

如何预防和应对小儿外伤

在孩子的成长过程中，外伤是难以避免的，家长需要掌握一些基本的防治措施和处置方法，以便在紧急情况下能够迅速应对，确保孩子的安全和健康。

小儿外伤的预防

1. 预防为主，加强安全教育

家长应在日常生活中教孩子安全常识，例如不要攀爬高处、不乱动电器、不玩火等。家庭环境应确保安全，如保持地面干燥防滑、尖锐物品妥善放置、电源插座加盖保护等；户外活动时避免去危险的地方玩耍，确保孩子在自己的视线范围内活动。

2. 让孩子穿戴防护装备

孩子在骑自行车或滑板车时，应让其佩戴合格的头盔，以减少头部受伤的风险。进行跑步、球类等运动时，需要为孩子准备合适的运动装备（如运动鞋、护膝等），以保护肌肉和关节。

3. 学习急救知识

家长应学习一些基本的急救技能，如止血、包扎、心肺复苏等，以便在紧急情况下能够迅速应对。家中应配备消毒纱布、绷带、消毒液等常用物品。

小儿外伤的处理

1. 跌落伤

孩子发生跌落后，家长应首先观察孩子的精神状态，如是否出现昏迷、哭闹不止、精神不振或烦躁不安、呕吐、嗜睡等症状。如果孩子头部着地且不哭不闹、精神状态较差，应及时就医，在送医途中不要晃动孩子的头部。

2. 擦伤与切割伤

如果孩子出现擦伤或切割伤伴有出血，应先用清洁纱布按压伤口5分钟~10分钟止血，随后用生理盐水冲洗5分钟，最后均匀涂抹适量抗生素软膏。换药时应观察伤口情况，如果伤口出现红肿、脓性渗出或孩子发热等，应及时就医。

3. 烫伤与烧伤

如果孩子被火焰烧伤或蒸汽烫伤，应立即用流动的自来水冲洗伤口15分钟~20分钟，以降低局部温度。处理后需及时就医，切勿自行涂抹牙膏等物品，以免引发感染或影响医生诊断。

4. 骨折

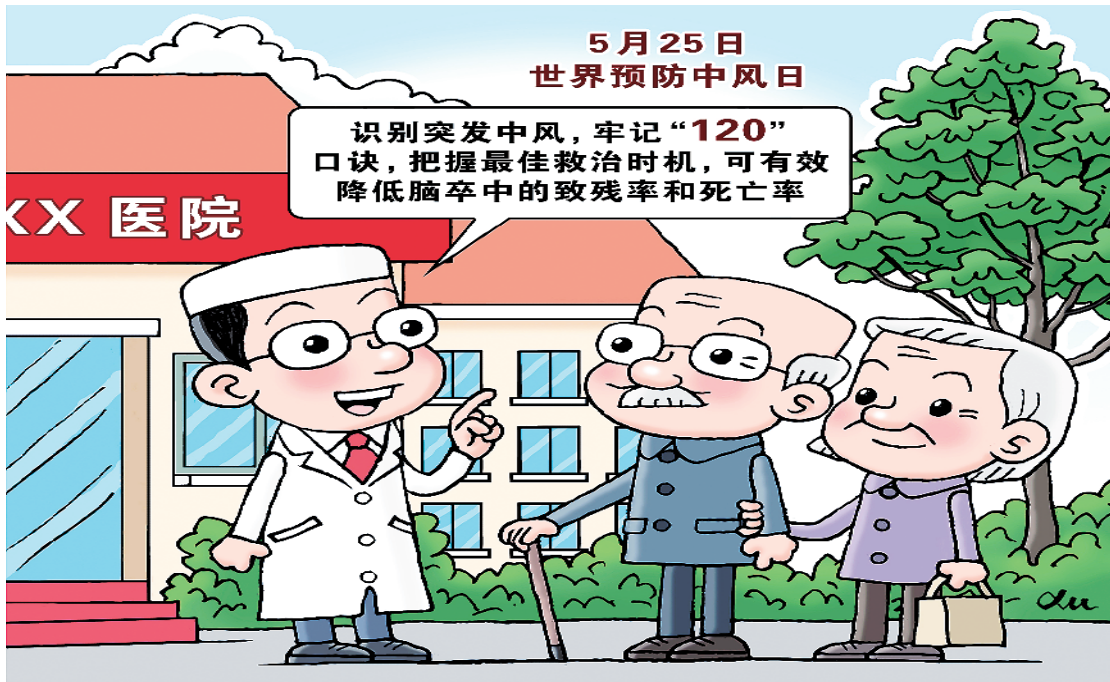
如果孩子发生骨折，应将受伤部位小心放置在平整的支撑物上，避免移动和受力，等待救护车到来。若骨头已经刺穿皮肤，切勿尝试将其推回，应当按压伤口周围止血，并用清洁纱布覆盖伤口，等待急救人员到达。

5. 其他常见外伤

如果孩子被钉子、针、玻璃等锐利物品刺伤，即使伤口很小，也有感染破伤风的风险，因此应及时带孩子就医。

(周口淮海医院 李宁)

本版组稿 李鹤



中风又称“脑卒中”，具有高发病率、高致残率、高死亡率、高复发率、高经济负担等特点，是影响群众健康的重大疾病。5月25日是世界预防中风日，专家表示，识别突发中风，牢记“120”口诀，把握最佳救治时机，可有效降低脑卒中的致残率和死亡率。

新华社发 徐骏 作

政策护航 为精神智力类残疾人托起康复梦

郸城县居民王先生(化名)与精神疾病抗争二十载。近年来，随着《周口市精神智力类贫困残疾人集中收治托养实施方案》(以下简称《方案》)的实施，王先生的人生实现了从“监护困境”到“逐步回归社会”的转变。

二十载病痛困扰：多疑恐惧、孤僻离群

20年前，王先生在无诱因的情况下开始出现精神异常症状：彻夜失眠、多疑恐惧，继而发展为持械防卫等行为，性格逐渐孤僻，拒绝社交接触。经诊断，王先生患上了精神分裂症。此后王先生的病情反复发作，近几年症状持续加重，他的家属陷入了“监护无力、治疗无措”的困境。“他把自己反锁在屋内，连饭都不肯吃，我们实在不知道该怎么办。”回忆起当时的情形，他的家属满是无奈与心酸。

政策“东风”入户：集中收治托养带来希望

2020年9月，在落实《方案》的过程中，王先生家所在村的村干部发现其病情符合收治条件。在村干部的协助下，王先生顺利完成申请，入住周口精神康复医院，成为首批政策受益者之一。

根据《方案》规定，王先生的治疗费用经过医保报销，剩余部分由市、县财政兜底。“政府帮我们解决了高额治疗费，这在以前想都不敢想。”他的家属感慨地说，在政策保障下，王先生得到了持续而专业的照护。

医养结合诊疗：从待在病房到回归社会

王先生入院后，医院为其制订了“药物+心理+康复”治疗方案：

精准医疗：依据诊疗指南，医生用抗精神病药物帮助王先生控制妄想症状，并结合物理疗法改善其睡眠质量。

分级管理：随着王先生病情的好转，医生对其从封闭治疗逐步过渡到开放治疗。

康复赋能：通过每日2小时工疗(手工制作)、每周3次农疗(果园劳作)，王先生逐步恢复劳作能

力，向社会回归。

“刚入院时他拒绝沟通，治疗一段时间后能主动整理床铺、帮病友打饭。”王先生的主治医生介绍，医院实行“医护康养社”模式，通过24小时监控与每半小时巡房，在保障患者安全的同时，有效促进其技能训练。

家庭与社会双重解放：从监护困境到脱贫新景

王先生出院后，家庭经济状况明显改善：他的家属重返工作岗位，家庭收入增加。而王先生不仅能承担打扫卫生、采购等家务，还积极参与村集体活动。“他见人会打招呼，能帮家里做事了。”他的家属笑着说。

我市多部门协同发力，构建起“集中收治托养”的完整闭环，不仅有效打破了“因病致贫”恶性循环，更释放出大量劳动力，真正实现“托养一人，解放一家”。截至目前，全市千余名困难精神智力类残疾人通过《方案》获得专业照护。

民生工程有温度：从政策文本到幸福实景

近年来，《方案》的施行取得了显著成效：财政兜底+医保报销，让困难精神智力类残疾人“零负担”享受专科服务；定点医院实现“医疗有分级、康复有计划、生活有关爱”；工疗基地带动就业，部分困难精神智力类残疾人家属被聘为护工，形成“托养—就业—脱贫”闭环。

周口精神康复医院相关负责人表示，他们始终秉持“以患者为中心”的理念，通过采取分性别管理、农疗工疗结合、三级查房制度、24小时监控等措施，全面提升诊疗水平与服务质量。未来，医院将与政府有关部门深化合作，帮助更多精神智力类残疾人回归社会，重拾生活信心。

(周口精神康复医院 张跳跃)

精神(心理)健康
咨询电话:0394-8989120