

如何正确使用滴耳液

安康市人民医院 蔡晓晶

耳部疾病带来的感官不适,如耳痛、耳闷、听力下降等,常常严重影响患者的日常生活与工作。而外用滴耳液,凭借其快速且有效的病情控制能力,已成为治疗耳部疾病的重要手段之一。不过,要想让滴耳液发挥最佳疗效,正确使用方法至关重要。

常见滴耳液分类

抗菌类:氧氟沙星滴耳液,可用于细菌感染引起的外耳道炎、中耳炎等,能有效杀灭致病菌。

消炎类:地塞米松滴耳液,可减轻耳部炎症反应,缓解红肿、疼痛等症状。

清洁类:过氧化氢滴耳液(俗称双氧水),可用于清洁外耳道,软化耵聍(耳屎),也可对化脓性感染进行预

处理。

滴耳液正确使用步骤

洗手:使用滴耳液前务必彻底清洗双手,避免细菌带入耳部引发感染。

清洗外耳:用干净棉棒清洁外耳道患处;若为化脓性感染,需先滴注过氧化氢溶液进行预处理,待擦拭干净后再使用滴耳液。

捂热药液:滴药前用手将滴耳液捂热 5 至 10 分钟,使药液温度接近体温,防止低温刺激内耳前庭器,引发眩晕、恶心等不适。

保持体位:采用侧卧位时,患耳朝上,将耳廓向后上方牵拉,拉直弯曲的外耳道,方便滴耳液深入耳道深

处。采用坐立位时,头部向一侧倾斜,同时用手轻轻向后牵拉耳朵,为滴耳液进入耳道创造有利条件。

滴药操作:将药瓶口对准耳道,注意避免瓶口接触耳朵造成污染,滴管尖端与耳道需保持 1 厘米间距。按照医嘱或药品说明书规定的剂量滴

药,滴完后保持 10 分钟左右“耳浴”状态,确保药液充分吸收。

后续清理:滴药结束后,用干净的棉签等物品轻轻擦拭外耳道口残留的药液,动作要轻柔,避免用力过大损伤耳道。

滴耳液使用优势

1.直接作用于病灶,局部药物浓度高。以单纯性中耳炎为例,以局部用药为主,能针对性治疗中耳黏膜炎症;若炎症蔓延至鼓室周围,则需在局部用药基础上,配合口服制剂联合

治疗。
2.药物主要在局部起效,全身不良反应远低于口服给药。以氟喹诺酮类药物为例,全身用药可能导致软骨关节损伤,禁用于 18 岁以下儿童,但

目前无证据表明局部使用会对关节产生不良影响,因此局部用氟喹诺酮类滴耳液可用于儿童中/外耳炎、结膜炎等疾病治疗。
3.使用方便。患者可按医嘱自行

操作,尤其适用于需要频繁给药的情况,无需频繁就医,提升了治疗的便利性。

滴耳液使用注意事项

1.每次滴药前,仔细检查药瓶瓶口是否存在污染或破损,确保药液洁净。
2.滴耳液开封后使用期限通常为 1 个月,建议在药瓶上标注开封日期,便于核对是否在有效期内。
3.滴液瓶为私人物品,严禁与他

人共用,防止交叉感染。
4.严格遵循医嘱或药品说明书规定的使用频率与剂量,不可擅自增加用药次数或剂量;若用药后出现不适症状或过敏反应,需立即停药并及时就医。

5.使用完毕后,需拧紧瓶盖防止药液污染;储存时避免阳光直射,放置于阴凉处保存。
6.在使用滴耳液过程中,如果有任何疑问或不适,可以前往医院门诊进行咨询。为了确保用药安全,在就

诊时要如实告知医生自己使用的是哪一种滴耳液(如抗生素类、町野软化类等),以及是否有耳道疼痛、流脓或听力下降等其他症状。这些信息有助于医生更准确地判断患者的病情,制定个性化的治疗方案。

“全天候”的“健康守门人”

通讯员 邓永新 李坤利



杨松为村民把脉

秋日清晨,蒙蒙细雨笼罩着汉阴县城关镇长窑村。村卫生室里,44 岁的村医杨松正在接诊病人。自 2005 年担任长窑村村医以来,杨松已经在这里工作了整整 20 年。

他的手机 24 小时开机,随时接听村民的咨询和求助电话。作为村民的家庭签约医生,杨松特别注重个性化健康指导。针对不同人群特点,他制定了多样化的健康管理方案:为糖尿病、高血压等慢性病患者建立专属健康档案,详细记录病情变化和

和治疗情况,并根据个体差异制定饮食、运动和用药计划;对孕产妇和儿童给予特别关注,不定期举

办母婴健康知识讲座,指导科学饮食、合理运动和孕期保健,并为儿童建立生长发育档案,提供预防接种、营养指导等服务。

长窑村共有村民 2688 人,其中慢性病患者 326 人。为帮助患者规范用药,杨松自制“个性化药盒”。78 岁的独居老人王大娘患有高血压和糖尿病,杨松每月上门为她测量血压、血糖,将一周的口服药按早、中、晚分装在不同规格的格子里,并用加粗记

号笔醒目标注服药时间和剂量。药盒内还附有服药注意事项,详细记录饮食禁忌和运动建议。

作为长窑村村医,杨松始终以村民健康为中心,用专业知识和温暖关怀让村民得到及时诊治。20 年来,村民早已把杨松当作身边的“健康守门人”,身体不适时总会第一时间联系他,而杨松也总是尽快赶到,耐心诊治。

“村民的健康就是我的追求。”杨松总是这样说。

徒手开辟的『生命通道』

通讯员 曹靖

本报讯(通讯员 曹靖 谭小华)“医生,我父亲胸痛,求求你们赶紧来看看……”电话那头,患者家属的声音满是焦急。10 月 13 日凌晨 3 时许,石泉县熨斗镇中心医院接到这通紧急求助电话。

夜班医护团队迅速响应,携带心电监护仪、除颤仪及急救药品等设备,搭乘救护车冒雨赶赴患者家中。抵达现场后,医护人员立即对患者开展检查,经初步诊断,患者确诊为急性冠脉综合征,且合并高血压 2 级(高危)。值班医生谭小华根据病情判断,明确需立即转运至上级医院接受进一步治疗,随即启动紧急转运流程。

熨斗镇地处山区,通往外界的道路蜿蜒崎岖,加之连日降雨,道路垮塌地方较多,极大增加了转运难度。当救护车行驶到一段山路时,大量落石堵住了去路,其中两块巨石横亘路中,彻底封堵了救护车通行路线。“病人的时间耽误不得!多等一分钟就多一分危险,我们一起使劲,把石头挪开!”谭小华率先推开车门开始清理碎石,其他医护人员和司机也纷纷加入到徒手搬石的“战斗”中。

经过多次尝试,几人最终将两块巨石成功移至路边,开辟出一条可供救护车通行的“生命通道”。凌晨 5 时许,救护车顺利抵达上级医院,患者得到及时规范治疗。

10 月 14 日,从石泉县医院胸痛救治中心传来消息,该患者经救治已成功转危为安。

从“各自为战”到“联动共赢”

通讯员 陈海侠

“我得糖尿病好多年了,过去都要让娃请假带我去西安买药,现在走几步路到村卫生室就能拿到胰岛素,真好!”宁陕县江口回族镇冷水沟村村民万富香的感慨,道出了秦岭深处群众就医的新变化。这背后,是宁陕县以党建为引领,深耕紧密型县域医共体建设的生动实践。

地处秦岭南腹地的宁陕县,7 万人口散居在 3678 平方公里的深山里,“看病难、看病远”曾是群众的烦心事。2024 年以来,该县坚持党建为引领,通过组织架构统建、资金打包整合、服务能力统提、内部运行统管的“四统”路径,推动医疗机构从“各自为战”到“联动共赢”。

党建聚合力,从“单打独斗”到“抱团作战”

“不仅要实现‘共体’,更要促进‘共心’。”宁陕县卫生健康和医疗保障局党委书记、局长王鹏道出医共体建设的关键。

宁陕县将医共体建设作为“一把手工程”,构建三级联动党建体系。在顶层设计上,成立县委书记、县长任双

组长的领导小组,创新设立功能性医共体总院党委,建立“三委合一”工作机制。在中层架构上,推行“总院党委+县级医疗卫生单位党支部+乡镇分院党支部”架构,通过“六联”工作法确保党的领导贯穿各环节。在基层实践中,将党建考核与人事任免、绩效分配直接挂钩,运用“三带三提”工作法推动党建业务深度融合。

目前,宁陕县卫生健康和医疗保障系统内一类党组织占比达 42.8%,医共体“4L”党建工作法获评全市公立医院党建“十佳案例”。

机制破难题,从“分散运营”到“标准统一”

“过去县医院买检验设备,镇卫生院也跟风买,现在全县资源统一调度,光采购就省了 630 万元!”宁陕县医共体总院党委书记韩斌说。

为破解资源碎片化问题,宁陕县打出“资源整合+机制创新”组合拳。组建县卫生健康和医疗保障局,实现医保资金与公共卫生资源“打包”统筹。建立统一管理制度,推出《医共体人才引进十条措施》,创新“三聘两转一招”

人才机制。

该县还打造“一院三区三中心”,实行“总院院长兼镇分院法人、镇分院院长兼村卫生室法人”管理模式,对 54 家村卫生室实现“人员、药品、财务”统一管理。

紧密型医共体建设以来,132 名医务人员实现岗位调整,80 名医务人员纳入编制备案制管理,医务人员人均薪酬实现 5%至 23.4%不同幅度增长。

服务暖民心,从“跋山涉水”到“家门口就医”

“以前查个 CT 得跑县城,现在镇卫生院拍片子,县医院专家远程诊断,当天就能拿结果!”江口回族镇沙坪村魏高军老人的经历,是宁陕县优化服务的缩影。

宁陕县始终把群众需求放在首位,让医共体红利直达末梢。组建 63 支健康管理团队,5 支慢病管理团队,采取“网格化”联片包镇到村入户,2024 年以来免费义诊 1.2 万人次、体检 6489 人,全县四类慢病过早死亡率同比下降 5.4%。

县里专项投入打造医共体数智平

儿童手足口病科学防控指南

安康市疾控中心 赵迁

进入秋冬季,手足口病进入高发期。该病为儿童常见传染病,多发生于 5 岁以下儿童,做好科学防治可降低患病风险。

一、识别典型症状

手足口病发病初期出现低热、咽痛、食欲下降,少数孩子可能呕吐、腹泻,1 至 2 天后手、足、口、臀等部位出现小而独立的红色斑丘疹或疱疹,疱疹液少;疱疹或斑丘疹一般在 7 至 10 天消失,发热一般持续 4 至 5 天;若持续高热(>39℃)、精神差、肢体抖动、需立即就医。

二、明确主要传播途径

手足口病传染性强,主要通过以下方式传播,家长需重点防范:接触传播:接触患儿的手、玩具等物品,或接触被病毒污染的桌椅等后未洗手就接触口鼻,易引发感染。

飞沫传播:患儿咳嗽、打喷嚏时产生的飞沫中携带病毒,近距离吸入后可能感染。

消化道传播:饮用被病毒污染的水、食用被污染的食物(如未洗净的水果、生冷食物),也可能感染病毒。

三、做好日常防控

个人卫生:督促孩子饭前便后、外出后用肥皂洗手,家长接触孩子前也洗手;不给孩子吃生冷食物,及时消毒奶瓶、餐具。

环境保护:定期开窗通风,孩子玩具、衣物、床单等开水烫洗或暴晒;疾病流行季避免带孩子去人群密集、通风差的场所。

接种疫苗:建议 6 月龄至 5 岁儿童尽早接种手足口病疫苗预防重症。

四、做好学校防控

日常监测管理:学校落实晨午检制度,发现发热、皮疹儿童联系家长接回;定期消毒教室、食堂、厕所等,保持通风。

病例应急处置:确诊患儿需居家隔离,不带病上学/入园,症状消失一周后方可解除隔离;班级多例病例时,学校采取临时停课、全面消毒等措施,配合疾控部门调查。

卫生宣传教育:学校通过课堂、宣传栏普及防治知识,引导孩子养成卫生习惯,家长在家同步强化。

我市举办中药煎药人员培训 护航群众用药安全

本报讯(通讯员 黄以蓉 张艳苹)

近日,2025 年安康市中药煎药人员培训圆满落幕。来自全市各级医疗机构、中药服务机构的 610 余名中药煎药从业人员齐聚一堂,系统性提升专业技能。

本次培训由市卫健委主办,中医医院、市中药饮片质量控制中心联合承办,创新采用“理论授课+实操演练+考核验收”三位一体模式。理论课上,讲师结合《中药煎药操作规范》,详

细讲解煎药规范要求,还通过案例剖析指出问题,给出解决方案。

实操现场,参训人员分组站在煎药机前,在指导老师示范下调试温度、把控加水量,针对“附子减毒煎煮”等特殊操作反复练习。考核环节更是严格,考官随机抽取处方,从药材核对到最终药液量控制,全程打分,确保参训人员“学得会、用得上、守得好”,切实筑牢中药临床疗效的“最后一道防线”。

安康高新区推行“健康副校长”机制护航师生健康

本报讯(通讯员 叶卫灵)

近日,安康高新区紧密型医共体建设再出新举措——全面启动“健康副校(园)长”进校园行动,推动优质医疗资源下沉,将专业健康服务融入学校日常管理,着力构建校园健康安全防线。

为深入贯彻落实上级决策部署,安康市高新医院作为高新区紧密型医共体总院,选派副院长许真等领导班子成员及儿科、眼科主任等骨干专家团队,正式受聘担任区内多所中小学及幼儿园“健康副校(园)长”职务。

10 月 15 日,安康长兴高级中学举行聘任仪式,正式聘请安康市高新医院副院长许真担任“健康副校长”职

务。许真表示,将充分发挥医共体平台作用,定期组织专家团队开展健康科普讲座、急救技能培训等专项活动,切实保障师生健康权益。聘任仪式结束后,医共体总院呼吸科专家围绕“秋季传染病防治”主题进行专题宣讲,重症监护室与护理单元护士长现场指导师生开展心肺复苏实操训练,活动覆盖师生 3000 余人次。

此前,在高新第八幼儿园,安康市高新医院儿科主任受聘为“健康副园长”。随后,儿科医生围绕《儿童常见意外与伤害》《儿童常见传染病的预防》等主题,为全体教师开展实用技能培训,进一步织密幼儿健康“防护网”。

汉阴县人民医院开展“日间手术”高效服务百姓

本报讯(通讯员 汤义平)

近日,汉阴县人民医院积极推行“日间手术”模式,以骨科为切入点,率先开展骨折术后内固定物取出术“日间手术”服务,用高效医疗服务为群众健康护航,切实提升医疗服务质量与患者就医体验。

“日间手术”是指在 1 个工作日内完成患者从入院、手术、术后观察到出院的一种高效医疗服务模式(特殊病例不超过 48 小时),无需患者长时间住院,在保障医疗安全的前提下,极大缩短了住院周期。

“日间手术”是指在 1 个工作日内完成患者从入院、手术、术后观察到出院的一种高效医疗服务模式(特殊病例不超过 48 小时),无需患者长时间住院,在保障医疗安全的前提下,极大缩短了住院周期。

“日间手术”是指在 1 个工作日内完成患者从入院、手术、术后观察到出院的一种高效医疗服务模式(特殊病例不超过 48 小时),无需患者长时间住院,在保障医疗安全的前提下,极大缩短了住院周期。

“日间手术”是指在 1 个工作日内完成患者从入院、手术、术后观察到出院的一种高效医疗服务模式(特殊病例不超过 48 小时),无需患者长时间住院,在保障医疗安全的前提下,极大缩短了住院周期。

“日间手术”是指在 1 个工作日内完成患者从入院、手术、术后观察到出院的一种高效医疗服务模式(特殊病例不超过 48 小时),无需患者长时间住院,在保障医疗安全的前提下,极大缩短了住院周期。

“真没想到现在看病这么迅速!我早上来医院做手术,第二天就能回家休息,不仅省下不少医疗费用,还不需长时间住院折腾,真是既省心又省钱!”刚完成骨折术后内固定物取出术的患者张先生办理出院时,对医院的“日间手术”服务赞不绝口。

近年来,汉阴县人民医院在努力提高医疗技术水平的同时,不断完善就医环境与服务水平,通过开展“日间手术”,让更多患者享受到便捷、优质、高效的医疗服务,持续提升患者就医获得感。

市妇幼保健院举办“世界更年期关怀日”主题活动

本报讯(通讯员 张丛芝)在 10 月 18 日“世界更年期关怀日”来临之际,安康市妇幼保健院妇女保健科联合安康悦己读书会举办“悦己更年期爱守芳华”主题公益健康活动。

活动伊始,市妇幼保健院医师结合临床实际案例,以通俗易懂的语言,深入浅出地剖析了更年期各种不适的缘由和医疗策略。中医师从传统医学整体观念出发,分享了饮食、运动、情志三方面身心调养方法。活动

中,悦己读书会组织开展多元化互动,共读德国作家著作《炙热的你》中幽默风趣段落,安康作家林辉分享了自己的诗歌。

此次活动互动频繁、气氛热烈,让到场女性敞开心扉交流,打破了讲座单向输出模式,营造了充满理解、支持与鼓励的互动氛围。

推进妇幼专科联盟建设
安康市妇幼保健院 安康市融媒体中心 联动