

骨质疏松症防治有要点

本报讯(记者 刘旻 通讯员 黄华)日前,卫生部办公厅发布了《防治骨质疏松知识要点》,将正确的骨质疏松防治知识和信息提供给公众及媒体。

据介绍,骨质疏松是中老年人尤其是女性最常见的骨骼疾病,是导致骨折的重要原因之一。随着我国步入老龄化社会,骨质疏松对大众健康的影响日益严重。为普及骨质疏松症预防知识,动员全社会共同参与,降低骨质疏松症所带来的危害,卫生部专门组织专家编写了《防治骨质疏松知识要点》,并印发至各省(自治区、直辖市)医疗卫生机构。

《防治骨质疏松知识要点》

分提示和知识要点两个部分,对防治骨质疏松症的重点进行了阐述,主要介绍了什么是骨质疏松症;骨质疏松症的危害;骨质疏松症的病因;骨质疏松症的高危人群;骨质疏松症的预防;早诊断、规范治疗,降低危害;骨质疏松症高危人群的自我检测;骨质疏松症的认识误区8个方面的内容。

《防治骨质疏松知识要点》还特别指出防晒霜、遮阳伞也会使女性患骨质疏松症概率加大。在户外光照不足的情况下,出门又要涂上厚厚的防晒霜或者用遮阳伞,会影响体内维生素D的合成。另外,年轻人因减肥造成的营养不均衡也是导致骨质疏松症发病率高、发病低

龄化的原因。

同样的,有关骨质疏松症的认识误区普遍存在,如喝骨头汤能防治骨质疏松;治疗骨质疏松等于补钙;骨质疏松症是老年人特有的现象,与年轻人无关;骨质疏松是小病,治疗无须小题大做;骨质疏松者容易发生骨折,宜静不宜动等。

据相关专家介绍,诊断骨质疏松症的通用指标是发生脆性骨折或骨密度低下。因为骨质疏松症对患者的生活所产生的不良影响较大,所以骨质疏松症的高危人群应当尽早到正规医院进行骨质疏松检测,早诊断、早预防、早治疗,高龄、低体重女性尤其需要预防骨质疏松症的发

生。

如果患了骨质疏松症,也不必紧张,通过长期合理的药物治疗,是可以将风险降到最低。在骨质疏松症的治疗药物中,钙剂和维生素D是基础用药,它们可以为骨的形成提供原料。但骨质疏松发生后光靠“开源”是不够的,还要“节流”,因此通常还需要加用一些抑制骨骼破坏和吸收的药物,如双膦酸盐类药物等。

此次《防治骨质疏松知识要点》的发布,对指导骨质疏松症高危人群有效开展预防提供了依据,对防治骨质疏松症这一慢性病有着积极意义。



郑州市第三人民医院是一级甲等医院,教学、科研、预防、保健、急救为一体的大型综合医院。2008年被评为河南省首家三甲医院。该院以口腔医学部、肝胆医学部、血液科、神经内科、耳鼻喉科等一大批河南省临床特色专科和郑州市重点专科为支撑,诊治技术先进,处于全省领先地位。

本报讯(记者 李苻 通讯员 卢祎舟)近日,“科学运动与健康知识进万家”系列活动第八站启动仪式在郑州市疾病预防控制中心新址举行。

据了解,“科学运动与健康知识进万家”系列活动是由卫生部疾病预防控制局、卫生部国际交流与合作中心、中国疾病预防控制中心联合在全国开展的,郑州市是全国18个站点中的第八站。

如今,随着经济社会的不断发展,生活水平的提高,人们的的生活方式也悄然发生了改变。由于运动不足、膳食结构不平衡等因素,导致慢性病呈快速上升趋势。高血压、糖尿病、冠心病、肺癌等已经成为我国城乡居民死亡的主要原因,慢性病患者死亡人数占总死亡人数的比例达到80%以上。糖尿病患者患病率从1996年到2006年上升了40%。

据统计,我国现有慢性病患者2.3亿人,患者患病的主要原因在于生活方式的不合理。“科学运动与健康知识进万家”系列活动的开展,旨在向公众普及科学运动与健康知识,宣传“追求健康别停步”的理念,培养公众的健康意识和健康生活方式,提高公众的健康水平。

郑州市疾控中心 送健康知识进万家



及早筛查 防控疾病

鹤壁新生儿疾病筛查受表彰

本报讯(记者 高志勇 通讯员 刘小军 陈珊)近日,河南省2011年新生儿疾病筛查总结研讨会暨筛查技术规范培训班在郑州举行,会议对全省新生儿疾病筛查工作先进单位给予了表彰,鹤壁市名列其中。

据了解,新生儿疾病筛查是指在新生儿期对严重危害新生儿健康的先天性、遗传性疾病施行专项检查,提供早期诊断和治疗的母婴保健服务技术。如在3月龄之前早发现、早治疗,患儿可与正常儿童一样成长、学习和生活,这将大大减少出生缺陷带来的诸多问题和缺憾。

关爱孤残儿童



多年来,许昌市疾病预防控制中心一直致力于为孤残儿童提供关爱。“七一”前夕,许昌市疾病预防控制中心的部分党员代表带着奶粉、饼干等物品,来到许昌市社会福利院看望孤残儿童,让孤残儿童享受到更多温暖。

黎明 黄建国 唐丽红/摄

新密加强艾滋病医疗救治

本报讯(记者 李志刚 通讯员 郑中元)近日,新密市卫生局举办了由疾病预防控制中心工作人员和艾滋病医疗救治一线医务人员共同参与的艾滋病医疗救治培训。

此次培训对艾滋病常见机会性感染治疗与预防、艾滋病职业暴露防护等知识进行了讲解,同时对艾滋病、梅毒检测试剂的使用方法、注意事项、试剂的运输、收发及保存和管理等方面的知识向参加培训的学员进行了详细培训。针对医疗救治过程中可能存在的问题,参会人员还进行了座谈交流,共同探讨工作中的难点、热点问题,为提高新密市的艾滋病、性病检测实验室工作技术和质量奠定了坚实的基础。

濮阳全面开展健康教育

本报讯(记者 陈述明 通讯员 张社芳)近日,由濮阳市卫生局主办、濮阳市疾病预防控制中心承办的濮阳市健康教育培训班如期举行,来自市、县、乡三级医疗卫生机构的128名专(兼)职健康教育人员参加了培训。

据了解,加强健康教育队伍的能力建设是近年来濮阳市健康教育工作的重点之一。可是,集中开展市、县、乡三级健康教育人员的培训,在濮阳市还是首次。为确保培训取得良好效果,濮阳市邀请了河南省疾病预防控制中心健康教育所专家前来授课。

此次培训内容主要包括:健康教育的基本理论、健康教育的基本技巧与工作方法、公共卫生服务健康教育服务规范、健康教育专业机构工作规范等。与会人员接受了一次系统的健康教育基础知识与基本技能培训,对提高基层人员的业务素质和技术水平将起到积极的促进作用。

方城广泛推进全民健身

本报讯(通讯员 任礼飞)近年来,方城县在加强城区面貌建设的同时,着重加强公民素质教育,倡导全民健身运动。

近几年,方城县投资建设了文化广场、琴韵广场、张骞广场、全民健身广场、汉霸公园等多个供群众娱乐、健身的场地,并配备了相应的健身器械设施。方城县的卫生、教育等相关部门在全县积极开展全民健身宣传,倡导全新的全民健身理念,广泛开展形式多样的体育健身活动,使“人人参与、人人受益、天天健身、天天快乐”的全民健身理念深入人心。

开封市疾控中心 促进学校传染病防治工作

本报讯(记者 刘旻 通讯员 侯乐生)近期,开封市疾病预防控制中心按照全省的统一部署,按时完成了对全市学校传染病的防治督导工作。

据悉,开封市本轮督导工作参照《学校卫生工作条例》、《传染病防治法》等,对全市各学校(包括市属幼儿园)的卫生制度、传染病防治措施、学生健康教育、健康体检制度等工作情况进行检查督导。

督导组在询问和查看现场及相关资料后发现,个别学校存在传染病管理制度没“上墙”明示,新生入学未进行结核菌素试验,缺少学生因病缺课请假登记记录等问题。在结束督导后,督导组及时将发现的问题反馈至学校,以督促有问题的学校快速整改。



为庆祝中国共产党成立90周年,鹤壁市疾病预防控制中心近日组织党员代表到革命圣地延安,追寻先辈足迹,追忆伟人光辉,接受传统教育,激发党员干部以更加饱满的热情投入到“创先争优”活动中。高志勇/摄

三门峡市疾控中心 誓言永恒



近日,三门峡市疾病预防控制中心以参加三门峡市“万人重温入党誓词”活动的方式,纪念中国共产党成立90周年。当天,在滂沱大雨中三门峡市疾病预防控制中心的党员们面对鲜红的党旗,重温入党誓词,感悟中国共产党90年的光辉历程。刘岩 贾云锋/摄

别拿治病“作秀”

□张晓华

如今,人们习惯把什么东西都拿出来秀:择偶秀、求职秀、才艺秀……可是,如果连治病也成为一种“秀”,就有点过分了。毕竟,治病是事关生命、科学的行为,具有其独特的专业性、权威性,“秀”不好了,很容易贻笑大方甚至引火烧身。

养生畅销书作家马悦凌,日前因宣称靠泥鳅、当归等攻克世界级绝症,涉嫌非法行医,被南京市卫生监督机构介入调查。马悦凌宣称,“渐冻人”症是她治疗过的最简单的

病,接下来,她还准备攻克艾滋病。

在马悦凌的个人网站上,她对来自全国各地“渐冻人”病案的分析赫然在目,包括堪称神奇的治疗效果记录。

这些案例分析和疗效展示,在引来全国“渐冻人”患者关注的同时,也引起了医学专家的质疑——“渐冻人”症是世界性难题,患此病的科学家霍金还坐在轮椅上。

据马悦凌说,她创造世界医学奇迹,是小小的泥鳅。寻常

的泥鳅若真有如此神奇的疗效,那真是神农氏、李时珍等中药学鼻祖们的失职,他们如果连坟头上、水蛭、鼠屎粪便的药用价值都发掘得淋漓尽致,为什么对常见的泥鳅反而没有物尽其用?

既然选择如此高调地公布自己“创造了医学奇迹”,那么就要准备好迎接来自医学的考验。治病救人的事,可不是那么好“秀”的。

·健康杂谈·

编者按:随着人们生活水平的提高,现代人的体质也发生着微妙变化,一些以前未曾听说的疾病相继出现,而“过敏”病例更是层出不穷。“过敏”似乎不是大病,可严重时也能危及生命,如不加以重视,“过敏”将成为威胁现代人健康的一种新型流行病。在7月8日“世界过敏性疾病日”来临之际,编者愿与读者一起,分享一些关于过敏性疾病的防治经验。

“过敏”已成为新型流行病

过敏性疾病已成为最常见的流行病之一

过敏性疾病与人们所处生活环境的变化息息相关。全球“温室效应”是助长过敏性疾病的一大罪魁祸首。气候变暖使空气中引发过敏的花粉含量增高,也使开花期比以往来得更早,花粉季节的持续时间也更长。据报道,近30年来,欧洲的开花季节就延长了10-14天,这无疑大大加重了花粉过敏者的病情,也使过敏性鼻炎和儿童哮喘的发病率大大提高。气候变暖也给病原体提供了滋生的机会,许多病原体在暖冬得以幸存并衍生出新

远离过敏原,积极预防过敏性疾病

专家指出,治疗过敏性疾病首先要预防过敏,而预防过敏则要明确过敏原,之后再采取有效方法进行针对性的预防。有很多人都不知道自己到底是接触了什么东西还是进食了什么东西导致的过敏。其实不用担心,据专家介绍,查找过敏原除了可以通过简单、方便、无痛的皮肤点刺实验来了解患者具体对何种物质过敏外,还有一些其他的体内或体外测试可以帮助明确过敏原因。

患者也可以通过多留意自己在什么环境下会使病情加重,来帮助医生确定引起过敏的原因。

此外,患有过敏性疾病的人通过加强锻炼、注意休息、适量补充维生素A和维生素D,可减少此类疾病的发病。还有一些人患病后,通过反复的病情发作,自身产生抗体,过几年后病症也会有所好转。

脱敏治疗可能使患者摆脱药物治疗

很多人十分关心如果得了过敏性疾病能否治愈?专家的答复是:通常对症的药物不能达到完全治愈的效果,但能缓解症

状以及减少过敏性鼻炎和哮喘的发病时间。而对于有明确的过敏原(如螨虫)的5岁以上患者,可以选择标准化的皮下注射脱敏治疗。大部分患者,根据医师的指导会在脱敏治疗期间逐渐减少甚至摆脱药物治疗。

据了解,脱敏治疗是一种特异性免疫治疗,简单地说,就是调节患者的体内免疫偏移,使患者从过敏体质向非过敏体质转化。具体方法是在一段时期内,通过反复注射一些有效治疗浓度的变应原制剂,使患者对过敏原不敏感或者敏感性下降,达到哮喘症状减少和改善直到无症状不发病的目的。

(据《南方都市报》)

