

关键词:秋季腹泻
健康日历:14日世界糖尿病日、20日世界慢阻肺日。
健康预报:肠道传染病、呼吸道传染病易发。
保健要点:秋季腹泻主要是通过污染的水源和食品传播。市民应注意饮水、饮食卫生,饭前便后要洗手。

流感又来袭 还需打疫苗 > D02

本期导读 63892222 市中心医院健康热线特约

> D03

养好五脏 才能睡得香

> D04

替您寻医: 宝宝耳朵痒 家长要注意

> D05

总爱迟到 小心心理患病

> D08

改正你对红肉 白肉的错误认识

> D09

哭泣让老人健康 宣泄

> D10

宝宝便秘 妈妈试试这几招

> D13

内分泌失调 也会“缠”上男性

本刊热线 18903886990 洛阳协和医院友情赞助



大面积烧伤后 “黄金72小时”很关键 > D02

近日,《我和春天有个约会》片场突然发生爆炸,致使该剧的两名主角 Selina 与俞灏明全身均大面积烧伤。

健康提示

立冬来临 小心保暖防病

□ 记者 崔宏远

7日,是二十四节气中的“立冬”,这也意味着马上就要进入冬天了。随着昼夜温差的加大,近期患消化道疾病、感冒、心脑血管疾病的市民也增加了不少。专家提醒:市民应及早做好保暖御寒准备,提防初冬易发疾病侵袭。

河科大二附院呼吸内科主任张冠磊表示,本周医院门诊病人中,感冒、发烧等上呼吸道感染疾病患者骤增,其中以老人、儿童和慢性病患者为主。昼夜温差大会使呼吸道黏膜受到刺激,抵抗力减弱,这时一定要注意随温度变化选择衣物,增加户外活动,并

且保持良好的通风环境。饮食上可以多喝水,多吃水果,并适量补充一些热量高的食物以增强机体抵抗力。

另外,针对我市近期入院的心肌梗死、冠心病等心脑血管疾病患者有所增加的情况,中心医院心内科主任医师马慧芳提醒市民,患有

这类病症的人应该遵照医嘱积极治疗,平时要注意保暖,在锻炼时也不要选择激烈的运动项目。还有,慢性病患者一定要定期复诊,在医生指导下进行药物的调整;当出现不适症状时,应及时到医院就诊或拨打120,以争取最佳治疗时间。

健康7日谈

□ 刘淑芬

“血荒”勿荒了人心 养生大师须持证上岗

本周的健康新闻,传递给我们的感觉是担忧、欣喜、盼望。

先说担忧的:最近,“血荒”成了媒体关注的焦点。先有“昆明出现了10年来最严重‘血荒’,不少手术推迟等血”,随后,不少媒体纷纷关注本地血库库存,“血荒”在许多城市蔓延。为什么会出现“血荒”?“血荒”会带来什么样的后果?人们很是担忧。据了解,医院获得血液的途径比较单一,主要靠爱心人士无偿献血。一旦无偿献血的人少了,血源便不稳定,“巧妇难为无米之炊”,医院也就束手无策。要解决

“血荒”,必须解决“观念之荒”、“制度之荒”、“信任之荒”。完善无偿献血制度,不仅关乎献血者的权益,更关乎诸多病人的健康和生命。

再说欣喜的:近日,好消息传来,长期困扰我国养猪业发展的猪圆环病毒,如今有了克星!洛阳普莱柯生物工程有限公司承担实施的“猪主要疫病新型诊断技术及新型疫苗研究与开发”项目取得首个重大科技成果。“猪圆环病毒疫苗”研制成功,在4年的保护期内,预计可创造直接经济效益10亿元以上,减少疫病损失

360亿元以上,每年可为我国养猪业节约免疫费用30亿元。我们真为洛阳的企业拍手叫好。

当然,令人欣喜的新闻不止一条:继新闻出版总署宣布对养生保健类出版物实行资质准入制度之后,从事养生保健工作的人员也将持证上岗。人力资源和社会保障部中国就业培训技术指导中心将于近日推出全国首届食疗养生和养生管理师培训班,学员最终将获该中心颁发的养生管理师证书、食疗养生师证书,证书将在全国通用。这就是说,伪养生大师再不能随便

忽悠人了。

接下来的新闻令人盼望:10月26日,卫生部官方网站贴出新版的食品营养强化剂标准(征求意见稿),明确注明:调制乳粉和调制奶油粉(包括调味乳粉和调味奶油粉,仅限儿童配方粉)中二十二碳六烯酸(即DHA)的含量占总脂肪酸的百分比必须≤0.5%。也就是说,DHA的使用量被“封顶”了。DHA近年被不少食品企业宣传为“脑黄金”,让人觉得好像加得越多越好,如果上述标准最终获得通过,则意味着DHA不能随意加了。