

地方性砷中毒患者健康教育处方

姓名：

性别：

年龄：

诊断：

地方性砷中毒是居住在特定地理环境条件下的居民,通过饮水、空气、食物长期摄入过量无机砷而引起的全身性慢性中毒性疾病。包括饮水型和燃煤污染型地方性砷中毒。地方性砷中毒以皮肤病变为主要特征,主要表现为皮肤三联征(即掌跖角化、皮肤色素沉着和色素脱失)。

地方性砷中毒可以损害全身各器官和组织,患者常常会有肢体麻木、视力下降和记忆减退等症状。还可导致循环系统、消化系统、呼吸系统的疾病,甚至皮肤癌、肺癌、肝癌等疾病。

采取健康生活方式,积极治疗,有助于改善生活质量。

健康指导建议(请关注“□”中打“√”条目)

●健康生活方式

- 在饮水型砷中毒病区,饮用改水后的低砷水(砷含量 $\leq 0.05\text{mg/L}$),不要饮用砷含量超标的井水、泉水。
- 在燃煤污染型砷中毒病区,停用高砷煤;改良炉灶、安装烟囱,将煤烟排到室外。
- 在燃煤污染型砷中毒病区,使用电、天然气、沼气等清洁能源替代原煤。
- 在室外利用日光晾晒玉米、辣椒等作物。
- 粮食密闭储存。
- 食物烹调和食用前进行淘洗。
- 保证鱼、禽、蛋、瘦肉、奶类、豆制品等富含优质蛋白质食物的摄入量。
- 注意补充维生素 C、叶酸等。
- 了解砷中毒防治知识,提高自我保健意识和能力。

●治疗与康复

- 严格遵医嘱用药,不要自行停药或调整药物。
- 身体出现不适要及时就医。
- 并发血栓闭塞性脉管炎、皮肤癌或内脏肿瘤等疾病,应尽早治疗。尤其是皮肤癌,早期切除病灶十分重要。

●急症处理

- 手掌、脚掌或身体其他部位的角化物,一旦出现奇痒、渗出、溃疡、出血、黑变、疼痛、四周红晕等现象,或其他严重情况,应尽快就医。

其他指导建议

医生 / 指导人员签名： 咨询电话： 日期： 年 月 日

地方性砷中毒患者健康教育处方使用说明

★**使用对象**:地方性砷中毒患者。

★**使用方法**

1. 本处方不能替代医务人员开具的医疗处方,主要用于患者健康生活方式指导。
2. 医务人员应结合患者的病情、健康危险因素等,提供有针对性的健康指导。