

民族医学为居民健康护航

本报讯(记者 张怡枫 姜灏)今年4月15日至21日是第30届全国肿瘤防治宣传周。近日,汇聚党建力量·共筑健康堡垒公益健康论坛暨2024年全国肿瘤防治宣传周系列活动在中关村科技园金伟凯党群服务中心举行。覃氏瑶医第十三代掌门人、北京瑶医医院院长覃迅云带着独家“耳操”来到居民身边,用通俗易懂的话语为大家普及癌症科学知识,引导大家正确认识癌症。现场两百余人座无虚席,大家跟着覃教授纷纷进行“耳操”锻炼,做守护健康的第一责任人。

现场,主持人和工作人员身着瑶族服饰,银色饰品碰撞发出的声音清脆悦耳,成为全场焦点。覃迅云首先进行了《瑶医三大处方癌患得安

康》演讲,他指出,癌症患者为何会谈癌色变,不是因为恐惧癌症,而是恐惧死亡,癌症等于死亡是错误的。针对这一现象,瑶医提出了“减法生态医学模式”治癌:文化处方、医药处方、运动处方,这三方同治方案让很多癌症患者得以康复。

随后,覃迅云带领大家进行了独家“耳操”训练,跟着教授的节奏,大家伸出双手,揉耳、捏耳、揉耳、压耳……训练通过刺激耳朵上的各个部位,来促进身体循环。坐在第二排张阿姨目不转睛地看着覃教授,她挺直了腰板,力争把每个动作都做标准。张阿姨家住新村街道,今天特意来听覃教授讲课。“之前因为腰疼去过一次北京瑶医医院,经过针灸后现在好多了,咱民族医学

可真是博大精深!”张阿姨称赞道。

“我们国家有西医、中医,还有各类民族医学,可谓百花齐放,全方位守护百姓健康。”丰台区委卫生健康工作委员会工作人员表示,瑶族医药是我国民族文化的重要组成部分,它在认识疾病、诊断治疗、遣方用药方面不但具有鲜明特色,而且在疾病的治疗方面拥有独到的优势,是我们的文化瑰宝。近年来,丰台区委卫生健康工作委员会在推动居民健康路上迎头赶上,为居民提供各种学习健康知识、提升健康素养、获得健康保障的渠道。同时,各行业党支部也都加入到促进全民健康的工作中,为推动健康事业蓬勃发展贡献力量。

这些玩偶不要随便带回家



本报讯 你平时会去夹玩偶吗?现在,各大商超、电玩城里,随处可见“娃娃机”的身影。不少人夹到玩偶后,习惯性放在沙发、床头,甚至有孩子抱着睡觉。然而,一些媒体和监管部门调查发现,娃娃机里玩偶的质量令人担忧,部分产品含有一级致癌物甲醛——长期接触低剂量甲醛,有很大的安全隐患。

国家《强制性产品认证目录》要求,毛绒玩具(本文中均称“玩偶”)属于需3C认证的玩具产品。那么,娃娃机里的玩偶,都有身份信息和3C认证吗?

有媒体曾选取一些商圈内娃娃机里的玩偶做了实验,发现其大都含有甲醛。近日,又有记者走访多家商场,发现相当一部分娃娃机里的玩偶,仍然不符合国家标准。

随后,记者联系了部分娃娃机供应商或品牌授权商,了解到开设娃娃机主题店或投放娃娃机的门槛很低。至于机器里的玩偶,既可以由娃娃机生产商或品牌授权商提供,也可以自行采购。一家娃娃机生产商的销售代表说,通常质量好、标签齐全的玩偶,若非知名IP授权产品,批发价在6元上下;而质量差一些的玩偶,两三元就能采购到,“机器是通用的,用什么娃娃可自己决定。”

在电商平台,可搜索到提供大批量玩偶商家,其中不少商品介绍中均含有“娃娃机玩偶”字样,零售定价为6—7元。然而,当记者向客服询问玩偶质量时,发现不少问题。一家称“三金冠十年老店、销量30万+、质量保证”的玩偶店客服告诉记者,6—7元即可买到网红款玩偶,却无生产信息和标签。当记者追问产品生产企业和品牌时,客服爽快地提供了信息。然而,该生产企业已于2022年注销。在多店调查后,记者发现,这种情况不是例外。

其实,在专业人士眼中,即便是品牌店里“身世清白”的玩偶,也不建议与其亲密接触,包括亲吻玩偶、抱着玩偶睡觉等。从事纺织品外贸生意的业内人士指出,玩偶的甲醛主要来自面料和填充物。在生产过程中,面料使用的染料、固色剂、黏合剂等,都可能含有甲醛;还会出现部分原料甲醛超标,但组装后,整个产品甲醛累计超标的情况。“甲醛为无色气体,不要认为面料无异味就不会甲醛超标。通常,异味来自染料、固色剂等;没有味道的甲醛亦在悄悄危害健康。”

有医生表示,如果长期接触甲醛超标的玩偶后果会很严重。除了可能甲醛超标,玩偶也容易积存尘螨等。“最明显的是诱发支气管哮喘的发作,或导致哮喘发作的加重;尘螨还容易引发过敏症状。如果甲醛超标很严重,也有可能危及生命。比如,有可能导致血液系统的恶性肿瘤,最常见的是白血病、淋巴瘤这样一些恶性的血液病。”

提醒:

大家在购买玩具时要看玩具是否有安全认证标志或其他认证标志,尽量减少接触三无产品。另外,建议对夹到的玩偶或买来的玩偶先进行清洗、晾晒后再使用,同时保持室内通风。



小心 手足口病的高发期到了!

本报讯 每年5月—7月,是手足口病的高发期。这种病最爱对5岁及以下的宝宝“下手”,甚至会一下子“放倒”整个幼儿园。然而,手足口病在初期,却很容易被误诊。因为它的初期症状跟感冒实在太像:一般会有发热、咳嗽、流涕、打喷嚏等症状,多数患儿体温会在38℃左右。有时候,等手“烂”、脚“烂”、嘴“烂”(长满水疱、疱疹,容易被抓烂)这些症状出现了,才会“醒悟”过来——哦,原来是手足口病!

两个高峰期 手足口出现疱疹

手足口病每年、每个季节都有发病,但主要集中在两个高峰时期:一是5月—7月,二是9月—10月。所以到了这两个时期,如果您的孩子口腔、双手、双足或者臀部等出现了疱疹,要高度怀疑是不是手足口病。

除了肉眼可见的皮疹,手足口病的常见症状还有发热、食欲不振、咽喉痛等。这种病一般发生在5岁以下的婴幼儿,平均潜伏期3—5天。那手足口病是怎么得的呢?手足口病患儿和无症状感染者都是很重要的传染源。肠道病毒可经孩子呼吸道传播,可经过粪口传播,也可因接触患儿口鼻分泌物、皮肤或黏膜疱疹液及被污染的手或物品等造成传播。

成人会感染 可传染给儿童

成人会不会感染手足口病呢?答案是肯定的,尤其是那些免疫系统较弱或处于肠道病毒高发流行区域的人群。患手足口病的成人症状通常与儿童类似,也有可能较为轻微。不过值得注意的是,不管症状如何,这些患者仍然可以传染给他人,包括儿童。

所以,如果家长出现了手足口病的症状,例如发热、口腔溃疡及手掌、脚底或臀部的皮疹,应该注意卫生和个人健康保护措施,以减少传播给孩子的风险。



谨慎饮食 及时就医

手足口病的治疗方法有哪些?

对于发热患儿,可物理降温,必要时口服退热药治疗,发热患儿的衣被不宜过厚,不宜过度“捂汗”,鼓励患儿多喝水。同时,患儿要注意隔离,避免交叉感染,注意休息。

饮食方面,患儿要注意清淡饮食,少食多餐,不宜进食过烫、辛辣等刺激性食物,应进流食或半流食,进食前后可用生理盐水或温开水漱口,以减轻食物对患儿口腔的刺激。

此外,家长需要观察居家患儿的病情变化,如果出现以下几点,是需要我们家长们特别注意的:如果孩子有高热,持续3天以上不退;如有脱水迹象,如啼哭无泪、口腔干燥、尿少;如果有任何病情加重的迹象,如嗜睡、烦躁不安或肢体无力等情况,一定要及时就医,不要错过最佳治疗时间。

注意卫生 做好检查工作

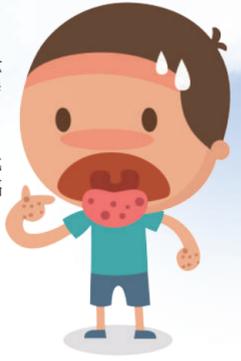
如何预防这种病症呢?

小朋友们一定要勤洗手,注意手卫生;尽量避免去人群密集、空气流通差的公共场所;保持充足的睡眠和适当的运动,保持良好的心态和情绪,增强体质和抵抗力。

对家长来说,首先室内经常开窗通风,此外,家中若有感染的成人或者儿童,要注意隔离,以减少传播给其他人的风险。

幼儿园要做好消毒工作(包括定期清洁和消毒接触频繁的表面和物品)及做好晨检工作,认真检查入园孩子的口腔、双手及体温,及时发现手足口病和疱疹性咽峡炎的患儿。

(区卫健委)



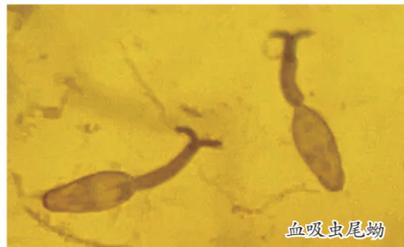
血吸虫病近期高发 症状似感冒

本报讯 血吸虫病一年四季都有可能感染,尤其4月—10月。春暖花开、气温回升,许多朋友计划着“安营扎寨”、踏青赏花,再来个踩水捉虾。不过,近日中国疾控中心接连发布提醒:注意防范血吸虫!

接触10秒可感染

血吸虫病是由血吸虫寄生于人或者哺乳动物引起的具有传染性、地方性和自然疫源性的寄生虫病。我国流行的是由日本血吸虫感染引起的日本血吸虫病,属法定乙类传染病。如不及时治疗或未治愈,发展到晚期,肝脏等器官会受损,导致门静脉高压,出现肝脾肿大、腹水等症状,人的外貌会变得骨瘦如柴、肚大如鼓,因此也被称为“大肚子病”。

血吸虫的发育分为虫卵、毛蚴、



血吸虫尾蚴

母胞蚴、子胞蚴、尾蚴、童虫及成虫等7个阶段。其中,尾蚴是可以感染人体的阶段——在水中接触到人的体表后可侵入人体。有实验证明,宿主动物只要接触尾蚴10秒,就可被感染。

感染后容易误以为“感冒”

血吸虫是怎样传播的呢?感染了血吸虫的人或动物将含有血吸虫卵的粪便排入水里,之后水里生存着血吸虫传播的中间宿主——钉螺,产生能够感染人的尾蚴。而人接触了含有尾蚴的水体(疫水)后,可感染。其中,部分患者

接触疫水后皮肤可出现刺痛样感觉,继而出现丘疹和瘙痒。

感染血吸虫病1—5天后,患者会有咳嗽等症状,因此易误认为感冒。之后,经过30—60天的潜伏期,会出现发热、肝脾肿大及周围血液嗜酸粒细胞增多等特征,并伴有肝区压痛、脾脏肿大、咳嗽、腹胀及腹泻等症状,如不及时救治,严重者可导致死亡,多数患者会进入慢性感染阶段。

值得注意的是,反复感染且未经规范治疗者可发展为晚期血吸虫病。

外出玩水需谨慎

如何预防血吸虫病?感染血吸虫的直接原因是接触了含有血吸虫尾蚴的水体(疫水)。因此,不接触可能含有血吸虫尾蚴的水体、安全用水是避免感染的关键。

此外,当生产和生活必须接触疫水时,可以通过穿戴防护用品(胶手套、胶鞋、胶衣、胶裤等)、涂抹防护霜(剂)、预防性服药,来预防感染血吸虫。

(区卫健委)

吸血虫不同于血吸虫

人们说的吸血虫,常常指的是水蛭,又称蚂蟥。这是一种以吸血或食腐肉为生的体外寄生虫。其体长、扁平,略呈纺锤形,前后有两个吸盘可附着于人和动物体表。水蛭生活在水田、河流、稻田、湖沼、沟渠和浅水污秽塘等处,在我国各地均有分布,种类很多。

国家医保局未规定 单次住院不超过15天

本报讯 近日,国家医保局举行例行新闻发布会。国家医保局医药服务管理司司长黄心宇表示,医保部门从未出台“单次住院不超过15天”等限制性规定。

据黄心宇介绍,国家医保部门从未出台过类似“单次住院不超过15天”“到达一定标准,必须要转医院”的限制性规定。这种言论的流传,很可能是少数医疗机构对政策不了解或者因其他原因,存在“把医保基于大数法则确定的一个均值,理解为每一个病人的限额”的一种管理思路,从而以医保额度满了为理由,强行要求患者出院、转院,或者要求自费住院。

此外,黄心宇指出,这些都是严重违反医保规定,损害参保人权益的行为。国家医保局坚决反对并欢迎群众向当地医保部门举报,将对相应医疗机构予以严肃处理。