

身患系统性红斑狼疮,遭遇离婚、截肢,在生活的重重打击之下,她傲然面对,不懈努力,活出了别样人生。郭冬冬说——

感谢生活让我“重生”

> B02



本期导读

> B04

过敏性鼻炎
多闻鲜橘皮

> B05

眼角溃疡5年
里面“住满”癌细胞

> B06

儿童烫伤
别把牙膏当药抹

> B07

女人更年期
需注意养骨

> B08

这些危险因素
最伤男人“命根”

> B09

大雪过后
要温补避寒

本刊热线
18903886990
洛阳协和医院友情赞助

备考季 喝咖啡不如补营养

研究生考试、期末考试、明年的高考……眼下,备考大军厉兵秣马,不少人饮用大量咖啡提神。营养师说,喝咖啡易导致贫血,备战考试,营养均衡最重要。



> B03



绘制 寇博 莉莎

健康提示
电话:64815725
河科大一附院心血管病医院特约

降血压勿坐“过山车”

□记者 朱娜

由于近日我市出现雨雪和大雾天气,路面湿滑。记者从市120急救中心了解到,本周接诊的外伤患者增多,有50余人。

市中心医院骨科副主任王伟民表示,人不慎摔倒后容易摔伤3个部位,分别为手腕、髌关节、腰。手腕摔伤时,

需用杂志或木板把手腕托起,避免二次受伤。髌关节和腰部摔伤时,患者不要挣扎着硬站起来,路人也不要随便将之扶起或翻动患者身体,否则,会引起骨关节错位或脊柱骨折。

另外,由于本周天气阴冷,最低

温度至零下。市120急救中心接诊的心脑血管病患者较多,有相当一部分老年患者在早晨锻炼身体或早晨买菜时疾病发作,出现昏迷、晕倒等症状。

在此提醒老年患者,要注意按时服药,以维持血压的稳定。当心

脑血管患者的血压出现较大波动时,要及时到医院就诊,在医生指导下进行治疗。不要随意加大药量,像坐过山车一样达到快速降压的效果。药量加大后,虽然血压很快降下来,但是头晕、头昏的症状会加重。

携手抵御艾滋病 质疑乳品新国标

□孟乐

12月1日,是世界艾滋病日,今年我国艾滋病日的主题是“行动起来,向‘零’艾滋迈进——全面预防、积极治疗、消除歧视”。

人们之所以会谈“艾”色变,主要是因为这种病毒终生传染,使人体丧失抵抗各种疾病的能力。我们要知道,无知和恐惧是无法抗击艾滋病的。这种病毒主要通过血液、不正当的性行为、吸毒传播以及母婴传播,只要生活检点,用真爱维护自己的婚姻,是可以有效预防的。

除了保护自己,我们对感染者也要有足够的尊重。因为,歧视会令可能感染艾滋病毒的人不敢去检测、不敢面对现实,导致相关机构不能给予病人及时的治疗和帮助,在一定程度上会导致艾滋病的隐形蔓延,到最后,危害

的是公众,是社会,是你我。我们只有携手抵御艾滋,社会才会更和谐。

公众的利益不容侵犯。近日,有专家透露,乳品新国标的初稿是由蒙牛等乳企起草的。一石激起千层浪,公众纷纷质疑,企业是否应该参加国家行业标准的制订?国家标准是该尽量严格还是该照顾企业的技术水平?

不可否认,企业的目标是利润最大化,而国家标准的最大目标则是保障民众健康。将制订国家标准的权力下放给企业,势必会造成企业“又当裁判员又当运动员”的局面,防止乳企生产出对民众健康有危害或对民众权益不负责的产品,无疑成了一句空话。

与民众健康息息相关的行业还有日用品。最近,有关“牙膏中的三氯生可能会致癌”的说法,引起了消费者的忧虑,刷牙也能致癌?

相关监管部门和卫生领域的专家给老百姓吃了一颗定心丸,此说法不实。我国2008年颁布的强制性国家标准牙膏用原料规范规定,牙膏中允许添加三氯生,但含量不得超过0.3%。牙膏产品添加三氯生的情况并不算普遍,目前只有不到10%的牙膏生产企业的个别品种添加三氯生作为抗菌剂,因为使用三氯生成本太高,有企业用中药代替三氯生。企业的成本意识越来越强,也许在不久的将来,我们就将与三氯生说再见了。

有人说,大型企业生产出来的产品让人放心,其实也不尽然。11月28日,长春市民刘某与其子楚某饮用可口可乐美汁源果粒奶优,相继出现疑似食物中毒症状,经送医院救治,刘某昏迷,楚某死亡。经警方检验认定,剩余饮料中含有剧毒杀虫剂。而可口可乐中国公司相关负责人称,“同批次留样产品合格”。目前,有关部门已介入调查。

健闻7日谈
150医院
不孕不育中心
试管婴儿中心
电话:64119150
www.lyd.com.cn