

儿科病房一床难求 老年患者明显增多

低温天气 老人小孩易“中招” 平稳“过冬”应注意保暖通风和锻炼

桂林低温阴雨天气连续近两个月时间，阴冷天气中，老人、小孩等敏感人群特别容易被疾病袭击。记者昨日从市区几家医院了解到，自从低温阴雨天气开始以来，儿科门急诊接诊量骤增，住院一床难求；同时，因心脑血管疾病而入院就诊的老年人也增多，这两类人群成了目前就诊“主流”。医学专家提醒大家，敏感人群要想平稳度过这段时间，应该注意保暖，室内保持通风，同时注意饮食和适当体育锻炼。

输液室里儿童多 老年病科“等床”多

昨日上午11:00，市人民医院输液室里还是满满当当的人。输液室布置有5排座椅，每排座椅中都有小朋友在输液。在转角的走廊中，还站着一对父母带着一岁的儿子出来透气，小朋友头部打着吊针。

“自从天气转冷以后，儿童和老年人患者激增。”市人民医院急诊科副主任鄆宏说，儿科就诊人数最多的一天有200多个孩子，内科接诊100多人，老年人占多数。为满足病患需求，急诊科增加了10个加护床位，目前是全满状态，墙上的呼叫铃不时响起，这10个床位中，8张床上都是正在输液的老年人。

儿童门诊同样“热闹”，几对家长抱着孩子在候诊。询问得知，候诊的几位儿童都是有发烧和咳嗽等症状。在内科诊区，叫号系统显示请62

号患者就诊，而在等候区还有20多位患者等着，几位头发花白的老人坐在前排，由家人陪同候诊。

同样的情况也出现在市妇女儿童医院和桂林医学院附属医院。市妇女儿童医院粗略统计，低温天气刚开始时，儿科病区每天要接诊病儿500人次，这几天接诊量虽然有所下降，但仍在300人次左右。桂林医学院附属医院老年病科所有的床位都已经住满，走廊里的加床也没空着。老年病科副主任陈春莲说，根据往年的情况，一般春节前床位会比较松，但今年初四时病床就全满了。“很多老年患者排队等候住院。病患太多，门诊只能适当限号。”陈春莲说，早上是最忙碌的时候，很多患者来问有没有床位，他们得一一解释或者通知是否可以办理住院手续。



输液室里，儿童患者占了一大半。

孩子多是流感和肺炎 老年人多因心脑血管疾病入院

记者了解到，被低温阴雨天气“击倒”的患者中，儿童多是呼吸道感染，其中流感和肺炎患者症状较重；老年人以心血管疾病、脑血管疾病、神经内科疾病为主，尤其是一些患有高血压、糖尿病等基础病的患者。

市人民医院门诊部主任颜征鸿介绍，这段时间气温低，大家喜欢呆在密不透风的室内，增加了病毒感染的机会，不少儿童也会因此感冒，从而诱发呼吸道感染。另外，外界气温很低，人体需要及时快速调节，但老年人血管弹性小，抗压力差，血管收缩过快，易致大脑和心脏的毛细血管破裂，出现脑溢血和心绞痛。同时，老年人代谢慢，血流速也慢，如果血管突然收缩，血流减慢，极易引发心肌

梗塞和脑梗塞。

颜征鸿介绍，低温阴雨天气开始后，门诊病患明显增多，据统计，儿科接诊量比平时增多20%—30%，心血管内科、神经内科、呼吸内科患者也有同样增幅，而这其中70%的患者是60岁以上的老年人。

此外，消化道出血也是老年患者容易遇到的一种疾病。桂林医学院附属医院老年病科副主任陈春莲说，在低温天气中，人体处于一种应激状态，无论是机体还是体内激素相对来说都不稳定，一旦调节不过来，不但容易影响心脑血管，也会引起消化道方面的疾病。消化道疾病本来就多发在冬春季节，连续低温天气更是诱因之一，仅20日一晚，老年病科就收治了3位消化道出血的老年病患。

头颈部要格外保暖 多摄入维生素多锻炼

低温天气短时间内不会退却，儿童和老年人要想平稳度过低温期，可以从保暖、通风、锻炼、饮食等几方面入手。

应对低温天气，保暖是几位接受采访的医学专家共同提出的建议之一。颜征鸿说，保暖不仅仅指的是穿得暖，还要适当提高室内温度。室内可以打开空调，如果觉得干燥，可以多饮水或者使用加湿器。市妇女儿童医院内二科主任唐银辉还重点强调，如果老年人外出，一定要注意头部和颈部的保暖，戴上帽子和围巾，保护头颈部的动脉血管，防止其受冷急速收缩。

天气冷，市民通常长期呆在室内，鄆宏提醒大家要适当通风透气，降低室内病毒的浓度，预防疾病。同时适当的锻炼也很有必要，不过在这段时间晨练的市民可以避开早晨较冷时段，选择中午或下午的时候外出活

动锻炼，进行慢跑或者拉伸运动。

除适当的锻炼外，儿童和老年人还应该避免去人员较密集的地方，这些地方一般空气不流通，而且也容易交叉感染。市妇女儿童医院儿科门急诊部主任唐俊海说，在饮食方面要多增加维生素的摄入，多吃水果和蔬菜，增强机体免疫力。

对于有基础病的患者，陈春莲提醒，一定要有规律吃药，不要觉得病症有所减轻就轻易停药，还要调节自己的情绪，不要过喜过悲，保持心境平和。几位医护人员还特别强调，高血压、糖尿病等患者在这种天气应该按时监测自己的血压和血糖；无论是老人还是孩子，一旦有病症出现，在家人无法准确判断和护理的情况下，应该尽快就医，不要拖。

记者苏文娟 文/摄

象山区今年 要为民办 10 项实事工程

本报讯（记者庄盈 通联李怡慧）记者从昨天召开的象山区第十一届人民代表大会第四次会议上获悉，今年象山区在全市统一安排的为民办实事的基础上，实施辖区10项为民办实事工程，解决人民群众最关心、最直接、最现实的问题和困难。

记者在象山区政府工作报告上看到，这些惠民工程涉及养、医、教、行、住等多个领域，每项都关乎民生大计。这10项为民办实事工程包括：（1）教育惠民工程：续建凯风小学万福分校项目；（2）路灯安装工程：实施辖区内无物业管理小区路灯安装；（3）交通惠民工程：修缮

红光公路项目；（4）生态惠民工程：发放森林生态效益补偿基金至公益林管护单位；（5）公共设施惠民工程：新增10—20个垃圾分类试点小区；（6）旅游厕所提升工程：新建一座旅游厕所；（7）社保惠民工程：对辖区符合条件的城乡困难群众发放基本生活救助金；（8）健康惠民工程：落实辖区基本公共卫生服务项目；（9）社区服务站建设工程：对新成立的2个社区服务站进行改扩建；（10）文化惠民工程：实施公共文化基础设施场所免费开放项目。

桂林图书馆 春节益智活动完美收官

本报讯（记者梁亮）为传承和延续传统文化习俗、丰富市民群众的文化生活，广西桂林图书馆在春节期间举行了一系列益智活动，让广大市民和读者在游戏中体味了中国传统文化的独特魅力。

“趣味猜灯谜欢乐闹元宵”活动是广西桂林图书馆开展的“我们的传统节日”系列文化活动之一，也是一项延续多年的品牌服务活动。该活动内容丰富，形式多样，融竞技性、知识性、趣味性和观赏性于一体，为广大市民提供了一道丰盛的益智文化大餐。元旦、春节期间，广西桂林图书馆还开展了“书香楹联岁月，新桃换旧符”原创春联征集活动，得到了广大读者的积极响应。来自各地的楹联爱好者通过该馆微信公众号的留言进行

楹联创作。活动征集到优秀楹联原创作品70多副，广西桂林图书馆组织专家对所征集到的楹联进行评选，并在微信公众号上公布了获奖名单。

春节期间，该馆还充分利用国家公共数字文化优秀资源，联合辅导区内各基层图书馆，共同开展了“文化共享美好生活公共数字文化进万家”活动。活动内容包括新老照片征集、电子有声贺卡制作、在线趣味答题、“听赏群书喜迎岁除”线下主题展览、贺新春 VR 体验以及“地方文化民俗庆新春”主题资源展播等。这些精彩的春节活动将公共文化送到千家万户，也将真情祝福传递到每个人的心坎上。