

美发现 (运动)
有益心脏健康的机理

人们都知道锻炼身体可以促进新陈代谢,有益于心血管健康,但此前科学家对运动究竟如何影响心脏所知甚少。美国哈佛大学医学院的研究人员日前报告说,他们首次从分子水平发现运动有益心脏健康的机理,这一发现将有助于开发出治疗心血管疾病的新疗法。

研究人员通过小鼠实验发现,经常运动可以使小鼠体内的C/EBP β 转录因子水平显著下降,其结果会促进小鼠心脏肌肉细胞增殖,有益于心脏生长。此外,研究人员还发现,体内C/EBP β 水平较低的小鼠对心力衰竭具有抵抗能力。

研究人员表示,这项研究对心脏肌肉再生的潜力有了深入理解。参与研究的哈佛大学医学院教授安东尼·罗森茨魏希表示,通过这项研究可以开发出针对那些无法运动的心脏病患者的疗法。

(辛华)

新闻热线:13592220126
投稿邮箱:zkrbwsb@126.com
qq:342039352

发挥中医药优势 服务全市人民

——访市政协常委程维明

□记者 史书杰 通讯员 陈霞

近几年,随着经济的发展和人民生活水平的不断提高,人民群众对医疗服务的需求也越来越高,特别是中医药防病、治病所发挥的巨大作用也随之凸显。我市是一个有着1000多万人口的大市,发挥中医药的特色与优势,振兴和发展中医药事业,让全市人民切实享受到中医药的医疗和保健服务,是广大中医工作者肩负的重任。市政协常委程维明认为,应从以下几方面

关注周口中医发展,打出发展中医的“组合拳”。

一、建议由宣传部门牵头,在周口日报、周口晚报、周口电视台、周口人民广播电台等新闻媒体开辟公益性科普栏目,邀请我市中医医疗机构的知名专家,为全市广大人民群众讲解各种疾病的预防知识以及养生、保健等方面的科普知识,介绍中医药的基本知识,普及中医药防病治病知识,宣传与人们日常生活相关的中医药知识。

二、为了振兴中医、发展中医

药事业,国家出台了关于扶持中医的相关政策。由于周口是个农业大市,经济比较落后,中医发展滞后,建议政府适当增加财政补贴,更好地发挥中医药的特色优势。

三、中药制剂在临床的应用中显现出特有的优势。中药便宜、效果好、副作用小的特点,深受广大人民群众特别是农村患者的喜爱和信赖。因此,他建议将中药制剂纳入新农合报销比例及城镇职工、城镇居民医保用药目录,提高中医药在城镇医保中的报销比例,并尽快

实现在全市各医疗机构统一调剂使用。

四、我市是一个人口大市,老龄化趋势越来越明显,中医药在康复保健中显现出无可比拟的优势。程维明提出,在东新区筹建周口市中医康复保健中心,让全市人民感受到传统中医药文化的神奇和祖国医学的博大精深,真正实现老有所养、老有所医,形成医疗、保健、康复、养老为一体的社会保障机构,为全市人民的健康做出更大的贡献。

文体活动,如户外散步、打太极拳等。另外,还要注意保暖,调整生活方式,戒除不良习惯,切忌激动、暴怒及过度疲劳。家人也要及时叮嘱老人增减衣服、定期监测血压变化、晚上用温水洗脚等。

专家还提醒,一旦出现短暂性视力障碍,突然眩晕、昏厥等,家人要立即采取救治措施,将病人小心轻放,减少晃动并及时送至医院。

专家提醒:“倒春寒”易诱发心脑血管疾病

□见习记者 黄佳

本报讯 随着春天的到来,一些心脑血管病也趁机来“造访”,有些冠心病、心肌梗塞患者的病情会加重或恶化。近日,温差较大的

“倒春寒”天气,使人难以适应,且极易诱发心脑血管疾病,因此,周口市心脑血管专家提醒有心脑血管病史的人要多加小心。

专家提醒,对于老人,要积极锻炼,以提高耐寒能力。老人锻炼

不宜太早。早上空气虽好,但气温过低,易使血管收缩过度,导致血压升高。所以,锻炼最好选择太阳出来之后。专家说,老人在锻炼时,不要选择跑步、打球等激烈的运动项目,可参加一些力所能及的

三级医院推优质护理
消除乙肝歧视须立法

□刘淑芬

本周健康新闻归结起来是几个关键词:目标、大米、乙肝。

先说目标——今年全国所有三级医院都要推行优质护理服务。

目标具体为:至少要在50%的三级甲等综合医院,使优质护理服务覆盖50%以上的病房;二级医院中,至少要有40%的地(市)级医院、20%的县级医院实施优质护理服务。到2011年年底,全国所有三级医院病房实际床位数与护士数的比例不得少于10.4,每名责任护士平均负责患者数量不超过8人。

可以想象,周到、细致的护理服务,离我们已不远!您好的事情,百姓怎能不拍手叫好。

来说说大米——大米是中国人的主食之一,最近一则与它相关的新闻引发人们的关注:抽样调查显示,包括华东在内的全国6个地区10%左右的市售大米样品超标。镉是一种重金属,长期积累将对人体的骨骼、肾脏造成危害。

一语惊起千层浪。面对百姓的担心,专家的解释给大家吃了定心丸:只要多选择不同产地、不同品牌的稻米品种,同时广泛地摄取其他的营养物质,杂地取食,多吃一些海产品、豆类等含锌较高的食品,就可以降低患病风险。

人吃五谷杂粮焉能不生毛病,发达的美国也不例外。据美国中风协会会议披露,中风发病率在美国中年人和青年人群中增长迅速,尤其是45岁以下的男性,而在老年人

中呈现下降趋势。中年人中风发病率上升的状况实在令人担忧。

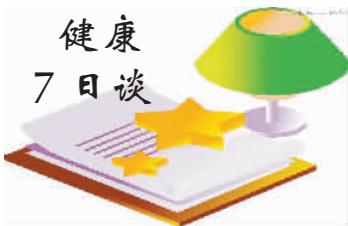
说完了中风,再来说说几个政策性的话题。

乙肝就业歧视是个老话题了。有媒体报道,一些企业和单位在招聘时变换手法,变相强迫应聘者进行乙肝项目检测。他们视禁令如儿戏,耐人寻味。为此,卫生部就进一步规范乙肝项目检测发出通知强调,各级各类医疗机构在就业体检中,无论受检者是否自愿,一律不得提供乙肝项目检测服务。

老生常谈的话仍不能不说,要消除乙肝等就业歧视,必须举起法律利剑,“一千次禁查乙肝令不如一次严惩”。

卫生部正在研究“十二五”期间将食品安全、职业病防治、饮用水安全领域内的若干重大公共卫生问题纳入国家重大公共卫生服务项目。

新版药品GMP将于3月1日施行,它强调指导性和可操作性,达到了与世界卫生组织药品GMP的一致性。中国与世界接轨,并非痴人说梦,正慢慢地变为现实。

健康
7日谈

英伦汽车
Explosion monitoring and safety control system

风尚·型动力

英伦SC5-RV 炫目登场

五星品质 五星服务
百年英伦 一脉相承 英伦汽车源自世界名家设计

周口市同盛汽车销售服务有限公司 交通路店: 0394-8155111 淮阳分店: 0394-2685036
地址: 周口交通西路现代城东 鹿邑分店: 13939425685 沈丘分店: 0394-5221111

周口同盛汽车销售服务有限公司 英伦汽车销售 地址: 周口交通西路现代城东 电话: 0394-8155111 13939425685 0394-5221111