

# 职业病，你了解多少？

咸宁日报全媒体记者  刘念  通讯员  姚国薇



## 法定职业病有132种

今年1月初，47岁的徐先生突然咳嗽起来，起初以为只是感冒，到药店买了药吃，然而一直都没好，病情越来越严重，还有胸闷、咳痰等症状，1月18日到医院就诊，被诊断为肺间质纤维化、肺部感染。

徐先生不敢相信，又去了另一家医院，诊断结果一样。考虑到在石棉加工

企业工作过，徐先生怀疑自己得了职业病。

4月23日下午，徐先生在女婿的陪同下，来到市疾控中心，申请职业病诊断。

“我中心每年有100—200人前来咨询职业病相关事宜。”邢杨介绍，2016年诊断出职业病37例，2017年18例，2018

年17例，2019年17例。

“并不是所有在工作过程中发现的疾病都是职业病。”邢杨说，根据《职业病防治法》，职业病是指企业、事业单位和个体经济组织等用人单位的劳动者在职业活动中因接触粉尘、放射性物质和其他有毒、有害等因素而引起的疾病。我国现有

法定职业病10类132种，包含各类别尘肺病、噪声聋，多种化学物中毒等，分布在制造业、土砂石开采业、畜牧业、林业等行业。

“烫伤、搬重物导致的腰疼，因工作体位不合理导致的颈椎病、鼠标手，不属于法定职业病。”邢杨告诉记者。

## 我市诊断的职业病以尘肺病为主

“我市诊断的职业病以尘肺病为主，主要是矽肺及煤工尘肺，主要分布在制造业、开采业，如石英砂加工、石材打磨、电焊、金属铸造等。”邢杨介绍，尘肺病是在生产过程中长期吸入矽尘、煤尘、石墨粉尘等引起的以肺组织纤维化病变为主的疾病。由于我市既往存在大量小型石英砂加工及煤矿开采企业，且企业在职业健康意识方面有待加强，设施设备、操作规范、劳动者个人

劳动防护等方面均有所欠缺，导致大量本地农民工受到职业伤害，并在后期病情逐步进展，最终发展为尘肺病。近年来，政府大力开展尘毒治理行动，我市相关行业经历了数次的整改，同时取缔了一部分未达要求的小型作坊式企业，为劳动者创造了相对健康合理的工作环境。

“尘肺病没有特异性的临床表现，主要是咳嗽、咳痰、胸痛、呼吸困难。如果接

触到粉尘危害的劳动者有以上症状及表现，就要引起注意。”邢杨强调，一旦患上尘肺病，只能通过治疗手段进行缓解，不能自愈。早期发现尘肺病，就可以更早地进行治疗，缓解症状，提高患者的生活质量，减少治疗支出。

劳动者申请职业病诊断需提供以下资料：职业史和职业病危害接触史（包括在岗时间、工种、岗位、接触的职业病危害

因素名称等）；职业健康检查结果；工作场所职业病危害因素检测结果；与诊断有关的其他资料。

目前市疾控中心是我市唯一一家职业病诊断机构。市疾控中心在受理劳动者诊断申请后，会请至少三人以上诊断医师进行会诊，给出最后结论——劳动者是否患上职业病。一旦确诊职业病，职业病病人将依法享受国家规定的待遇。

## 定期进行职业健康检查

“目前用人单位、劳动者职业病防治意识还有待加强。”邢杨介绍，控制和消除职业病要突出一级预防，加强二级预防，做好三级预防。

一级预防是从根本上着手，使劳动者尽可能不接触职业性有害因素，或控制作业场所有害因素水平在卫生标准允许限度内，“最根本的办法是通过对生产工艺的更新，使用更安全更环保的原材料，来降低劳动者接触职业病危害因素的程度。”邢杨介绍，具体体现在，作为用人单位，必须严格

按照国家的相关要求，做好职业病防护设施三同时——建设项目职业病防护设施必须与主体工程同时设计、同时施工、同时投入生产和使用。这一举措是将劳动者工作环境中职业病危害因素浓度降低的最根本措施。同时，还需对工作场所职业病危害因素浓度进行定期检测，以便早期发现超标的岗位，及时采取措施。作为劳动者，也要注意保护自身的健康，正确有效地佩戴劳保用品上岗作业。

二级预防是对作业工人实施健康监

护、早期发现职业损害，及时处理、有效治疗、防止病情进一步发展。

邢杨介绍，根据《职业病防治法》，对从事接触职业病危害的作业的劳动者，用人单位应当按照规定组织上岗前、在岗期间和离岗时的职业健康检查，并将检查结果书面告知劳动者。职业健康检查费用由用人单位承担。“目前我市有7家职业健康检查机构，分别是市疾控中心及六个县市区疾控中心。”

三级预防是对已患职业病的患者积

极治疗，促进健康。

据了解，辖区内用人单位与市疾控中心签署职业健康监护协议后，市疾控中心可免费为其接触职业病危害的劳动者提供上岗前职业健康检查。此外，市疾控中心还可免费为用人单位提供职业病咨询、职业健康培训等服务。

## 健康话题

# 婴儿究竟需要怎样的睡姿？

婴儿究竟需要什么样的睡姿？什么阶段的宝宝需要训练独立睡眠？

### 婴儿应经常变换睡姿

宝宝刚出生从早到晚几乎都在躺着，采取什么样的睡姿对宝宝的健康有利，是个不容忽视的问题。

青海大学附属医院儿科主任、主任医师曹海霞介绍，睡姿直接影响到新生儿的生长发育和身体健康。正确的做法是经常为宝宝翻身，变换体位，更换睡眠姿势，吃奶后要侧卧不要仰卧，以免吐奶。左右侧卧时要当心不要把小耳轮压向前方，否则耳轮经常受折叠也易变形。侧卧位睡眠

既对重要器官无过分地压迫，又利于肌肉放松，万一婴儿溢乳也不致呛入气管，是一种应该提倡的小儿睡眠姿势。但宝宝的头颅骨缝还未完全闭合，如果始终或经常地向一个方向睡，可能会引起头颅变形。例如长期仰卧会使孩子头型扁平，长期侧卧会使孩子头型歪偏，都影响外观仪表。

值得一提的是，家长们对“婴儿存在睡眠问题”这一概念的界定要科学合理，不能想当然地将睡眠问题与婴儿身体健康问题时刻联系在一起而自我加压。

建议在4到6个月开展睡眠训练

事实上，培养孩子独立睡眠，是婴幼儿

成长过程中需要完成的一项“使命”，问题在于，孩子在多大的时候来接受并完成这项使命最为合适？

曹海霞认为，不少妈妈提倡尽早让宝宝独自睡，甚至从出生就让宝宝单独睡，既能培养独立性，又能不打扰到自己安睡。但真正这样执行起来，母亲反而更累。原本可以伸手拍拍就继续睡的宝宝，反而需要去另一个房间，花更多时间安抚才能睡熟。宝宝醒来的次数也更多。

大多数育儿专家建议爸妈在宝宝4到6个月大的时候开始睡眠训练。曹海霞称，当宝宝4个月左右的时候，基本就已经

具备了比较规律的睡眠习惯，拥有了睡整觉的能力，当然也有一些宝宝满1岁后还无法睡整觉，所以天生能不能睡整觉在宝宝中是存在个体差异的。

“婴儿从出生到3岁，需要的不是什么独立性，而是最大程度上满足对父母的依恋。西尔斯医生在《亲密育儿百科》里批评了婴儿睡眠训练法，鼓励妈妈和宝宝一起睡。夜间宝宝需要睡在妈妈身边，需要听到妈妈的心跳、闻到妈妈的体味、感受到妈妈肌肤的温暖，藉此获得安全感，才能睡得更安稳。”曹海霞说。

（本报综合）

## 湖北科技学院附属第二医院名医风采

### 医院简介

湖北科技学院附属第二医院/临床医学学院/咸宁市精神卫生中心，三块牌子一套班子。医院座落于咸宁市温泉老城区，占地面积53.6亩，建筑面积约5万平方米。医院(医学院)现有职工500人，其中正高职称29人，副高职称65人；博士27人，硕士52人；二级教授4人，三级教授4人；国务院津贴专家1人，省政府津贴专家5人，楚天学者和彩虹学者4人。

医院是湖北科技学院直属的二级甲等综合医院，开放病床650张。开设有内科、外科、妇产科、儿科、精神科、老年科、心理科、中医康复科、感染性疾病科、肿瘤科、五官科、皮肤科、体检中心、检验科、病理科、放射科、超声科、机能科等临床医技科室；购置有磁共振(MRI)、CT、彩超、全自动生化分析仪、DR机、数字胃肠机等一系列先进的大中型诊疗设备。

医院秉承“科教创院、人才强院、特色兴院”的办院理念和“为病人谋福利、为咸宁添活力”的服务理念，全心全意为人民的身心健康服务。



赵正据，教授，主任医师，专长：骨外科

湖北省中西医结合学会骨伤分会委员，咸宁市外科学会常委，咸宁市外科学会骨科分会副主任，咸宁市知联会理事，长期从事骨科临床及外科教学工作，擅长四肢复杂骨折、脊柱和骨盆骨折等创伤骨科的治疗。



但昭葵，副主任医师，外科学博士

任中国下肢静脉脉疾病专家组成员，咸宁市外科学专家委员会委员。擅长下肢静脉曲张、脉管炎、动脉硬化闭塞症、血管瘤及血管畸形、糖尿病足、丹毒、动静脉血栓等血管疾病的诊治，率先在我市独立开展了大隐静脉曲张激光闭合术和血管瘤、腱鞘囊肿、内痔的硬化注射等微创治疗。

### 外科简介

湖北科技学院附属第二医院外科经过多年的发展，形成了5个特色鲜明的专业和学科方向：普外科、骨外科、泌尿外科、心胸外科、手足外科。其中教授、主任医生3人，副主任医生4人，主治医生8人，并配有腹腔镜、超声刀、麦默通、C臂机、胆道镜、关节镜等各种进口设备齐全。

医院地址：湖北省咸宁市温泉马柏大道168号(东门)/茶花路58号(西门)  
 健康热线：0715—8102616

## 中国银行保险监督管理委员会咸宁监管分局公告

经中国银行保险监督管理委员会咸宁监管分局批准，中国银行股份有限公司咸宁岔路口支行于2020年4月21日终止营业，现予以公告。

机构名称：中国银行股份有限公司咸宁岔路口支行  
 设立日期：1992年10月08日  
 发证日期：2017年11月10日  
 机构地址：湖北省咸宁市温泉路96号  
 机构编码：B00035342120013

许可证流水号：00503700  
 联系电话：0715－8253592  
 发证机关：中国银行保险监督管理委员会咸宁监管分局  
 以上相关信息可在中国银行保险监督管理委员会网站上(www.cbirc.gov.cn)查询。

以上信息可在中国银行业监督管理委员会网站上(www.cbrc.gov.cn)查询。

## 告知书

饮食公司股东高青、曾卫东、甘海洋，根据湖北省咸宁市咸安区人民法院，于2019年12月26日民事判决书(2018)鄂1202民初3139号判决：解散被告饮食公司，并已发生法律效力。根据公司法第一百八十三条之规定成立清算组，由董事熊顺华，刘加兴提议召开临时董事会既股东会商议成立清算组。会议时间定于2020年5月13日上午9点，地点咸安区商务局二楼会议室。

望届时参加。

告知人：熊顺华、刘加兴、王宏池、尹正翔、刘腊恩  
 咸宁市饮食旅游服务有限公司  
 2020年4月24日



## 生活顾问

## 口疮反复发作怎么办？

本报讯  记者朱亚平报道：近日，家住白茶社区的周女士十分苦恼，她和孩子的口疮一直没好，最近孩子连饭都吃不下去了。她咨询，口疮反复发作应注意哪些？

白茶社区卫生服务中心相关负责人介绍，口腔溃疡俗称“口疮”，是一种常见的发生于口腔黏膜的溃疡性损伤病症，多见于唇内侧、舌头、舌腹、颊黏膜、前庭沟、软腭等部位，这些部位的黏膜缺乏角质化层或角化较差。口腔溃疡发作时疼痛剧烈，局部灼痛明显，严重者还会影响饮食、说话，对日常生活造成极大不便，有的人还会并发口臭、慢性咽炎、便秘、头痛、头晕、恶心、乏力、烦躁、发热、淋巴结肿大等症状。

复发性口腔溃疡主要以局部消炎、缓解口腔疼痛、促进溃疡愈合为原则，全身治疗以延长间歇期为治疗目的。轻型口腔溃疡一般以局部用药为主，适当调节生活习惯。长期或反复发作的口腔溃疡，需要同时进行局部治疗和全身治疗。

小儿口腔溃疡要注意消除致病因素，比如偏食导致维生素缺乏、咬唇、咬颊、口腔卫生不佳等。孕妇尽量不使用药物治疗口腔溃疡，可用淡盐水漱口，将冰敷在溃疡处，让冰屑在溃疡处慢慢溶解，同时多食用富含维生素的蔬菜和水果。

## 做近视手术应注意什么？

本报讯  记者陈希子报道：近日，家住咸安青龙社区的王女士想做近视矫正手术，想咨询有哪些注意事项？

青龙社区卫生服务中心相关负责人介绍，近视矫正手术术前3周内，请勿配戴硬质隐形眼镜，术前2周内请勿配戴软质隐形眼镜。

近视矫正手术前3天内，应严格遵医嘱，使用抗菌素眼药水；未经医生许可，请勿自用其它药物。滴眼药水时，药液不宜直接滴在角膜上，请勿用力闭眼，以防药液外溢，也勿使瓶口碰到眼睑、睫毛或其它物品，以免污染。

手术当天请勿用任何化妆品和香水。放松心情，不要紧张。手术时不要用力挤眼、不要随意转动眼球，要按医生的引导固定不动。术后休息30分钟，无不良反应再离开医院。手术后按照医生嘱咐复诊、换药。

术后1个月内，洗脸、洗澡、洗头时，避免水进入眼睛而导致感染。出门时佩戴偏光镜，以免强光刺激眼睛或风沙进入眼睛。注意避免眼部外伤。术后会经常滴眼药水，但尽量不要滴太长时间，以免产生依赖性。

术后少吃辛辣、易上火的食物，如荔枝、火锅等。可多吃含蛋白质高、维生素充足的食物，增加营养。

## 如何预防小儿哮喘发作？

本报讯  记者焦校报道：“我儿子今年三周岁了，去年哮喘发作了四次。”近日，家住温泉城区体育路的刘女士咨询，如何预防小儿哮喘发作？

市中心医院呼吸内科相关负责人介绍，小孩的身体比较弱，容易感冒生病，并且不容易治愈，而各种呼吸道疾病均有可能导致哮喘病的产生。小儿哮喘是一种对小儿危害非常大的疾病，如果不能及时发现和治疗，会影响小儿的健康和生长发育，因此要积极预防哮喘的产生。

对已有哮喘病的患儿而言，防止他们的哮喘发作，应从以下几个方面着手。

找到哮喘病的发病原因和诱发因素，通过日常细心观察，可发现食物、油漆、花粉等过敏原，必要时应检查过敏原及免疫功能、内分泌功能等，多能通过避、忌、替、移、脱来解决。

缓解期坚持继续抗炎治疗，如吸入激素、口服顺尔宁等。一旦复发应积极寻找原因，尽快缓解症状，达到和维持哮喘临床控制状态。

改善过敏体质。坚持特异脱敏疗法，适当服用抗组胺药物，如口服氯雷他定、仙特敏、开思亭等。

缓解期运用中药治疗可改善患儿体质，改善免疫状态，增强抗病能力，有良好的防治哮喘复发的作用。

加强自我管理 and 护理，如定期复诊，积极锻炼身体，树立战胜疾病的信心。

## 通告

根据嘉鱼县人民政府指示精神，原嘉鱼县鱼岳六小装修改造工程启动。请居民将杂物、菜园、家什(含祖坟)清除或迁移。截止时间2020年5月20日。

嘉鱼县鱼岳镇中心学校  
 2020年4月28日

## 咸宁市贺胜温氏禽畜有限公司环评征求意见公示

我公司委托大容环境湖北有限公司承担咸宁市温氏郑店高效养殖小区建设项目环评工作。根据《环境影响评价公众参与办法》规定，现向公众征求意见。

- 1.报告及《公众意见表》查阅方式  
(1) 网站链接：http://sthj.xianning.gov.cn/xxgk/hjjxxgk/hpsp/zytz/202004/t20200420\_1976473.shtml；  
(2)纸质版可至我公司查阅或获取。
- 2.征求意见稿范围：受项目影响并直接涉及环境权益的团体、公众等对项目有关环保方面的意见及建议。
- 3.反馈方式（电话、邮件及信函）：刘高飞，0715－8873298，邮箱：399609538@qq.com，咸宁市咸安区贺胜桥镇。
- 4.公示时间：2020年4月20日—4月30日。

## 崇阳县中医院骨伤科

电话：3066175  3066171  3066230