



揭秘检验标本的最终归宿

山东医药大学附属医院 检验科 孙其静

不少就诊患者疑惑:抽血、留取的体液标本出结果后,剩下的样本去哪了?直接倒了?网络上的各种传言可信吗?

在大众印象中,检验报告出具后,标本的使命就结束了。事实上,检验科对标本处置有着极其严格的管理制度。所有检测完成的标本严禁随意丢弃,需按科室标准在标本库规范留样,以备结果复核与溯源;留样期满后,全部废弃标本必须统一进行高压蒸汽灭菌,完成无害化处理。这一不为人知的幕后流程,是守护医患安全、防范公共卫生风险的重要防线。

血液、体液、痰液等标本是临床诊断的重要依据。大家通常关注检验结果是否准确,却容易忽略废弃标本的潜在风险。无论结果阴性或阳性,人体标本均携带细菌、病毒、真菌等微生物,感染性患者标本的病原体活性更强、传染性更高。若未经处理随意丢弃,病原体可通过污水、垃圾扩散,造成实验室污染、检验人员职业暴露,甚至引发院内交叉感染,危害公共卫生安全。因此,标本高压灭菌是院感防控必不可少的一环。

高压蒸汽灭菌是目前医疗领域处置感染性废弃物最安

全、最可靠的方式。通过密闭舱内高温、高压饱和蒸汽,穿透标本容器及包装,破坏微生物蛋白与核酸结构,能够彻底杀灭细菌、病毒及抵抗力极强的细菌芽孢。相比紫外线、化学消毒,高压灭菌无死角、无残留、穿透力强,适配菌种、采血管、培养基等各类检验废弃物,灭菌效果彻底稳定。

标本灭菌全程遵循标准化操作流程,每一步都不容忽视。灭菌前,废弃标本严禁敞口存放,防止气溶胶扩散。工作人员规范防护,将废弃标本、污染耗材统一装入耐高温高压灭菌袋,密封标识、分类收纳,剔除

尖锐及危险物品,规避安全隐患。

灭菌装载科学有序,标本袋均匀摆放、不堆叠挤压,保证舱内蒸汽循环通畅。根据风险等级设置灭菌参数:常规标本采用121℃、20分钟标准程序,高风险标本启用134℃高温灭菌模式,设备全程监控温压,保障灭菌参数达标。

灭菌结束后需等待设备自然泄压降温,避免二次污染。工作人员通过设备日志、化学和生物指示剂双重核验,确认灭菌合格、标本完全无害化。验收无误后规范打包、登记台账,由专人专车集中转运处置,

实现全程闭环、可追溯管理。

日常工作中,装载过满、缩短灭菌时间、设备维护不及时、质控流于形式等不规范行为,都会导致灭菌不彻底,埋下安全隐患。检验科需常态化做好设备维护、参数校准和生物监测,工作人员持证上岗严格遵守操作规范,杜绝侥幸作业。

标本高压灭菌是检验工作低调却关键的一环,默默守住生物安全底线。严格落实标本留样管理与高压灭菌流程,抓实细节、规范操作,才能有效防范院感风险,为医院安全诊疗和公共卫生防护筑牢坚实屏障。

花粉来袭 儿童户外过敏科学防治指南

山东医药大学附属医院 儿童呼吸科 李营营

秋风凉爽,正是带孩子出去游玩、亲近大自然的好时候。但每年8月底开始,不少孩子一入秋就“准时过敏”。这是因为滨州及鲁北地区空气中的花粉浓度大幅上升,尤其是蒿草、豚草这类杂草花粉,很多孩子会接连出现打喷嚏、流清鼻涕、揉眼睛、起疹子、干咳等表现,儿童过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、皮肤过敏、过敏性哮喘等也随之进入高发期。

不少家长觉得“过敏不算大事,扛一扛就过去了”,其实儿童秋季花粉过敏不能硬扛。反复过敏会持续刺激鼻黏膜,影响孩子睡觉、上课和专注力,严重的还会引发鼻窦炎、中耳炎、反复咳嗽,甚至增加哮喘的发病风险。结合本地秋天的气候和过敏的发病规律,给各位家长整理一份通俗易懂的秋季花粉过敏防护指南,帮助孩子安心出门,舒服度过秋天。

为什么秋季孩子更容易花粉过敏?

春天大多是树木花粉,而秋天惹祸的主要是各类杂草花粉。滨州及鲁北地区野外、河边、田间、路边绿化带到处长着蒿草、豚草、藜草,这类花粉颗粒细小、数量巨大、风一吹能飘很远,致敏能力很强。

小朋友鼻黏膜、皮肤娇嫩,免疫系统还在发育,再加上孩子爱跑爱跳,户外活动多,喜凑近花草,又很少做防护,接触花粉机会比成年人多,所以过敏常常来得快,症状也更重。

怎么分清花粉过敏和感冒

很多家长把花粉过敏当成反复感冒,耽误了护理和治疗。

花粉过敏关键点:一般不发烧、不浑身酸痛;每年固定时间段发作;遇到大风花草多的地方就加重,离开野外环境之后就会有所好转。

主要有这几类表现,可以对照观察:

鼻子:一连打好几个喷嚏、流

大量清水鼻涕、鼻子发痒、鼻塞、睡觉张口呼吸

眼睛:眼睛奇痒、总揉眼睛、眼睛发红、流泪,也就是花粉性结膜炎

皮肤和气道:皮肤发痒起小红疙瘩、嗓子发痒干咳、跑跳之后轻微喘

如果每到秋天就反复出现上面这些情况,大概率是花粉过敏,而不是普通感冒。

花粉季带娃出门,做好5件事,减少过敏

不用因为过敏就不让孩子出门玩耍,做好防护,照样可以户外活动。

1. 选对时间出门,避开花粉高峰

清晨、傍晚、大风晴天、雷暴天,空气中花粉浓度最高;下雨之后,花粉被雨水冲落,浓度会明显降低。大风晴天尽量少在草地、河滩、荒地长时间玩耍;雨后、阴天更适合外出。

2. 做好物理遮挡,少接触花粉
物理防护简单又管用。外出戴好儿童口罩、防护眼镜,穿长袖、戴薄帽子,减少花粉沾到头发、脸上、鼻子和皮肤上。提醒孩子不要总揉眼睛、抠鼻子。

3. 回家第一时间“洗掉花粉”
花粉会粘在衣服、头发、脸上、睫毛、鼻腔里,如果不清理,回到家还会持续刺激孩子。进门先换掉外出的外套,洗手洗脸漱口,坚持每天用生理性海盐水洗鼻子1-2次,冲掉鼻腔里沾到的花粉,减轻鼻子不舒服,低龄宝宝也可以安全使用。

4. 关好门窗,减少花粉进屋
白天花粉浓度高的时候关好门窗,防止花粉飘进室内。条件允许可以开带HEPA滤网的空气净化器,保持室内清洁湿润。床上被褥勤换洗,避免花粉、灰尘反复刺激孩子。

5. 提前预防,别等过敏发作再处理

如果孩子每年秋天都会严重过敏,可在花粉季来临前1周,在医生指导下预防性用药,能明显减轻整个过敏季的难受程度。

孩子花粉过敏,用药别踩坑
很多家长自行给孩子吃抗过敏药,症状一消失就立刻停药,很容易反反复复,越犯越重。

1. 症状比较轻:只是打喷嚏流鼻涕,轻微眼痒

优先做好防护+海盐水洗鼻。不舒服明显时,在医生指导下服用儿童二代抗过敏药,嗜睡副作用小,适合孩子使用。

2. 中重度过敏:鼻塞严重、睡觉打呼、反复咳嗽喘息

一定要到儿科专科就诊,遵医嘱足量、足疗程用药,千万不要感觉好了就自行停药。用药断断续续,是过敏年年加重的重要原因。

3. 每年都严重发作的孩子,可以考虑脱敏治疗

蒿属花粉过敏,影响学习生活,可以到儿童过敏专科完善过敏原检查,评估脱敏治疗,实现长期改善,减轻下一年过敏症状。

家长最容易犯的4个错误:

把过敏当成感冒,反复吃感冒药:不对症,还损伤孩子身体。

感觉症状好了就马上停药:鼻腔炎症还没有完全修复,很快就复发。

只吃药、不做防护:一直接触花粉,药效会大打折扣。

拒绝正规治疗,硬扛等着“长大就好”:长期炎症可诱发腺样体肥大、鼻窦炎、哮喘等问题。

医生提醒:

秋季花粉过敏是可以预防、可以控制的,并不是简单“体质弱”,也不等于熬到长大就一定会痊愈。做好防护、规范处理,孩子既可以好好感受秋天,也能保护呼吸道、眼睛,不被过敏拖累。

如孩子持续鼻塞喘息、夜间睡不好、眼睛反复肿、咳嗽加重,请及时到儿童呼吸与过敏专科就诊,尽早干预,平稳度过花粉季。

“晕针”可怕吗

山东医药大学附属医院 疼痛科 徐昕

有些来疼痛科做神经阻滞、关节腔注射等微创治疗的患者,一看到穿刺针或局部出血时,就会出现心慌、出冷汗、头晕等反应,大家常会认为是“胆子太小”,其实不然,这不只是心理素质的问题,而是人体自主神经系统的正常应激反应,完全可以科学预防和应对。

一、晕针到底是什么?

晕针,是在针刺、抽血、注射操作前、操作中或操作后,因恐惧、疼痛刺激,触发迷走神经过度兴奋,导致心率减慢、全身血管扩张、脑部短暂供血不足,进而出现一系列不适症状,多数人平卧休息后数分钟即可自行缓解,一般没有器质性伤害,最怕站立时突然晕倒造成摔伤。

二、典型症状,从轻到重

1. 前驱不适(最常见):头晕眼花、心慌胸闷、恶心反胃、四肢发软、浑身冒冷汗、手脚冰凉、面色发白;

2. 重度反应:意识模糊、短暂晕厥、血压下降,极少数人会出现大小便失禁,持续时间通常很短。

三、为什么会晕针?四大核心诱因

1. 心理因素(占比最高,60%以上)

对穿刺疼痛的恐惧,童年打针的负面记忆,提前脑补各种疼痛,过度关注穿刺过程,脑神经过度紧张,刺激迷走神经过度兴奋,初次行微创治疗的人群更容易出现。

2. 生理因素

空腹低血糖、熬夜疲劳、女性经期、体质虚弱的人群,身体耐受应激能力下降,比普通人更容易出现晕针反应。

3. 体位因素

站立、坐位时,血液受重力淤积在下肢,血管扩张后脑部供血快速不足,是晕针高发的体位原因。

4. 环境因素

诊室闷热不通风、光线刺眼、医护反复穿刺、疼痛刺激强烈,都会诱发晕针。另外家族有晕针、晕血史的人,神经敏感度更高,更容易出现该反应。

四、发生晕针,正确急救处理

1. 立刻停止操作,不要硬撑;

2. 马上平卧,抬高双脚,松开衣领、腰带,保持呼吸通畅,注意保暖;

3. 轻症者饮用温水、糖水,补充血糖,休息片刻即可恢复;

4. 症状较重时,医护可按压人中、内关穴位,监测血压脉搏,必要时采取急救措施。

最后提醒大家:

1. 晕针不是胆小、矫情,是正常生理反射,无需自卑;

2. 晕针不会留下后遗症,只要做好防护,完全可以正常完成操作;

3. 不要因为晕针反应而拒绝有效的疼痛微创治疗,您只需要提前告知医生说明情况,我们会针对性的调整方案,疼痛千万不要“硬抗”!