

# 公利医院疫苗接种门诊已开诊！ 周六也能来打九价 HPV 疫苗

对于 HPV 疫苗，大家应该不会陌生，不少人还有过蹲点抢苗的经历。近日，经浦东新区卫生健康委员会审核批准成立，公利医院疫苗接种门诊开诊，每周二、周六(法定节假日除外，具体以实际排班为准)，为有需要的人群提供第二类疫苗预防接种服务。

接种门诊位于医院 7 号楼体检科 2 楼，门诊设有预检室、登记室、候诊室、接种室、宣教留观室等多个功能区域，拥有全套的数字化门诊系统和便民的就诊流程，接种环境宽敞、整洁、舒适。

医院严把质量关，按照《中华人民共和国传染病防治法》、《中华人民共和国疫苗管理法》、《上海市预防接种工作规范(2017 年版)》等相关法律、法规和规范，落实责任，做好生物制品管理、冷链管理，积极稳妥地推进接种服务工作。

目前，通过“微信公众号预约”方能接受接种服务。另外，暂时只接种 HPV 疫苗，后续将根据群众需求，开展其他疫苗的接种服务。

预防保健科、体检科

第一步：关注微信公众号“上海市浦东新区公利医院”；  
第二步：点击“公利服务”→“就医服务”；



## 接种预约攻略

第三步：点击“疫苗接种”；



第四步：点选择时间取号。



## “一键启动”胸痛救治“高速路”

外卖小哥突发急性心梗，38 分钟转危为安！

众所周知，急性心肌梗死起病急、进展快，发作后的救治时间非常珍贵，每拖延 1 分钟，就意味着心肌坏死在增加。近日，公利医院上演了一场与死神赛跑的生死竞速，患者于进医院到开通闭塞血管，仅用 38 分钟，远远低于国际标准的 90 分钟，成功挽救了患者生命。

患者顾先生在送外卖过程中，突然感觉胸口疼痛难忍，浑身大汗淋漓，倒在小区门口。9 点 22 分，顾先生被 120 急救车送到公利医院急诊，此时他胸痛剧烈，不断呻吟。9 点 26 分，急诊完善心电图提示为“急性广泛前壁心肌梗死”。

公利医院心血管内科主任许嘉鸿表示，急性广泛前壁心肌梗死是一种非常危重的情况，若不及时救治，极易发生急性左心衰、恶性心律失常，甚至休克、死亡。



时间就是心肌，时间就是生命。急救团队立即“一键启动”胸痛救治流程。9 点 55 分，开始冠脉造影，造影显示 LAD 近段 100% 闭塞。10 点整，导丝通过“罪犯”血管闭塞段，于 LAD 植入支架两枚。此次救治，从患者到达

医院至导丝通过仅用时 38 分钟(远低于国际标准的 90 分钟)，成功将患者从“鬼门关”拉了回来。术后，患者症状立即缓解，生命体征平稳。

高温天气里，特别是户外工作者，免不了大汗淋漓，感到乏力

胸闷，就觉得是常见的中暑。但是，出现了此类疑似症状时，切不可掉以轻心，有可能是更为严重的心肌梗死。公利医院心血管内科主任许嘉鸿提醒，高温天气里，若出现不明原因的胸闷、胸痛、大汗淋漓、恶心呕吐等症状，超过半小时未能自行缓解，应第一时间拨打 120，前往医院治疗，以免延误治疗时机。

作为国家首批胸痛中心，公利医院为缩短急性心肌梗死患者入院抢救时间，对于收治的急性胸痛患者，严格执行“先抢救后收费”原则，“一键启动”胸痛救治绿色通道。通过优化就诊流程，提高救治效率。目前，胸痛患者从入院到开通闭塞血管，最快能在 30 分钟内获得救治，平均时间小于 60 分钟，低于国际标准的 90 分钟。

心血管内科

近日，“中药奶茶”酸梅汤爆红网络，掀起了一股去中药房配酸梅汤的热潮。不少网友表示，万万没想到，打败奶茶店的，竟然是中药房。也有网友表示，中药版酸梅汤便宜又好喝，最主要是对身体好。

酸梅汤自古以来就是上好的夏日饮品。古籍中所记载“土贡梅煎”，就是一种最古老的酸梅汤。南宋《武林旧事》中所说的“卤梅水”，也是类似酸梅汤的一种清凉饮料。清代经御膳房改进成为宫廷御用饮品，因其有除热送凉、安心痛、祛痰止咳、辟疫、生津止渴的功效，被誉为“清宫异宝御制乌梅汤”。后来传入民间，并一直传承至今。

《家庭医药》中有酸梅汤的配方：乌梅 30g，山楂 30g，陈皮、桂花、甘草各 5g，玫瑰茄 2 朵，水 3000ml，冰糖适量。

酸梅汤中的酸性物质可以促进唾液腺与胃腺体的分泌，有很好生津止渴的功效，常用来治疗热病口渴、咽干等症。夏日里，人们总会喝些酸梅汤来解暑。其实，它的功效远不止于此。

酸梅汤味酸，且含有柠檬酸、苹果酸等，具有开胃生津、刺激食欲、促进消化等作用，特别适宜食欲不振、厌食者饮用。

酸梅汤中含有一种枸橼酸，能够有效抑制乳酸，并能去除血管中的有害物质。在疲劳的时候喝上一杯酸梅汤，可以起到很好的提神、抗疲劳作用，让肌肉和血管组织恢复活力。

另外，酸梅汤酸涩收敛，能敛肺止咳，可用于肺虚久咳少痰或干咳无痰的人群。从中医上来讲，酸味入肝经，酸梅汤不仅能平降肝火，还能促进脾胃消化、滋养肝脏。

酸梅汤虽好，但不可过多饮用，而且并非人人都适合喝。感冒发热、咳嗽多痰、胸膈痞闷、妇女经期、产前后、患痧痘之人不能喝。肠炎、细菌性痢疾初期患者要慎喝。儿童，脾胃不好，胃酸分泌过多的人要少喝。

在家自制做酸梅汤时，最好用不锈钢锅或砂锅熬制，避免使用铁锅。陈皮在水浸泡时放入为佳，如果放的时间过晚，陈皮的味不容易煮出来。桂花建议在关火前 3 分钟放入，煮久了会影响桂花的香气。高温天气里酸梅汤容易变质，建议当天制作，一次喝完。

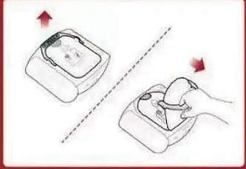
中医学部



## 世界急救日，教你使用身边的“救命神器”AED

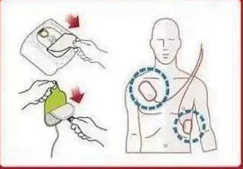
### 1 打开电源

Power on



### 2 贴上电极片

Affixed electrode plate



### 3 分析心率

Analyzing heart rate



### 4 按照指示电击

Shock as directed



9 月 9 日是第 24 个“世界急救日”，今年的主题是“数字赋能救在身边”。对于每一个人来说，了解并掌握基本的急救知识和技能至关重要，以便在遇到紧急情况时，能够及时采取措施，保护自己和他人的生命安全。

日常生活中，意外突发或疾病导致的心脏骤停十分常见，黄金抢救时间仅为 4 分钟。最佳的急救措施是心肺复苏(CPR)配合使用自动体外除颤仪(AED)进行除颤，否则大脑等重要器官将会出现不可逆的损伤。

AED 全称为 Automated External Defibrillator，是自动体外除颤仪，属于一种用来抢救心脏骤停病人的便携式急救设备。自动体外除颤器主要包括自动心脏节律分析系统、电击咨询系统，也可以自动提出实施电击的指令，然后再由操作者正确判断后，按“shock”键完成电除颤。

自动体外除颤器在较短的时间内发出大量电流经过心脏，可终止心脏所有不规则以及不协调的活动，致使心脏电流自我正常化。

自动体外除颤器一般适用于没有意识和呼吸的患者，并且只能在突发猝死发生后进行使用。但不适用于被证实怀孕的女性，有明显外伤的人员，有物质中毒的人员，有高热的人员，已经安装有人工心脏起搏器的人员，有心脏缺血性疾病、心肌炎或者其他与心律相关的疾病的人员。

自动体外除颤器的使用需要在最短时间内完成。当你发现猝死患者时，应立即检查患者的呼吸和脉搏。如果患者没有呼吸和脉搏，那么应该立即进行心肺复苏(CPR)，然后立即通知 120 急救中心并要求他们尽快发送医疗人员。一旦确定需要使用自动体外除颤器，应立即将患者移动到安定和宁静的地方，并让

其他旁观者离开现场，以确保 AED 正常运行。

第一步是“开”。打开自动体外除颤器后，立刻按照自动体外除颤器上的说明进行操作。

第二步是“贴”。在患者胸部适当的位置上紧密地贴上电极。通常讲，两块电极板要分别贴在右胸上部和左胸左乳头外侧，具体位置可参考自动体外除颤器机壳上的图样和电极板上的图片说明。

第三步是“插”。将电极板插头插入自动体外除颤器主机插孔，开始分析心律，需要 5-15 秒。

第四步是“电”。如果建议除颤，确保无人接触患者，再按下“电击”键。一次除颤后，应立即继续心肺复苏(胸外按压和人工呼吸)，反复至急救人员到来。如分析不用除颤，则继续心肺复苏。

急诊科