

关键词:节日病
健康日历:2月4日世界抗癌日,14日春节。
健康预报:消化道出血、急性胃肠炎、酒精中毒、意外伤害等节日病将高发。
保健要点:作息和饮食要合理,聚会玩乐要有度。

吃好喝好 春节把好“进口”关 >02

本期导读
63892222
市中心医院健康热线特约

> 03

新年家务繁多,忙碌别忘安全

> 06

产后运动过早会让新妈妈老得快

> 11

“老病友”这样过“平安年”

冬去春来,手机也要“洗洗澡”

别以为立春就能当“M-冻族”

> 12

开灯睡觉,妈妈宝宝都“受伤”

> 16

春节旅游护肤经

本刊热线
18903886990
洛阳协和医院友情赞助



2月4日世界抗癌日 专家称40%的癌症可以预防

今天是“世界抗癌日”,今年的主题为“癌症同样可以预防”。

据中国抗癌协会网站消息,每年全球1200万人被确诊为癌症,760万人死于癌症。如果不采取行动,预计2030年全世界将有2600万新增病例,死亡人数将达到1700万人,而其中大多数将发生在中低收入国家。

所幸的是,专家估计约有40%的癌症有预防的机会。降低患癌症几率可以通过控制烟草吸入、限制大量饮酒、避免紫外线过度照射和治疗肥胖来实现。同时,还应该鼓励适量体育锻炼及均衡饮食等健康行为。此外,宫颈癌、肝癌、胃癌等是由于慢性感染等疾病造成的癌症,人们可以通过疫苗、抗生素、先进的医学措施、掌握简单的干预方法

等手段来避免感染,从而预防相关癌症的发病。国际抗癌联盟(IUCC)是世界上最有影响力的肿瘤防治学术组织,该组织要求卫生工作者和社会各界普及疫苗注射,广泛宣传超重、肥胖对癌症发病的影响,宣传摄取平衡膳食、保持充足运动的科学知识,鼓励大众进行合理防晒以及在社会各界进行戒烟宣教活动。(人民网)

健闻七日谈

李永高

医院医疗事故排名 农村卫生水平提高

今年,卫生部将对医疗机构的医疗安全事故进行统计排名,严重的将通报并实行责任追究。处在目前这个深化医药卫生体制改革的关键期、深水期,医疗安全事故、医院感染事件等很容易弱化群众对医疗卫生工作的信任,增加改革的阻力与难度。知耻而后勇,畏耻而先勇。

在《中共中央国务院关于加大统筹城乡发展力度进一步夯实农业农村发展基础的若干意见》中,对提高农村卫生事业发展水平要求得很具体,涉及农村三级医疗卫生服务网络的完善,乡镇卫生院绩效工资和乡村医生公共卫生服务补助政策的落实,逐步实施免费为农村定向培养全科医生和招聘执业医师,搞好农村地区妇幼保健工作和疾病防治,加强农村食品和药品监管。中央的“三农”问题“三不”原则——粮食生产不滑坡、农民收入不徘徊、农村发展好势头不逆转,很鼓舞人,毕竟城乡经济社会发展一体化新格局形成的

重点在农村、难点也在农村。一直以来,从中央到地方都把统筹城乡发展作为全面建设小康社会的根本要求,把改善农村民生作为调整国民收入分配格局的重要内容。

未来3年,中央将安排专项资金120亿元治理农村环境。今年,我市将实现村级卫生组织100%覆盖,农民“小病、小伤不出村”;新农合保障水平进一步提高,参合农民大病住院报销封顶线提高100%至6万元;农户改厕任务全面完成;新增农村自来水受益人口35万。

笑声不仅从农舍里传出,今年,我省上调企业退休人员基本养老金,每人每月最少增加45元。养老事关和谐,我国人口老龄化速度进一步加快,2009年,全国老年人口新增725万,人口比重增加0.5个百分点,占总人口的12.5%。中国人口问题的主要矛盾,已由数量过多的矛盾转变为

结构性矛盾。“想要保持经济发展实力,必须有足够的劳动力”,近日,省人大代表、政协委员纷纷提交议案、提案,建议我省逐步放宽“二胎”生育政策。

说到未来接班人,就不能不说到专家的提醒,要特别做好婴幼儿的甲流防护工作。浙江科研人员发现,甲流患者中,0至4岁年龄组的重症、危重的发病率及死亡率最高。第八届北京公共卫生国际论坛也传出声音,全球范围内的甲流的疫情形势仍然不容乐观,特别是春节期间大规模的人群流动势必会增加疾病传播的风险。

“甲流门”事件刚刚有了说法,素以严谨、缜密著称的联合国政府间气候变化委员会又站起来认错,2007年发表的喜马拉雅冰川将在2035年消失的报告内容严重失实。灾难无情,却也常常创造奇迹,海地有3人被埋12天或15天后成功获救,不过,还是希望创造这类奇迹的灾难绝迹。