健康关注

小小食品干燥剂 处置不当危害大

玉 晓

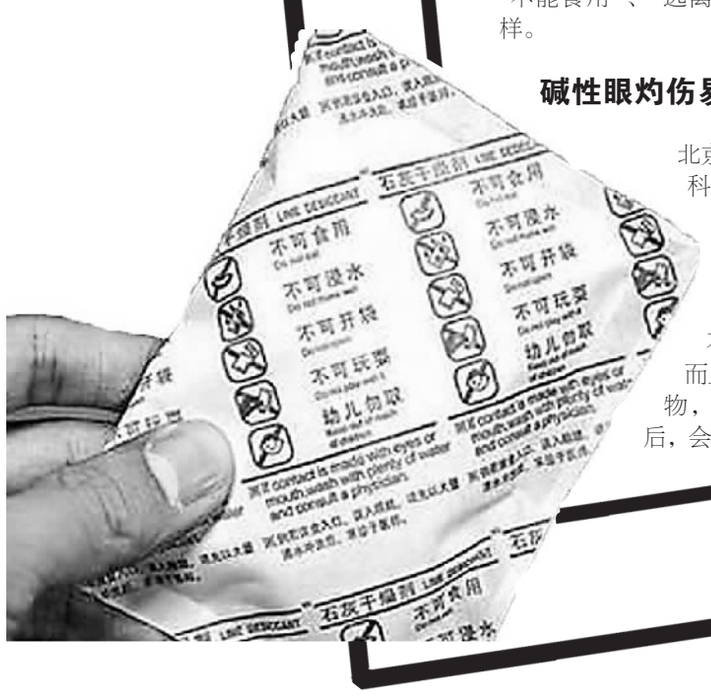
如今在不少食品中都会装有一小包干燥剂，而这一小包干燥剂的作用是防止食品受潮、发霉。许多家长都曾告诉过孩子，干燥剂不可食用，而且多数人对干燥剂“不能食用”都有认知。但近日一则干燥剂遇水后灼伤眼睛的消息，让人们难免心生后怕。看似无害的食品干燥剂，危害到底有多大？

廉价干燥剂危险性最大

据了解，目前市面上的干燥剂多以氧化钙（生石灰）、硅胶、三氧化二铁以及氯化钙为主要原料，其中以生石灰和硅胶为原料的干燥剂最为常见。特别是生石灰，因其吸湿效果好，且来源方便，价格便宜，所以大部分干燥剂以生石灰为主，在食品包装中被广泛使用。

近年来，作为石灰类干燥剂的替代产品——硅胶干燥剂逐渐流行，其主要成分为二氧化硅，它无毒、无腐蚀性，性状稳定且吸湿力较好。

而石灰类干燥剂在使用过程中，一旦变硬便无法继续发挥作用，这是导致其逐渐被淘汰的原因之一。另外，根据食品药品包装规定，应在干燥剂外包装上标注其主要成分及有害状况，并做出安全提示。从目前市场调查情况看，食品企业一般会在干燥剂包装上标注“不能食用”、“远离儿童”等警示字样。



碱性眼灼伤易导致失明

北京同仁医院眼角膜科主任医师潘志强表示，生石灰吸水后变为粉末状的氢氧化钙即熟石灰。这一过程不但会释放热量，而且氢氧化钙为碱性物，两者进入结膜囊后，会造成角膜和结膜的灼伤，且碱烧伤比盐酸、硫酸等酸烧伤的后果更严重。

潘志强提醒说，家长在给孩子吃零食时，一定要把干燥剂放在远离孩子的地方，以免造成伤害。一旦有生石灰不慎溅入眼中，应立即用清水冲洗至少15分钟以上，并送医院治疗。

北京儿童医院眼科主任医师于刚指出，食品干燥剂主要为碱性化学物质，具有较强的穿透力，通过细胞膜使细胞的PH值发生变化，严重者还可导致角膜结膜的严重坏死、穿孔、角膜白斑以及眼球炎症、继发性青光眼、并发性白内障甚至眼球萎缩。这些眼部病变严重影响视力，甚至会造成失明。有些患者即使手术，也无法挽回原有的视力。

误食干燥剂后如何急救

儿童由于好奇心强，误食用了包装袋内的食品后，对干燥剂的性能并不熟悉，可能会误服而导致食道灼伤；三氧化二铁大量服用，可能会导致恶心、呕吐及腹痛腹泻的症状，呈现铁中毒迹象等。

如果孩子误食了干燥剂，家长千万不要慌张，首先要分辨干燥剂的类型，如果是无色透明的小球，这属于硅胶干燥剂，硅胶在胃肠道不能被吸收，可经粪便排出体外，一般来说，对人体没有毒性，误服后无需做特殊处理。除非孩子出现头晕、呕吐等特殊反应，一般不用就医。

如果误食生石灰干燥剂，其最大危害是氧化钙与水发生反应放热，易引起食道烧伤或胃溃疡。应尽快喝水稀释、催吐，减少体内吸收，但也不宜喝过多的水，以免造成呕吐再次灼伤食道，然后尽快送入医院治疗。

链接►►►

如何正确处理食品干燥剂

西北大学化学与材料科学学院院长、陕西省化学会秘书长、中国晶体学会理事吴彪教授提醒，一般食品干燥剂的包装袋上，都会写着不能食用、不能浸水之类的提醒，而且按照要求食品干燥剂必须是密封的，但这些提醒往往容易被忽视。家长买回食品后，如果包装袋内装有干燥剂，尤其是石灰干燥剂，在目前国家对此没有制定统一处置标准的情况下，最好将它直接扔掉。因为有些石灰干燥剂内不是颗粒状而完全都是粉末状的，拆开后可能会不小心喷进眼内，对角膜的破坏性很强。

食品干燥剂在防止食品吸潮变质、延长食品保质期方面有着重要的作用，尽管在意外情况下存在安全健康隐患，但也并非洪水猛兽，更不能“因噎废食”。其实，无论是什么成分的干燥剂，只要不破损、不沾水，都是安全的；况且，作为石灰类干燥剂的替代产品——硅胶干燥剂正在推广，石灰类干燥剂逐渐会被淘汰。因此，对于大人们来说，关键是要尽到自己的教育监管责任，让孩子们远离它，不误用、不误食，即可避免悲剧的发生。

医疗前沿

弱激光医学技术可应用于多种慢病治疗

段西普

近年来，弱激光医学技术已在临床上广泛应用于心脑血管疾病、肿瘤、糖尿病、高血压等多种慢病的治疗。这是中国医学科学院生物医学工程研究所教授吴小光，在近日举行的“弱激光医学技术在慢病防治领域应用研讨会”上透露的。

在医学领域，激光分为强激光和弱激光。能直接造成生物组织不可逆损伤的激光称为强激光；不能直接造成不可逆损伤的激光称为弱激光。用弱激光来辐照机体组织时，不会直接发生不可逆损伤，而是对受损的组织和细胞有修复或促进愈合的作用。

相关资料显示，用弱激光血液照射可治疗多种疾病，如脑梗塞、高血脂、高血压等慢病。目前应用较为普遍的弱激光疗法主要有两种，一是650纳米波长的弱激光血液照射疗法；另一个是810纳米波长的弱激光体表照射疗法。

中国激光医学专家朱平表示，用650纳米波长的弱激光照射桡动脉技术，在防治血栓形成、降低血液黏度、降低血脂、降低血压及防治动脉粥样硬化等方面都有较好的效果。

吴小光表示，810纳米波长的弱激光体表照射疗法，对慢性软组织损伤及骨关节疾病的预防和治疗也有独特疗效。对于作用机理，吴小光认为，它在照射人体时，可快速消炎，对炎症有较好的效果，还可起到镇痛作用。

健康资讯

北京发布医院标识设计指南

本报电（张海欧）北京市医管局近日发布《北京市属医院导医标识设计指南（试行）》，推出了“胶囊”、“雀替”、“风筝”、“风车”等4套标识造型及图形符号方案，供22家北京市属医院选择。这意味着2015年起，北京各大市属医院导医标识将开始“换装”。

据介绍，4套导医标识造型设计方案设计简洁、清晰，易于辨识，有利于帮助患者在医院内找到相关科室。

2014卫生十大新闻和健康事件评出

本报电（薛原） 由健康报社组织的2014年度卫生十大新闻、2014年度十大健康事件评选近日揭晓，改革和发展仍是2014年卫生行业前行的主旋律。与此同时，埃博拉疫情暴发成为全球公共卫生事件焦点；登革热疫情局部暴发引发对公共卫生体系思考等成为关注的健康事件。

本次评选活动全面盘点了与民生和经济社会生活密切相关、引起社会公众广泛关注、在业内引发广泛争议和反响、对医疗卫生行业改革和发展产生重大影响的新闻。

健康新概念

生物电促血管自我修复

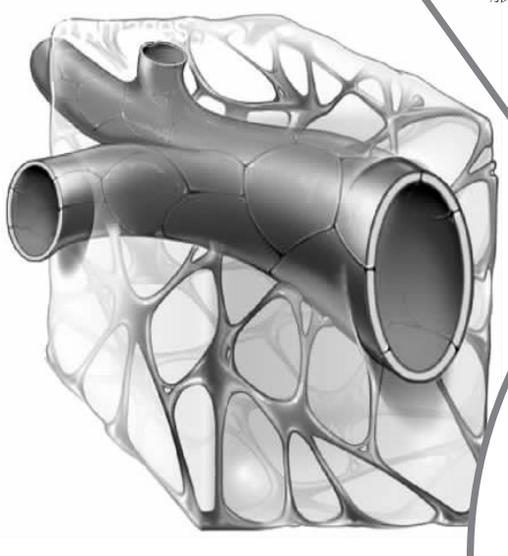
文 心

目前，以生物电信号来控制疾病的方式越来越受到关注。《纽约时报》曾报道美国发明了一项最新的医疗科技，只需在人体颈部迷走神经处安装一个生物电信号程序发生器，即可唤醒体内的免疫系统，从而治愈风湿性关节炎。而早在2012年，美国哈佛大学也联合一些机构进行科学实验，得出了通过生物电信号能够进行肢体操控的结论，这项实验结果未来有望使瘫痪病人重新恢复行动能力。

同样，在经历了10年基础研究、5年产品研发、数十种细胞和动物实验，以及上千次人体志愿者实验后，美国硅谷的科研团队研发的“生命核”，利用再生医学的先进理念，利用生物电信号技术，模拟出人体受伤后产生的创伤电流信号，将该信号通过手心处劳宫穴输入大脑，启动人体心血管自我修复系统，以期能为心血管疾病患者带来希望。

参与这一联合研发项目的复旦大学药学院院长朱依谆介绍说，所谓“再生医学”是利用人体器官组织中的细胞再生潜能，在细胞生命再生的必需营养物质的参与下，及时不断地再生增补器官中的功能降低和坏死的细胞，使器官的结构和功能保持生命持续状态，从而从根本上达到治疗和预防疾病、保障健康长寿的目的。然而人体心脑血管的病变是一个十分缓慢的积累过程，病变处的神经细胞不认为这是一种创伤。因此，不会向大脑发送修复信号，再生系统无法开启，从而导致心脑血管的病变无法自我修复。复旦大学药学院以动物实验最终验证“生命核”对高血压大鼠有着明显的降压作用。此外，还联合上海新华医院和徐汇区中心医院完成人体双盲临床试验，最终发现，90%以上的志愿者在使用“生命核”后，聚集成串、块状的无活力红细胞分散、游离开来，血细胞的活力增强，而“生命核”作用于劳宫穴或涌泉穴后，会使体温升高0.2℃至1℃。

科研人员指出，“生命核”主要适用于35岁以上人群，特别是有心脑血管疾病家族史的人群，帮助他们预防、延缓心脑血管疾病的发生。



健康互联网

连花清瘟有抗甲型H3N2病毒作用

王 晶

一项最新研究结果表明，由以岭药业生产的连花清瘟胶囊，具有多环节抗甲型H3N2流感病毒的作用。该项研究是由广州呼吸疾病国家重点实验室在钟南山院士带领下，对连花清瘟进行了抗甲型H3N2流感病毒作用研究的结果。研究证实，连花清瘟不仅具有抗甲型H3N2流感病毒的作用，还可有效治疗甲型H1N1流感病毒、乙型流感病毒、禽流感病毒、腺病毒、疱疹病毒等，这种广谱抗病毒作用使该药可用于多种流感。研究还表明，连花清瘟可明显抑制多种炎症因子的产生，减轻汽车尾气引起的呼吸道炎症损伤。污染严重时服用该药，可改善咽部不适、咳嗽吐痰等症状。同时该药具有调节呼吸道免疫功能作用，可减少流感等病毒感染机会。

保健园

5类人最易患股骨头坏死

郭丽萍

一项初步调查统计发现，世界上股骨头坏死患者发病人数达3000万人。且多发于30至50岁中青年人，是骨科常见且难治性疾病。中日友好医院骨科首席专家李子荣在近日举行的“股骨头坏死诊疗规范专家研讨会”上强调，目前股骨头坏死的各个阶段都有很好的治疗方法，可以保证患者的基本生活质量，股骨头坏死不是“不死癌症”。要战胜股骨头坏死，科学就医是十分必要的。

李教授介绍说，股骨头坏死又称缺血性股骨头坏死，是由于各种不同的原因，使股骨头缺血、坏死、塌陷的渐进性的病理过程。股骨头坏死一般主要高发于以下五类人群，可以提早预防：

1、应用激素治疗人群：有一些病人因为疾病的需求需要使用激素治疗，这类人群比较容易出现股骨头坏死。这里说的激素主要是指糖皮质激素，总量超过2000毫克，每日量>30毫克，用药时间>30天，或大剂量（>200毫克），静脉冲击≥3天；

2、髋部创伤人群：曾经有过股骨头、颈骨折，髋臼骨折，髋关节脱位，髋部严重扭伤或挫伤的人群；

3、高凝低纤溶倾向和自体免疫性病人群：即使使用小剂量糖皮质激素(<1000mg)或未用糖皮质激素，这类人群也容易发生股骨头坏死；

4、有减压舱工作史人群：因为水压的原因会对股骨头造成压力；

5、长期大量酗酒人群：临床资料已经证实，长期大量饮酒者，股骨头坏死率明显升高。

李子荣强调，早期的股骨头坏死X线发现不了，核磁共振是诊断股骨头坏死的金标准。由于对股骨坏死的诊断和治疗争议较多，因此，制定股骨头坏死诊疗规范很有必要。

医说新语

U糖3.0：糖尿病患者诊后跟踪系统

张 璐

清晨起床测量血糖是许多糖尿病患者每天都要做的事情，而有创的血糖检测方式多年来为众人所诟病。近日，上海市优伊网络科技有限公司研发出了专注糖尿病患者院外诊后跟踪应用系统——“重新定义·U糖3.0”。

U糖是一款针对糖尿病患者的诊后跟踪应用，患者通过U糖可以科学的控制自身的血糖变化，而医生也可以轻松管理患者。北京协和医院糖尿病中心主任、中华糖尿病协会会长向红丁表示，全新升级的U糖3.0，可全天候量身定制血糖健康管理。

他说，全新升级的U糖3.0通过血糖、血压的数据监测与记录，对监测值进行周期分析及异常值的提醒；通过了解用户的个人信息包括基本信息、生活方式、服药情况等与糖尿病相关的影响因素，综合分析用户的日常行为习惯对血糖的影响，如饮食摄入结构是否合理，运动消耗是否达标等，并给予他们健康管理指导。