

■ 总第 2173 期 2025 年第 31 期
■ 5月9日星期五
■ 周二、五出版本期 8 版
■ 官方网站: www.jksb.com.cn
■ 广告咨询: 010-65368968

健康时报

人民日报社 主办

■ 国内统一刊号: CN11-0218
■ 邮发代号: 1-51
■ 读者热线: 010-65369671
■ 零售每份 3 元



权威医生在身边

- 04 版 老人的嗅觉需要养
06 版 我帮患者战胜“癌中之王”
07 版 像管血压一样管好哮喘
08 版 走进呼吸与重症救治团队

健康简讯

亚洲首例猪肾移植患者生存超 60 天

5月7日，空军军医大学西京医院宣布，该院亚洲首例基因编辑猪—终末期肾病患者接受异种肾移植已超60天，目前生命体征持续平稳，移植肾脏功能正常，各项核心指标均保持在理想区间，已超过世界首例异种肾移植患者术后50天、第二例47天的生存纪录。

健康时报记者谢菲

北京市疾控中心发布“三高”防控指南

5月6日，北京市疾控中心发布“三高”患者自我管理核心知识，并提醒公众，“三高”常常并存，易形成“两高”或“三高”共患；如果控制不佳，将导致心脑血管疾病和慢性肾功能不全等并发症的发生风险增加，严重威胁身心健康和生活质量。

健康时报记者刘诗霞

天津医保 AI 助理“依保儿”上线

5月6日，天津市医疗保障局联合蚂蚁集团打造的医保智能助理“依保儿”上线。即日起，通过“津医保”APP、津医保支付宝小程序、津医保微信小程序、医保大厅智能服务机器人、智能宣传服务自助机，只需一句话即可完成从医保查询到办理的全流程服务。

健康时报记者董颖钰

四川免陪护服务一对一天 240 元

5月6日，四川省医保局新增免陪照护服务价格项目，并将于5月20日起全省统一落地。以省管三甲公立医疗机构为例，1名护士或护理员照护1名患者价格为240元/日；1名护士或护理员照护多名患者价格为100元/日。

健康时报记者王卓

胸痛血压飙升高危

健康时报记者 刘静怡

5月4日，据中新网援引外媒报道，近日塞尔维亚总统武契奇在访美期间突感胸痛，自行服用药物，约45分钟后医生到场检查时，其血压仍为165/98毫米汞柱，最终决定提前回国。

“在日常生活中，如高血压患者出现胸痛，需特别警惕两种致死率高的疾病。”中国医科大学附属盛京医院急诊科主任医师沈海涛向健康时报记者表示，一是主动脉夹层。高血压可能撕裂主动脉，形成夹层，血液灌入其中。在高压持续冲击下，夹层可能不断扩展，最终导致主动脉完全破裂。二是冠心病引发的心梗。长年高血压、高血脂或高血糖会损害冠状动

脉，导致冠心病。在急性高血压发作时，粥样斑块可能破裂，形成血栓堵塞冠脉，进而引发心梗。

此外，沈海涛提醒，也有其他疾病可能引发胸痛，如气胸或肺炎继发的胸膜炎，这些胸痛往往较为剧烈，甚至可能因疼痛导致血压反射性升高。这类患者通常没有高血压等基础疾病，病情相对没那么危急。但需注意，气胸量过大或胸膜炎引发大量胸腔积液时，同样会危及生命。所以，不能一概而论地认为没有高血压基础疾病就安全无虞。

北京大学人民医院心血管内科主任医师张海澄告诉健康时报记者，无

论是心肌梗死、主动脉夹层还是肺栓塞等疾病，都属于高危情况。一旦出现胸痛伴血压升高、呼吸急促等情况，患者要停止活动，保持静坐或半卧位，减少心肌耗氧量，避免加重病情。测量血压和心率，有条件时，舌下含服急救药物。如之前确诊过心绞痛，可舌下含服硝酸甘油，未明确诊断者避免随意用药，要及时拨打120。

张海澄提醒，胸痛持续大于15分钟且不缓解；伴大汗、恶心、呼吸困难、意识模糊；血压急剧升高（大于等于180/120毫米汞柱）或骤降，都可以视作高度凶险的信号，即使症状暂时缓解，仍需就医排查病因。

声音

“研究”男性子宫肌瘤，仅处分一个护士，无法大快人心。

——近日，“护士论文中惊现男性确诊子宫肌瘤”一事引发关注。5月5日山东大学齐鲁医院回应称，给予该名护士记过、降级、取消评优晋升资格等处分。中国科学报评论。

打击网络“医托”，随机抽查是个好招。

——近日，国家疾控局、国家卫生健康委和国家中医药局联合制定了2025年国家随机监督抽查计划，首次明确打击网络“医托”等新型违法行为。健康报评论。

莫让“4+4”沦为一笔糊涂账。

——近日，中日友好医院规培住院医师董某某被爆出毕业于北京协和医学院临床医学长学制试点班（即4+4试点），引发了社会对于“4+4”医学教育模式的热议。浙江宣传评论。

为强制报告的医生点赞。

——近日，一段“医生举报3岁男童疑遭父亲虐待”的视频登上热搜。该名医生称，孩子全身多处受伤，疑遭其父亲长时间虐待。目前，警方已就此事立案。华声在线评论。

“智驾”改“辅助驾驶”，表述变化的核心是安全第一。

——近期，多家新能源车企的宣传物料上，将原有的智能驾驶更改为辅助驾驶或换了说法。新京报评论。



世界哮喘日关注呼吸道健康

5月6日世界哮喘日。北京大学人民医院门诊大厅内，一场聚焦呼吸道健康的公益咨询活动火热开展。本次义诊提供免费肺功能检测、血糖监测等服务，帮助患者及时掌握自身健康状况。图为义诊现场。

健康时报记者牛宏超摄

健康提示

早起确实有助减肥

近日，许多博主晒出连续一段时间早起早睡后体重降低的惊喜变化。“早起确实有助于减肥。”浙江省杭州市中医院内分泌病科主任医师金剑虹介绍，早上5点后是皮质醇分泌高峰，此时哪怕只进行简单的身体活动，如洗漱、走动、工作

等，也可实现一定程度的“燃脂”效果。此外，吃早餐也是实现减重效果的重要原因之一。6~7点早起即可，不必过早。想要科学持续地减重，还应规律作息配合适当运动，避免短期减重后进入“平台期”。

健康时报记者刘诗霞 张瀚允

不要把蓝莓当药吃

正是蓝莓大量上市的季节，“吃蓝莓有益甲状腺”等话题也引发广泛讨论。北京中医医院心血管疾病诊疗中心主任、内分泌科负责人尚菊菊介绍，蓝莓主要含维生素C、花青素、纤维素及多种抗氧化剂，

这些成分可以间接支持甲状腺功能。但蓝莓本质上是食物，不能替代药物。甲状腺疾病需根据具体病因进行针对性治疗，仅靠大量吃蓝莓“治病”是不科学的。

健康时报记者韩金序

隐翅虫进入活跃期

随着气温回升，被称为“飞行硫酸”的隐翅虫进入活跃期。武汉市第三医院皮肤科副主任医师陶宇莎表示，隐翅虫引发皮炎一般6月开始出现，8~9月是发病高峰期，隐翅虫活跃期提前与近期气温显著升高相关。隐翅虫虫体被拍碎会释放

出毒液，2~4小时即可引起皮炎。隐翅虫若落在身体上，应用纸张轻轻拂去。若虫体破裂立即用胶带粘除残留，再用流动清水冲洗15分钟，配合4℃冷敷、每次20分钟，最后薄涂弱效激素药膏，切忌使用酒精、碘伏等。

健康时报记者赵萌萌



一场惊心动魄的救治 近日，北京地坛医院急诊科接诊一位因“服药后喉咙痛”就诊的患者，病情在短时间内急转直下。医护人员快速判断，确诊为凶险的急性会厌炎，并迅速施救。这类患者常有端坐呼吸、“哮吼样”喘鸣等症状。图为该院救治患者。 医院供图