



权威医生在身边

03版

枸杞全身都是宝

04版

最好的长寿方都是免费的

05版

过好考前冲刺期

07版

护好身体的甲状腺

健康简讯

我国医保即时结算
覆盖77%统筹地区

5月23日,据国家医保局消息,截至5月6日,全国启动即时结算的统筹地区达到300个,占全国统筹地区的77%,覆盖定点医药机构36.18万家,累计拨付医保基金3001亿元,大大减轻了医药机构垫付资金压力。

健康时报记者李欣

我国创新药对外授权
首付款创纪录

5月20日,国内创新药企三生制药公告,将其PD-1/VEGF双抗SS-GJ-707授权给辉瑞,潜在总交易金额60.5亿美元。该交易中,首付款金额达到约合人民币90.24亿元,刷新了近年来我国创新药对外授权交易中首付款的最高纪录。

健康时报记者谭琪欣

全球首例人类膀胱
移植手术成功实施

5月18日,美国加州大学发布消息,美国加州大学洛杉矶分校健康中心和南加州大学凯克医学院的外科医生成功完成了世界上首例人类膀胱移植手术。手术的成功初步证明了膀胱移植的手术可行性,为饱受膀胱功能障碍或膀胱切除病痛折磨的患者提供了新的选择和希望。

健康时报记者孔天骄 王艾冰

黄斑变性新药
让治疗间隔延至4个月

5月24日,用于治疗新生血管(湿性)年龄相关性黄斑变性的艾力雅(8毫克)获国家药监局批准上市。目前该疾病的标准治疗需频繁注射,甚至每月给药。新药被批准在初始3个月,连续每月注射一次,然后根据医生对视力和/或解剖学结果的判断,治疗间隔可延长至每4个月一次。

健康时报记者刘诗霞

“保健石”长期佩戴损害健康

健康时报记者 徐诗瑜

近日,“戴一天辐射剂量相当于拍117次胸片”的话题登上热搜,“保健石”再次进入大众视野。近年来,多地海关截获“保健石”“能量石”“能量塔”等物品,经检测发现存在严重辐射超标。

“目前普遍的观点认为,任何不必要的辐射照射都应避免。辐射是把双刃剑,合理利用辐射(如医疗中的放射诊断和治疗等)能使人类获益;如果错误使用(如佩戴辐射超标的“能量石”),辐射就成了致伤因子,不仅无法实现所谓的保健效果,还会损害

健康。”南方医科大学放射医学系主任周美娟告诉健康时报记者,某些“能量石”的功效无法进行科学验证,而来路不明的“保健石”,除了钷-232、钷-133,还可能含有镭-226等核素。有些核素衰变时会放出放射性气体,不仅会导致佩戴部位直接照射,还可能会因吸入引起内照射损伤。

对于用能量石泡水等行为,周美娟表示,如果不明来源的能量石中含有毒、有害物质,在烧水的过程中,这些物质将会溶解在水中,饮用后会在人体内蓄积,长此以往可能引起相

应组织器官的中毒症状。江苏省扬州市中医院治未病科副主任赵伟告诉健康时报记者,中医非药物治疗中可能用到石头作为外治疗法,但这些石头首先是经过中医师辨证评估的,其次讲究鉴别不同体质,不存在适合所有体质的保健方法,切忌购买一些“保健石”随意泡茶、泡水服用。

周美娟提醒,在不明确石头成分的情况下,尽量不要佩戴,至少不能贴身佩戴,也不能放置在卧室;如果在佩戴来路不明的石头后,出现心慌、胃胀、手脚发麻等,及时就医。

声音

卫生健康工作就该这么接地气。

——邀请群众代表作为参会嘉宾,面对镜头唠家常、话体会、讲认识……国家卫生健康委召开的新闻发布会越来越有“看头”。健康报评论。

“心理副校长”上岗,为学生身心健康护航。

——北京市海淀区率先探索“心理副校长”制度,目前已聘请143名“心理副校长”,实现全区中小学校全覆盖。新京报评论。

“示范”食堂何以“失范”?

——5月23日,有网友反映,浙江宁波姚北实验学校食堂的绞肉机中有大量活蛆。姚北实验学校曾取得浙江省A级食堂等荣誉。红网评论。

“中药液”添加安眠药,用药安全岂能“入睡”?

——有消费者在石家庄普泽中医院购买了治疗失眠的中药饮剂,经两家检测机构检测,均含有西药成分地西洋,即安眠药。北京晚报评论。

“安全无小事”不能停留在纸上。

——5月19日,重庆对外经贸学院一名学生掉进化粪池,不幸离世。当地调查组通报,该化粪池涉事井口存在重大安全问题。潮新闻评论。

劳动课如何走出“摆拍”困局?

——多地出现劳动课流于形式、课时被挤占、课后作业“摆拍”等现象。一些中小学的劳动教育更陷入“说起来重要、做起来次要”的尴尬境地。深圳特区报评论。



公园里飘来草药香 5月23日至25日,地坛中医药健康文化节举行。在北京地坛公园,多家中医院提供健康咨询、用药科普等服务,为市民带来中医药文化新体验。图为市民体验中医疗法。牛宏超摄



这种血管疾病易误诊

“总以为孩子爱喝粥是习惯,没想到竟是致命病症的求救信号。”12岁女孩被诊断为先天性心脏病室间隔缺损,但症状与单纯心脏问题明显不符:长期吞咽困难、仅能进食流质、身体消瘦,家长误以为“孩子挑食”。河南省胸科医院小儿心脏外科主任湛启辉通过检查确诊孩子合并有完全性血管环畸形,并为其成功手术。他表示,多数血管环患儿首诊被误判为消化或呼吸系统疾病。图为湛启辉(左)团队为患儿手术。

康镌文 徐紫渝报道

健康提示

本轮新冠症状类似感冒

5月23日,据中国疾控中心消息,4月1日至30日,全国报告新增确诊病例168507例。北京佑安医院感染综合科主任李侗曾表示,本轮新冠感染主要症状与感冒相似,仍以轻度呼吸道症状为主,包括低烧、咳嗽、咽痛、肌肉酸痛,少数人可能有味觉、嗅觉减退。老年人仍是重点防护人群,有糖尿病、高血压、慢阻肺、肿瘤等基础病及免疫力低下者也需做好防护。

健康时报记者 侯佳欣 赵苑旨

防中风牢记“三字经”

5月25日为世界预防中风日。健康人群防中风,牢记以下“三字经”。**吃要精**:三少两多护血管(少盐油糖,多果蔬粗粮);**动要勤**:日行六千步/周跳三次操(选你开心的动法);**烟酒停**:吸一支烟血管老两岁,酗酒一次伤脑三天;**三高平**:血压血糖血脂稳,就像手机别过充;**年检明**:40岁后脑血管“年检”,颈动脉超声、多普勒查隐患;**心要晴**:每天大笑1分钟,坏情绪不过夜。中南大学湘雅二医院神经病学科副主任医师詹琼、三病区主管护师袁梁燕

15岁前吸烟危害更大

5月31日是世界无烟日,今年主题为“拒绝烟草诱惑 对第一支烟说不”。“青少年吸烟会对身体发育、器官功能、心理健康造成全方位危害,且成瘾性更强,戒断难度更大。特别是吸烟会显著增加青少年心脑血管疾病风险。15岁前开始吸烟的青少年,冠心病死亡率、脑中风风险升高。”5月24日,中国控烟与健康协会副会长支修益在中国控烟与健康协会举办的媒体沟通会上表示。

健康时报记者高瑞瑞