药物也会随着乳汁进入到宝宝身体,真是为难道!那么,哺乳期宝妈感冒发烧了能吃药吗?该如何正确处理呢?其实,很多情况下,并不影响母乳喂养。

本报记者 吕增霞 通讯员 锡霞

>>哺乳期宝妈感冒可以继续母乳喂养

感冒通常是病毒感染引起的,在妈妈还没有症状的时候,可能就会传染给宝宝。感冒病毒通常在上呼吸道增生繁殖,所以不会达到血液和乳汁。

但妈妈跟宝宝亲密接触时包括喂奶时,通过呼吸道和手传染给宝宝。所

以,妈妈感冒可以继续母乳喂养,但妈妈最好戴上口罩并注意自己手的卫生,有利降低传染给宝宝的风险。同样,宝宝感冒了,也可能会传染给妈妈,也要注意预防。

妈妈感冒也会发热,甚至温度达到39℃及以上,但

并不是说妈妈发烧就需要停母乳,一般来说也不需要停母乳,这个温度不会对母乳有什么伤害。妈妈感冒了,机体会产生抗体等免疫物质与病毒做斗争,使得机体去清除病毒,抗体等可以通过乳汁传给宝宝,有利于增加宝宝抵抗病毒的能力。

>>哺乳期宝妈得了流感,可以继续母乳喂养宝宝吗?

相对普通感冒,流感的症状更加严重,会发热明显,全身酸痛厉害,如果症状重,还需要积极治疗。

妈妈得了流感是否

能母乳喂养,可能还是要结合妈妈的症状严重性,如果症状轻,一般不影响母乳喂养,但切记注意预防,戴口罩和手卫生。

为了预防流感,在流

感疫苗上市以后,尽快接种流感疫苗,尤其家里有孩子和老人的,包括孕妇也要接种流感疫苗。宝宝满6个月以后才给接种流感疫苗。

>>哺乳期宝妈可以吃退烧药吗?

妈妈感冒或发热,如果需要吃药退烧,可以选用布洛芬等药物退烧,这类药也

是哺乳期安全用药,不影响哺乳。但如果哺乳妈妈选择一些复方感冒药、中草药等

哺乳期安全性不明显的药物,因为无法评估安全性,还是建议在医生指导下用药。

宝妈提示:

6个月以下的宝宝不适合接种流感疫苗,他们对流感的抵御能力更需要依靠妈妈,因此推荐哺乳期的妈妈接种流感疫苗。同理,为了防止家人患流感而把病毒传染给

小宝宝,家中照顾宝宝的看护人员也应该及时接种流感疫苗。

哺乳期妈妈如果不得已使用了哺乳期禁用的不安全药物,需要暂停哺乳。而且即使使用药结

束,也不能立刻恢复母乳。需要根据药物在体内清除的理论,来计算恢复母乳的时间。每一种药物都会有半衰期,通常会在药品说明书里注明,也可以咨询医生。

建设健康促进区县 垦利区说经验

本报1月28日讯(记者

吕增霞) 1月24日上午,国家卫生计生委召开例行发布会,介绍健康促进区县建设有关情况。发布会上,东营市垦利区副区长佟建方介绍了建设健康促进区县的“垦利经验”。

那么,作为第二批全国健康促进县(区)项目试点,东营市垦利区有哪些经验值得借鉴呢?

据悉,垦利区狠抓组织保障。成立了区长任组长的领导小组,1名人大常委会副主任全力靠上,抽调46名同志组建了创建工作办公室,下设综合组、行政组、督导组、档案组。狠抓机制保障。建立了区、镇、村三级工作网络,将创建指标分解落实到单位和个人。投资15.7亿元,实施水气土污染治理项目;投资3亿元实施三年增绿项目;投资2.9亿元实施燃气村村通工程,为278个村接通天然气。区财政列支创建专项经费250万元。投入200万元建设健康教育基地,投入60万元建设植物园健康主题公园。共建设健康主题公园4处。各镇街、部门单位投入也投入巨资用于创建工作。

重点打造七个工程:实施示范引领工程。确定了292

个示范创建单位,通过召开现场观摩会和经验交流会辐射带动。实施医联体工程、健联体工程、互联体工程“三联”便民工程。实施康乐工程。成立89个家庭医生式服务团队,投资4000万元建设了9000多平米的医养结合康复医院。实施健康育苗工程。设立孕妇学校。组织中小學生免费健康体检;投资通过政府购买服务方式实施儿童窝沟封闭。实施民生改善工程。投资安装灭蚊蝇灯2000盏。建成215个美丽乡村示范村。投资460万建设了30处公共自行车站点,投放公共自行车600辆。实施健康扶贫工程。确定了10处健康扶贫定点医院,对278户农村贫困人口实施精准扶贫。实施志愿服务工程。设立了一批社区健心工作室、心灵驿站,成立126个志愿者服务队。

组建健身团体1012个。投资4亿元建设1处高规格全民健身中心;投资3亿元建设8处城市社区。做到了一机构一特色、一镇街一亮点。搭建全民受益的健教平台。选配380名“健康生活指导员”主动上门服务。搭建全民培训提升平台。邀请上级专家进行培训及现场指导。共有46人免费参加高级健康管理师培训。

好医生可敬,好政策暖心

东营爱尔眼科医院救助贫困眼病患者重获光明

无常世事中 一个飘零的家

生活对于每个人来说都是平等的,生活不会偏爱任何一个人。但它似乎对利津县盐窝镇的曹淑贤一家吝啬了点,八年前因为儿子的一场车祸让本是幸福的一家瞬间变得家徒四壁,冷冷清清。自此,曹淑贤和老伴不但要照顾孙子,还要照顾自己瘫痪在床的儿子。八年过去了,因为没有稳定的收入来源,让这个本不富裕的家庭变得越来越艰难,自己的孙子因为从小缺少母亲的陪伴,有些沉默寡言,这一切让曹淑贤不堪重负。

身患多种眼病的 老人重见光明

儿子车祸后,曹淑贤每日以泪洗面,用她自己的话说,好像那个时候一辈子的眼泪都流干了。终日的生活压力和泪水,也让曹淑贤患上了眼病,久而久之愈发严重,这对于本已经困难的家更是雪上加霜。2017年12月,东营爱尔眼科医院的义诊团队来到了利津县盐窝镇,为当地的村民进行眼健康普查。通过检查发现,曹淑贤双

眼分别患有翼状胬肉,白内障,必须到医院做进一步的检查和治疗。随后曹淑贤跟随东营爱尔眼科医院的健康扶贫公益救助专用车来到了医院,经过一系列检查后,医生确诊曹淑贤患有严重的白内障和翼状胬肉,如果想恢复视力,就必须尽快手术。

曹淑贤了解到病情后又喜又怕,她高兴的是自己的眼病可以治好,怕的是她却是支付不起手术费用,这让曹淑贤犯了难。“我当时真的不想治了,想放弃,觉得自己不争气,得了这个病,给家里添难。”曹淑贤说道。“但是后来医生告诉我,我家这种情况符合‘东营市健康扶贫公益救助’活动针对贫困患者的救助政策,我才决定把自己的眼睛治好。”

2018年1月,东营爱尔眼科医院副院长、白内障科主任崔博,以及眼底病科主任孙常胜为曹淑贤进行了眼底激光治疗,翼状胬肉手术和白内障手术。在住院期间,病房的护士听闻她的情况后,主动出钱帮她买饭,并时常关注她的情况,缓解她对手术的紧张。

手术进行的都非常顺利,曹淑贤术后视力较以前有了非常大的改善,在重获光明的那一刻曹淑贤激动的

说不出话来,心里高兴,更多的是感动,这让她重新燃起了生活的希望。曹淑贤激动的对崔院长和孙主任说:“多亏了你们这些好心人,让我又能看见了,我真的不知道该怎么报答你们!”崔院长告诉她,只要回去安心养病,定期来复查,坚强的生活下去就是对我们最大的报答了。

老人的家庭状况一直让东营爱尔眼科医院的工作人员挂在心上,大家自发捐赠了一批棉衣棉被等生活物资,在老人出院的时候一并送到她的家中。

好医生可敬 好政策暖心

在东营市,像曹淑贤老人这样在东营爱尔眼科医院享受到救助的贫困眼疾患者已经超过2000人,公益项目投入资金近200万元。

“东营市健康扶贫公益救助”活动是由东营市卫生计生委、东营市扶贫办联合东营爱尔眼科医院推出的一项关爱贫困眼病患者的救助活动,由全球连锁眼科医疗集团、中国IPO上市医疗机构爱尔眼科医院集团旗下连锁医院—东营爱尔眼科医院负责项目的具体实施。

据了解,活动受助对象



曹淑贤与东营爱尔眼科医院副院长崔博合影。



曹淑贤与东营爱尔眼科医院孙常胜主任合影。

包括持证残疾人、低收入户、低保户、五保户等有眼疾的困难群众,帮助他们摆脱白内障、翼状胬肉、泪道疾病、视力低下等常见致盲性眼病带来的困扰。让每一个贫困眼病群众,都能得到救助,让

更多眼病患者重现光明,提高生活质量,享受党和政府的温暖,享受新医改政策下的福利。

目前该活动仍在进行中,活动咨询电话:0546-7770025