

「医保卡停用」短信，信不得

近日，市政大厅医保窗口接到多名群众反映，收到了陌生手机号发送的“您的医保卡已被停用，请打开链接进行信息完善”的短信后，打开了链接，并按照页面上的提示填写了身份证号、银行卡号等信息，结果银行账户的钱被盗走。



针对近期我市出现一些不法分子通过电话或短信等方式以医保卡异常、停用、透支为由进行诈骗的现象。市医保经办处向广大参保群众提醒，医保账户不会随意停止，如果接到此类电话或短信，一定要慎重，千万不要随意打开链接给对方转账。

有任何疑问，可拨打 3222012 医保窗口电话咨询，一旦发现被骗，第一时间拨打 110 报警。同时请广大参保群众一定要增强防范意识，谨慎鉴别，不随意提供个人信息。

(市医疗保险经办处 张勤)

水在超临界状态下可以燃烧

世界上的物质可以表现为多种不同的形态，已知的物质形态主要有六种，即固态、液态、气态、等离子态、玻色-爱因斯坦凝聚态以及费米子凝聚态，而其中固态、液态和气态这三种形态又是我们最为熟悉的。

我们日常所见的大多数物质都具有固态、液态和气态这三种形态，在不同的温度和压力下，这三种形态可以实现相互转化，其中最为典型的就水了。在标准大气压之下，水的沸点是 100 摄氏度，也就是说在 100 摄氏度的时候水会变为气态形式，也就是水蒸气。而 0 摄氏度则是水的凝固点，在 0 摄氏度的时候，水会凝结成冰。如果气压升高，水的凝固点和沸点也会相应升高，反之则会下降。

水只有三种形态吗？并不是，不仅是水，很多物质在特殊的情况下都存在一种不同于三种形态的特殊形态，这种状态被称之为“超临界状态”。

什么是超临界状态呢？以水为例，水具有一个临界温度和临界压力，所谓临界温度就是指水从气态变为液态的最高温度。什么意思呢？我们知道，在标准大气压

之下，水的沸点是 100 摄氏度，但随着压力的升高，这个温度也会升高，但是一旦温度超过了临界温度，此时无论如何增大压强，气态水都不会再化为液态了。而临界压力就是在临界温度时，让水由气态化为液态所需的最小压强。

水的临界温度是 374.15 摄氏度，也就是说一旦温度超过了 374.15 摄氏度，无论怎样增大压强，水都不会由气态变为液态了。而水的临界压力是 22.05 兆帕，也就是说在 374.15 摄氏度的时候，由气态转化为液态所需要的最小压强为 22.05 兆帕。那么，当水的温度和压力都远远超过了临界值，会发生什么呢？水会呈现出一种特殊的状态——超临界状态，处于这种状态下的水就被称之为“超临界水”。

超临界水是一种特殊的流体，相比普通的液态水而言，超临界水的压缩性会显著增强，而且还会获得溶解其他物质的独特能力。具体一点来说，超临界水与普通液态水的差异主要表现在密度、介电常数以及黏度上。

在标准大气压之下，常温液态水的动力黏度是 0.001 帕秒，而超临界水的黏度

则是 0.298x10⁻² 帕秒，这意味着什么呢？意味着超临界水可以变成一种具有高流动性的物质。

说了这么多，超临界水到底有什么用呢？超临界水的独特性质决定了它必然拥有广泛的用途，比如有机废物的处理。传统的有机废物是如何处理的呢？是通过焚烧法。焚烧法顾名思义就是通过高温焚烧来分解有机废物，但这种处理方法会带来二次污染，然而使用“超临界水燃烧技术”就能够有效解决这一问题。燃料或者有机废物在与氧化剂相遇之后，可以在超临界水中发生氧化反应，而这种剧烈的氧化反应会产生一种“水热火焰”。

“水热火焰”是一种非常有意思的现象，在我们看来，就是水里着了火，好像水真的可以燃烧起来一样。

利用超临界水燃烧技术处理有机废物，不仅不会因高温而产生二次污染，而且去除率可以达到 99%，一次就能处理完成，不需要再进行二次返工。超临界水除了具有可燃性的特性之外，还是一种优质的“萃取剂”，因为超临界水可以具有很好的溶解能力，所以能够从很多天然物质中

提取出香精和油脂。正是因为超临界水的用途广泛、开发潜力很大，所以一直以来科学家们都在进行关于超临界水研究。

早期的超临界水都是在实验室中获得的，所以科学家们一直有一个疑问，那就是“自然界中是否存在超临界水”？后来，这个疑问终于有了答案。

德国科学家在大西洋中部的一个海底热液口进行考察时意外发现了这里存在着自然的超临界水，原因就是这里的温度远超过水的临界温度，根据测量，热液口附近的水温达到了 464 摄氏度，远超过水的临界温度 374.15 摄氏度，这是一个令科学家十分兴奋的发现，因为这证实了超临界水并不是人为制造的，而是在自然界中客观存在的。当然了，超临界水并不是唯一能够处于超临界状态的物质，只要条件合适，很多物质都能够拥有超临界状态。

(科普中国)



婴幼儿粪便化验标本应如何正确留取

安康市妇幼保健院 蒋永悟

粪便检查是临床上最常见的检验项目，粪便常规检验也是临床上最常用的三大常规检验之一，主要用于肠道疾病的诊断，了解肠道有无炎症、感染、出血、肿瘤等，了解胃肠道和肝胆系统的功能状况，检查肠道致病菌，可协助诊断肠道传染病和分析有无菌群失调等，其检查内容主要包括粪便的颜色、性状、检查；粪便的化学检查；粪便的显微镜形态学检查，主要检查粪便中有无病理成分，如白细胞、脓细胞、红细胞、巨噬细胞、上皮细胞、食物残渣、脂肪球、淀粉物质、结晶、寄生虫卵、肠道原虫、细菌等各种形态学检查；微生物病原学检查，如肠道病毒检查及细菌培养等。

粪便标本的正确采集与运送，可直接影响检验结果的可靠程度，对于最大限度发现异常，避免漏检漏诊具有非常重要的意义。尤其是一些婴幼儿患者，由于无自主行为，粪便标本的留取要由家长来完成，婴幼儿粪便标本留取不合格现象较为普遍，如使用有吸水性的容器（尿不湿等）留取，使粪便中的病理成分吸附而不能检出，粪便中混有尿液、污水、灰尘杂质等情况会使粪便中的有形成分破坏或者难以辨认，送检时未选用含有血、黏液、脓等病理成分的粪便送检，留取后送检时间过长等等一些不合格现象，都会严重影响检验结果的准确性。

因此，粪便标本的正确采集与送检应注意以下几点：要采集新鲜粪便，盛于洁净、干燥、无吸水性的容器当中，婴幼儿在采集困难时，可在尿不湿等臀垫内加垫一层塑料纸，防止被吸附，同时要注意不能有尿液混入。

对于收集到的粪便标本可用干净竹签挑取含有血、黏液、脓性等病理成分的粪便约指头大小的量盛装到干净无吸水性的容器送检。

用化学法做隐血试验时，还要避免饮食和药物的干扰。在做寄生虫检查时，应在医务人员指导下根据需要进行留取全部粪便或部分粪便。

采集后的粪便不能放置时间过长，一般在 1 小时内送检。

进行细菌学检查时，粪便标本应收集在无菌容器内。

前瞻

门诊患者突发心脏骤停

本报讯(通讯员 孙远轲)2月17日，旬阳市人民医院门诊上演了一场真实版与死神搏斗的场面，抢救过程既惊心动魄，又暖人心怀。

上午 10 时左右，门诊部导医护士正在维持二楼各门诊就诊秩序时，突然听到心内科门诊传来“有人晕倒了”的呼救声，她迅速冲向前去，只见一名男性患者晕倒在候诊椅上，面色灰紫，双眼紧闭，张口叹息样呼吸，查看发现患者心脏骤停后，立即协同心内科门诊医生于第一时间给予患者进行心肺复苏、心电监护。门诊部一楼导医听闻二楼传来喧嚣呼叫，立即前往并参与抢救，同时电话联系门诊部主任、护士长及急诊科、心内科、麻醉科医生。闻讯赶来的医护人员快步如飞的奔向抢救现场。由于这个时间段是患者就诊高峰期，人头攒动，门诊部主任、护士长到达后，迅速将其他就诊人员分流到各科，疏通抢救现场，其余医护人员轮番上阵，不间断行心肺复苏。无痛门诊院医生到场后用娴熟的手法快速给予气管插管后，进行呼吸气囊人工通气，急诊科医护人员于第一时间建立静脉通道、遵医嘱用药。正确复苏、气道管理、生命体征监护、输液管理，一切都在分秒必争又有条不紊地进行。

参与抢救的医护人员满头大汗，奇迹终于在分分秒秒抢救中出现了，患者恢复自主呼吸，心内科主治医生第一时间联系 ICU 医生到场评估患者后，命令立即转入 ICU 继续抢救并进一步生命支持。至此，门诊部又恢复了常态。



热点

女性进入更年期该怎么办?

安康市人民医院 张治洋

女性绝经一般发生于 40 到 55 岁，更年期是围绝经期到绝经后期这段时间，也就是 40 到 60 岁甚至 65 岁长达 20 年的时期。更年期是妇女自生殖旺盛的性成熟期步入老年期的生理过渡阶段，是卵巢功能的逐步衰退过程。

女性进入更年期以后，由于卵巢功能的衰退，会出现各种绝经相关症状，如潮热、盗汗、睡眠障碍、情绪不稳定、皮肤松弛皱褶等。随着卵巢功能衰竭，对女性的心血管系统、骨骼、认知等会产生持续不良影响，远期症状有骨质疏松(腰背疼痛、易骨折、身材矮缩)、心血管疾病(冠心病、脑卒中)、泌尿生殖道萎缩症状(反复下尿路感染，

阴道干涩、外阴阴道疼痛、瘙痒，性交痛，反复发作的萎缩性阴道炎，老年痴呆)。

进入 40 岁后，更年期的早期主要表现为月经的紊乱如月经周期提前，月经量少，不规则的阴道出血，部分女性甚至出现阴道大出血等，随后逐渐开始出现潮热出汗、情绪异常等更年期症状，到最后出现月经推迟，甚至月经不来。如果 40 岁后，女性朋友出现以上问题，就应该高度怀疑更年期问题，建议到妇科更年期门诊咨询，并进行健康评估与科学管理。

如何平稳优雅的度过更年期？作为女性生命中重要的一段时光，需要进行

全面的生活方式指导和健康管理，包括饮食、运动、限酒等，并在医生的指导下开展绝经激素治疗等方式，缓解绝经相关症状，提高和改善女性绝经后生活和生命质量。绝经激素治疗(MHT)是绝经期健康管理的一个重要组成部分，是通过弥补卵巢功能衰退或衰竭而采取的一种治疗措施，以补充雌激素最为关键。此处的激素治疗并非传统观念中的糖皮质激素治疗，不会导致糖皮质激素引起的“肥胖问题”。而且通过补充天然性激素，可以纠正卵巢功能减退所导致的激素缺失，从而让女性生活的更加优雅，更加健康。

性激素补充治疗可以调节绝经后

女性的月经失调，能缓解潮热、盗汗、失眠、情绪不稳定等更年期症状，能降低绝经后骨量的迅速丢失，预防骨质疏松，能降低缺血性心脑血管疾病的危险性及病死率，能减少老年性痴呆的发生率。但值得注意的是，并不是所有人都可以进行绝经激素治疗，而是要在更年期专科门诊由专业医生评估，排除相关风险后才能启用。而且绝经激素治疗在治疗的“窗口期”，即适合进行绝经激素治疗治疗的时间段，一般为绝经 10 年以内或 60 岁以前。在此阶段开始治疗受益最高，各种风险极低，因此更年期女性在此阶段可长期持续使用。

洛河镇筑牢校园安全防线

本报讯(通讯员 赵重良)为进一步做好春季开学校园安全工作，有力排除校园各类安全隐患，2月17日，平利县洛河镇邀请镇人大代表、政协委员共同开展校园安全隐患大排查视察活动。

视察过程中，视察组对学校疫情防控落实情况、校园安全管理制度、消防设施等方面展开详细了解，同时全面细致检查了学校内部食品保障、校园用电情况、校车接送、校园周边安全等情况，力争做到全方位、无死角、不漏一处安全隐患。对检查过程中发现的问题提出整改意见，要求学校当场整改到位，并严格落实“人防、物防、技防”三位一体的防范措施，制定校园应急预案，定期开展日常演练，为学生的安全

有序入学排除一切安全隐患。通过检查，及时为洛河镇辖区内学校消除安全隐患，进一步夯实了学校安全教学水平，为学校全体师生营造了一个安全、快乐的工作、学习环境。

视察结束后，代表们表示，将在以后的工作生活中，充分发挥代表职能作用，立足岗位实际，认真依法履行代表职责，积极建言献策，敢于提出意见建议，进一步发挥好桥梁纽带作用，密切联系群众，倾听群众呼声，收集群众诉求，集中群众智慧，积极为群众代言呼吁，同时向群众大力宣传政府工作成效，充分凝聚群众的思想、行动和力量，切实为人民做好服务工作，全面促进洛河镇各项事业不断向前发展。

市中医院 14 项科技计划项目通过评审

本报讯(通讯员 郇薇)2月17日，市科技局组织 5 名专家，对市中医院承担的市科技计划项目进行了评审验收。

评审会上，该院 7 位项目负责人分别对到期项目进行了汇报，专家

组通过查看资料、质疑答辩等形式，针对项目创新性、科学性、完成度、实用性等情况进行了严格的审查。经过充分讨论，对各项目给出客观、公正、科学的评价和肯定，并提出了更深层次的建议和意见。

此前，市科技局于 1 月 21 日通过线上会议评审的形式对该院另外 7 个项目进行了验收。自此，市中医院 14 个 2018 至 2019 年度市科技局科技计划项目全部通过结题验收。

市疾控中心举行驰援西安抗疫经验分享会

本报讯(通讯员 赵迁)为进一步弘扬伟大抗疫精神，引导中心干部职工以先进模范为榜样，主动作为、奋发有为、担当善为、提升能力，汇聚起强大的疾控力量，全心全力投入到抗击疫情和疾病预防各项工作中。2月17日下午，安康市疾控中心举行驰援西安抗疫经验分享会。

会上，中心驰援西安的 8 名抗疫流调队员结合自身工作，以朴实的语言、真挚的情感以及生动的事例，从不同角度还原在西安抗击疫情的真实场景，讲述各自以及在所在集体在抗击疫情工作中的难忘经历和感人事迹，并分享了在开展疫情流调溯源工作中的深刻感悟与收获，为今后我市抗击新冠疫情应对大规模突发公共卫生事件积累

了宝贵的经验。一个个生动的故事，一个个感人的瞬间，充分展示了流调队员与时间赛跑、与病毒较量的感人场景，展现了安康疾控人义无反顾、不畏艰险、勇敢逆行、众志成城的精神风貌和忘我精神，让在场所有聆听者无不为之感动，获益良多。



2月18日一大早，献血车旁就排起了长长的队伍，岚皋县民镇干部、群众在工作人员的引导下，依次进行信息登记、测血压、验血型，在初筛合格后伸出手臂奉献爱心。活动当天，共有 47 人成功献血，累计献血量 16400 毫升。

屈闯 摄

