

关键词:食源性疾病
健康日历:10日世界预防自杀日;20日全国爱牙日;30日世界聋人节。
健康预报:预防食源性疾病、细菌性痢疾、普通感冒和流行性感冒。
保健要点:适当“秋冻”,提高抗寒能力。

2010年9月2日 星期四 洛阳日报报业集团主办 国内统一刊号:CN41-0085 www.lyd.com.cn 总第207期 本期16版 周四出版

好好休息活过百岁

D03

本期导读 63892222 市中心医院健康热线特约

D02

药师查房 用药更安全

常吃豆瓣菜 有助预防乳腺癌

D05

1/4上班族 有心理问题

D08

别爽了口舌 损了健康

D09

最影响人寿命的 13种习惯

D10

甜蜜的吻 藏着健康隐患

D14

老人牙痛剧烈 谨防“心梗”

本刊热线 18903886990 洛阳协和医院友情赞助



美国5亿鸡蛋感染沙门氏菌 鸡蛋煮熟吃才安全

据美国媒体报道,从5月开始,美国几个州就先后出现了沙门氏菌病疫情。病人此前多吃过餐厅用生鸡蛋制作的沙拉,或是喝了放了生鸡蛋的汤。

农业部家禽品质监督检验测试中心宁中华教授提醒人们:沙门氏菌的抗高温能力非常差,一般在60摄氏度~70摄氏度的环境中,一两分钟就死亡了。和美国人爱吃生鸡蛋不同,中国人吃的都是熟鸡蛋。蒸煮时一般都超过了100摄氏度,煎鸡蛋或炸鸡蛋更是可达几百摄氏度,完全可以将细菌全部杀死。即使是有裂缝的鸡蛋,只要煮熟了吃,也不会有问题。

(人民网)

健康提示

户外运动 可对抗秋季常见病

记者 崔宏远

早晚温差加大,很多刚刚开学的儿童患病几率大幅上升,如何保护宝宝健康成了家长们最关心的问题。

据河科大二附院儿科主任王北海介绍,每年一到这个时节,一些体弱的儿童和患有慢性病的老年人因为抵抗能力较弱,容易着凉,诱发感冒、腹泻等病症。另外,秋季干燥的气候也容易让儿童口唇、口角周围皮肤黏膜干裂,使病

菌乘虚而入引发口角炎等症。

让孩子多到户外运动,增强其自身免疫力是预防儿童秋季常见病的最好办法。王北海提醒家长,秋季让孩子适当运动,可以循序渐进地增强其抗寒和自身免疫力,从而减少流感、支气管炎等疾病侵袭。同时早晚冷的时候也要注意增加衣服,以免受凉。在饮食上,可适当强化营养,增加儿童对维生素的摄取,多吃些水果和蔬菜,如苹果、梨等。

另外,9月11日至20日,我市8月龄至14岁(1995年10月1日至2009年12月31日期间出生)的儿童,无论以前是否接种过麻疹疫苗或患过麻疹,凡无麻疹疫苗接种禁忌症者,均需接种麻疹疫苗。在接种期间,适龄儿童的家长可带孩子到所在地的社区卫生服务中心、乡镇卫生院及村卫生室免费接种。

刘淑芬

健康7日谈

门诊输液也能报销

上一周的健康新闻,弥漫着浓浓的关爱气息:

关爱参保者——明年我国将全面启动各省省内异地就医的即时结算工作。所谓医疗保险费用即时结算,就是让参保人员就医时只付个人应承担的医药费,不需先垫付其他费用再到社保机构报销,而由医疗保险经办机构与医疗机构直接结算。闻之慨叹:令医保参保人员头疼的“跑腿”和“垫支”问题终于解决了。

关爱农民工——卫生部决定在全国29个省(自治区、直辖市)选择65个县(市、区)开展农民工健康关爱工程项目试点,切实保障广大农

民工的身体健康。从对农民工进行健康教育,到为农民工建立健康档案,再到开展农民工结核病防治及其子女免疫规划和农民工职业病防治,一个“关爱”了得。

关爱群众——由全国人大、最高人民法院、最高人民检察院以及所有涉及食品安全监管环节高级官员组成的食品安全法治研究机构宣布成立。食品安全法治研究机构的高调亮相,使我们有理由相信,这会震慑食品安全肇事者,人民群众的生命健康安全将进一步得到保障。

关爱大众——卫生部出台的《营养改善工作管理办法》正式实

异地就医即时结算

施,这也是我国首次出台营养管理办法。该办法首次将营养改善提高到前所未有的高度。营养与运动对人们来说一个都不能少,要想健康就得“管住嘴、迈开腿”!

关爱特殊人群——从明年1月1日起,我市扩大城镇居民医疗保险普通门诊受益群体,参加居民医保的低保人员、重残人员、失地农民和小学生、幼儿园儿童都将纳入到普通门诊保障范围;门诊看病不设起付线,报销比例为35%。

上周新闻中,医学研究方面的好消息也接二连三:“新研制的戊肝疫苗安全有效,

等待药监部门批准后即可迅速上市”,这一消息标志着我国在戊型肝炎疫苗研制方面达到了世界领先水平。

美国阿尔尼拉姆生物技术公司日前宣布,他们找到了一种能够治愈所有癌症的新型药物。不仅如此,该公司称,假以时日,这种药物甚至有可能治愈一切疾病。若果真如此,实乃人类之幸事。

国家心血管病中心预防研究部在京破土动工,建设完成后的研究部,将建立国家心血管病信息系统,为更好地防治我国心血管疾病提供数据指导。