

Y 药之逸闻

吃不得精米的鸡

——简谈维生素的起源

维生素对于人类的健康起着举足轻重的作用,正因为它是“维持生命必不可少”的要素,所以被称为“维生素”。人体一旦缺乏维生素就会患上种种疾病,比如缺乏维生素A,就会得夜盲症;缺乏维生素B,就会得脚气病;缺乏维生素C,就会得败血症……而最早发现食物中含有维生素的,是荷兰医生埃克曼。

19世纪80年代,当时荷兰统治下的东印度群岛上的居民们长期受着脚气病的折磨。为了解除这种病对荷属东印度群岛的威胁,1896年,荷兰政府成立了一个专门委员会,开展研究防治脚气病的工作。埃克曼也参加了这个委员会的工作。当时,科学家和医生们认为脚气病是一种多发性的神经炎,并从脚气病病人的血液中分离出一种细菌。由此,他们判断是这种细菌导致了脚气病的蔓延,它是一种传染性病菌。

然而,埃克曼总感觉问题没有得到完全解决。这种病如何防治?是否真的是传染病?这些问题一直在他的脑海里盘旋,于是,他继续着对这种病的研究工作,并担任了新成立的病理解剖学和细菌学实验室主任。

1896年,在埃克曼做实验的陆军医院里饲养的一些鸡病了,这些鸡得的就是“多发性神经炎”,发病症状和脚气病症状相同。这一发现使埃克曼很高兴,他决心从这些病鸡身上找出脚气病的真正发病原因。起先,埃克曼想在病鸡身上查找细菌,他尝试给健康的鸡喂食从病鸡胃里取出的食物,也就是让健康的鸡“感染”脚气病菌,结果健康的鸡竟然全部安然无恙。这说明细菌传染并不是引起“多发性神经炎”的原因。

究竟是怎么一回事呢?就在埃克曼继续着他的实验的时候,医院里的鸡忽然一下子都好了。原来,在鸡患病之前,喂鸡人一直用医院病人吃剩的食物喂鸡,其中包括白米饭。后来,这个喂鸡的人调走了,接替他的人觉得用上了好的食物来喂鸡实在太浪费了,便开始给鸡吃廉价的糙米。意想不到的是,鸡的病反而好了。稻米生长的时,谷粒外包裹着一层褐色的谷皮,这种带皮的米就是糙米。碾去谷皮,就露出白色的谷粒,这就是白米。东印度群岛上的人喜欢吃白米饭,给鸡吃的剩饭也正是这种白米饭。结果一段时间后,鸡群就

会得“多发性神经炎”。埃克曼据此分析,糙米谷皮中可能有一种重要的物质,人体或鸡群一旦缺乏这种物质后,就会得“多发性神经炎”。考虑了这些情况后,埃克曼决定再做一番实验。他选出几只健康的鸡,开始用白米饭喂它们。过了一阵子,鸡果然患了“多发性神经炎”。他随即改用糙米来喂鸡,很快,这些鸡都痊愈了。埃克曼反复进行这样的实验,最后,他甚至可以随时所欲地使鸡患病或复原。于是,埃克曼把糙米当成药,给许多得了脚气病的人吃,果然这种“药”医好了他们。

1897年,埃克曼把上述研究成果写成了学术论文。他的论文公开发表后,在很多国家引起了轰动,大家都对研究这个问题很感兴趣,并争先恐后地开展了相关研究。1911年,埃克曼和另一个科学家终于成功地从米糠中提炼出这种物质。这是一种可以溶

于水或酒精的物质,它能透过薄膜,这表明它是一种分子量比较小的物质,它可以用来治疗脚气病。

这就是人类发现的第一种维生素。后来,波兰的生物化学家芬克称它为“生命胶”,现在我们称它为硫胺素,即维生素B1。

埃克曼的发现,在营养学中起了领先的作用,他发现了食物中含有人体和生命所必需的微量营养物质,开辟了研究维生素的新领域。(林超)



Q 企业报摘

在路上

□杨凡

我还年轻,我渴望上路。

——杰克·凯鲁亚克《在路上》

我们时常会质疑自己前进的方向,怕前方有乱石、有陷阱、有阴霾。横冲直撞中,很多人总是自以为是地告诉自己:我,一直在路上。

人生有太多的无奈和必须,愈来愈多的人开始感慨着无奈的境遇与生活。在这个“盛行矫情”的年代,人们只记得得无奈,却忘记了必须。原本,我们应该先做好必须做的事,再去喜欢做的事,不是吗?可是嘈杂的社会总是教给我们相反的东西,我们追求自我,追求解放……于是,唯我独尊变成一种理所应当的姿态。而“在路上”这种本应是一种方向明确、有理想的标志,却因看似追求精神的自我,而被误读成一种毫无约束的放纵。

我们总以为自己很努力,总以为自己正在路上坚持不懈地为了生活而奋斗。然而,事实并非如此。大多数时候,我们只是漫无目的地走着。走着走着就没了方向,不知自己要去往

哪里,显然,这不叫作“在路上”,而应该叫作“蹿大街”。有人说重要的不是目的地,而是沿途的风景。只是沿途的风景时常让我们迷失,有多少人在追逐沿途的海市蜃楼?又有多少人一生只走向既定的远方?无论是源自内心的憧憬,还是迫不得已,只要我们在路上,就应当朝着既定的方向走去。

你可以回头体味当初踏上征程时最虔诚的心情,却不能停下前进的脚步;你可以环顾四周迷人的风景,却不能忘记指引我们向前的航标;你可以追求精神的自由,将自己放逐在路上,走慢一些,却不能尾随凭空想象的绝对自由。

当“在路上”成为很多人所追求的“精神自由的象征”的时候,我们应当铭记:带着信仰与行动一起上路,而非只让空洞的所谓理想与你前行。在路上,彼岸就在不远处。(据《绿缘人》)

H 绘墨缘



大爱无疆 杨万良 / 作

病室里的春天

□琴心

小病房里住着一位瘦小、干练的老太太,年近七旬的她患了白内障。她的二女儿总在床前照料老太太,每天都为老太太洗澡、打饭、削水果,不见一丝懈怠。二女儿时常陪着老太太的话耐心地和她说,言语里尽是温柔与顺从,间或,几句鼓励、赞美,惹得老太太一阵又一阵眉开眼笑。另外,老太太的大女儿和小女儿也每天来陪伴她一阵,一个在床前为老太太梳头,一个在床尾为老太太揉脚。3个女儿一闲下来,便依偎着老太太地亲昵地说笑,暖融融的场景惹人羡慕不已。

老太太有子女4个,除儿子外出打工外,3个女儿各自在家门口经营些小生意,日子不算富裕,却也衣食无忧。4个子女又皆贤孝,在外地的儿子每天有电话来,孙辈们也时常来病房走动,送些好吃的过来。性格泼辣的老太太对孙辈说话一样直率认真,每次都反复叮嘱他们做人、做事要自立自强。如此和睦的一个大家庭,按理,老太太该是坐享清福的时候。可老太太却一刻也没闲着。除了耕种几亩田地,她还在社区做着环卫兼收废品的工作。就在住院前一天,她还骑着自行车带着百余斤废品走街串巷。用老太太的话说,她是那个闲不住的人,一闲下来便浑身不舒服,每天出去劳动

劳动,才身心舒畅。老太太乐观、豁达,在她眼里,白内障手术根本算不得病,但她忧心的是住院会影响到那份环卫工作,说社区看她年龄大,好几次差点儿换掉她,是自己不辞辛苦、多做、优做才争取下来的。女儿们安抚老太太歇歇,老太太却不高兴,说自己还没老到不能动的份上。女儿们便随口附和,说:“70岁还年轻,才是中老年呢!”老太太听了哈哈大笑,附带几句爽朗骂骂,病房里瞬间响起一片笑声。头脑清醒、不服老的老太太,那种充满活力的劲头和心态,让阴郁的病室也春意盎然。

出院时,老太太的老伴来接她。一个精神矍铄的老先生为老太太活动关节、按摩脖颈,为老太太戴围巾、口罩,轻声细语叮嘱细节,那悉心,一如慈母呵护幼童。老太太去暗室检查时,留在病房的老先生和我们谈起老太太,说:“她一生耿直,又要强,硬气,是个刀子嘴豆腐心的‘顺毛驴’,凡事都要顺着、哄着。”我笑了。能顺着、哄着一个女人到老,该需要多少的耐心和深情?

送老太太出院走远,温暖在心中盘旋。许多时候,我们没有能力让生命恒久完美,但我们可以通过努力,为生命注入活力。心中有爱,有阳光、有亲情,人生何处不是春?

(作者供职于新安县中医院)

W 微言

解决廉价药“药荒” 应建立长效机制

2013年7月,中国多个城市出现甲硫咪唑(又称他巴唑)“药荒”,有的城市甚至出现“一盒难求”现象。1月29日,工业和信息化部、国家发展和改革委员会等部门联合下发通知,实现了该药的统一配送。但是近年来,类似的廉价药“药荒”事件屡见不鲜,要解决这一问题,还应建立廉价药长效供应机制。

廉价药短缺事件频频上演,折射出我国药物管理政策的“短板”。每次断货的原因都一样:药品利润太低,企业不愿生产。虽然政府部门通过紧急协调,解了燃眉之急,但廉价药持续供应的长效机制有待建立。

——潮海(大学教授)

甲硫咪唑片将按最高零售指导价4.9元/瓶(5毫克×100片)销售,截至1月底,该药品产能达到全年12亿片,完全可以满足全国需求,为了方便患者及时、直接购药,中国医药集团帮助燕京药业在全国省会城市布点了31个甲硫咪唑零售药店,甲亢患者终于盼来了福音。

——松云(微博网友)

这是哪方面出了问题?(这些廉价药)医院买不到,病人又需要,厂家不生产。怪怪怪!我们渴望廉价药的回归。

——梦乡(患者)

X 心湖泛舟

睡觉前,我对女儿说:“又一年过去了。”不知道我的话里是否充满了无限的眷恋和伤感。女儿说:“我真想就这样拉住时间,让她停下来和我一起做梦。”我被她逗笑了,也做出拔河的动作,说:“我也要拉住时间,不许它走。”

可是,无论我们是如何感慨“最是人间留不住,朱颜辞镜花辞树”,一切都丝毫动摇不了岁月那一往无前的心,它像个永不停止的跑步机,无论你是潇洒地走动,还是跌跌撞撞,甚至摔得头破血流,它,都不管,只是无情地拉着、拽着,引领着人们奔向一个又一个明天。

不记得谁曾说过,人一过35岁,时间便如江水,一泻千里。这话多么令人触目惊心啊!年少时总盼着长大,总觉得只有长大了才能拥有更多的自

由,才能谈恋爱、看闲书,甚至才拥有批评别人的权利。记得有一次,儿子说:“你能不能别训我?”老公说:“那怎么行?好不容易熬到有人可训的年龄,怎么可以错过?”一句话,让人忍俊不禁,感慨万千。

逝者如斯夫,不舍昼夜。长大了,我们的确有了更多的“特权”。昔日的毛头小伙子成了户口本上的户主,当年的黄毛丫头,成了儿媳、母亲。自己的名字看起来不再显得稚嫩,它出现在家长的通讯录里,在客户的联系簿里,在各种资格证上,甚至有些名字上还摺着鲜红的印章和指印……这些岁月赋予

的“特权”,沉甸甸的,它背后隐藏的不仅仅是白发和皱纹,还有更多的付出和责任。这些,让渴望自由的我们始料不及。一次次的考验,“水湿麻绳自己紧”,我们开始约束自己,再累也不敢松懈,因为一松,那时间就如飞鸟一样,骤然远去,而我们还有很多事情未来得及做。真希望,时光能就此静止,就此永恒。哪怕上有老、下有小小身负重任,哪怕人生的路充满了山岭沟壑。

夜深了,毫无睡意。我发现,不眠的不止我一人。好几个好友,几乎在同时更新了微博:新的一年了。我披衣坐起,在女儿的鼾声中写下这些文字,写着写着,觉得时间一分一秒从四面八方涌来,都隐藏在这字里行间了。

(作者供职于洛阳市新安县仓头镇养士药店)

静夜思

□王玉红

由,才能谈恋爱、看闲书,甚至才拥有批评别人的权利。记得有一次,儿子说:“你能不能别训我?”老公说:“那怎么行?好不容易熬到有人可训的年龄,怎么可以错过?”一句话,让人忍俊不禁,感慨万千。

逝者如斯夫,不舍昼夜。长大了,我们的确有了更多的“特权”。昔日的毛头小伙子成了户口本上的户主,当年的黄毛丫头,成了儿媳、母亲。自己的名字看起来不再显得稚嫩,它出现在家长的通讯录里,在客户的联系簿里,在各种资格证上,甚至有些名字上还摺着鲜红的印章和指印……这些岁月赋予

的“特权”,沉甸甸的,它背后隐藏的不仅仅是白发和皱纹,还有更多的付出和责任。这些,让渴望自由的我们始料不及。一次次的考验,“水湿麻绳自己紧”,我们开始约束自己,再累也不敢松懈,因为一松,那时间就如飞鸟一样,骤然远去,而我们还有很多事情未来得及做。真希望,时光能就此静止,就此永恒。哪怕上有老、下有小小身负重任,哪怕人生的路充满了山岭沟壑。

夜深了,毫无睡意。我发现,不眠的不止我一人。好几个好友,几乎在同时更新了微博:新的一年了。我披衣坐起,在女儿的鼾声中写下这些文字,写着写着,觉得时间一分一秒从四面八方涌来,都隐藏在这字里行间了。

(作者供职于洛阳市新安县仓头镇养士药店)

切从头来过。你看,沿途的风景既有如锦繁花,也有风花雪月,缺不了艳阳高照,也逃不过冰刃霜刀。哭也哭过,笑也笑过,瞻尽世间物泽天华,尝遍人生酸甜苦辣。留一点儿想像,让自己活得更更有希望!

物换星移,不会为我们停留,而在生命的际遇中,真情的珍贵,将永藏于心中。在这春暖花开的日子里,此时,让我撒一把欢乐的种子,为大家献上温暖的祝福。

(作者供职于鹿邑县人民医院)

光阴如水

□刘小梅



把每一天都织成斑斓的画,让日子更鲜活,富有诗意。忧伤或者快乐、执着或迷惑,甩甩头一

R 人在职场

夜值之乐

□刘杰



上了9年班,还是第一次在除夕值夜班。在这个万家团圆的喜庆时刻,四周的爆竹声如潮水般此起彼伏地涌来,连空气里浮动的硝烟,都浸染着浓浓的年味。

看看夜色降临,我把卫生局机关上下楼道和后院的灯都打开,捎带将各科室电灯、门窗的关闭情况检查了一遍,接着摁亮了大门口两盏灯笼,与门岗大叔一道,将鞭炮拆开,摆好,点燃。在急促响亮、火光闪闪的炮声中,大叔童心忽起,笑道:“要是有个铁桶,那就更好听啦!”经他一说,我不由得想起儿时乡下老家过年时,把鞭炮放在崭新的铁皮桶里点燃,模拟机关枪的声音,总惹得父母又好气又好笑。难不成门岗大叔幼时也有这种经历?想到这里,我不禁哑然失笑。

回到二楼的行政值班室,那台老掉牙的电视机还没修好,也没什么可供解闷的,索性先把肚子填饱再说。不料泡好方便面,刚挑起一筷子面,值班电话的铃声突然响了。除夕夜一般不会有事,有事多是急事、大事,该不会有卫生应急任务吧?我赶紧奔过去接,一问,原来是对方打错了,真是虚惊一场!

吃完面,下楼倒过垃圾,忽然听到门岗值班室里马年央

视春晚的歌声,“不管你是谁/群发的我不回/不是我给你面子/实在是觉得太累……这不是面子的问题/只是我怀念真的东西……”我听到这儿,不禁又是一乐。回到值班室打开手机一看,短信数量虽然不算很多,但绝大多数都看不出群发的痕迹,没有花里胡哨的词语,简短朴实的话里溢满真诚祝福之意,看来咱交的都是实在人!

刚回复完朋友们的短信,手机的铃声又响了,一看是妻子打来的,接听后却传来儿子明明的声音:“要是有个铁桶,那就更好听啦!”经他一说,我不由得想起儿时乡下老家过年时,把鞭炮放在崭新的铁皮桶里点燃,模拟机关枪的声音,总惹得父母又好气又好笑。难不成门岗大叔幼时也有这种经历?想到这里,我不禁哑然失笑。

回到二楼的行政值班室,那台老掉牙的电视机还没修好,也没什么可供解闷的,索性先把肚子填饱再说。不料泡好方便面,刚挑起一筷子面,值班电话的铃声突然响了。除夕夜一般不会有事,有事多是急事、大事,该不会有卫生应急任务吧?我赶紧奔过去接,一问,原来是对方打错了,真是虚惊一场!

吃完面,下楼倒过垃圾,忽然听到门岗值班室里马年央

视春晚的歌声,“不管你是谁/群发的我不回/不是我给你面子/实在是觉得太累……这不是面子的问题/只是我怀念真的东西……”我听到这儿,不禁又是一乐。回到值班室打开手机一看,短信数量虽然不算很多,但绝大多数都看不出群发的痕迹,没有花里胡哨的词语,简短朴实的话里溢满真诚祝福之意,看来咱交的都是实在人!

刚回复完朋友们的短信,手机的铃声又响了,一看是妻子打来的,接听后却传来儿子明明的声音:“要是有个铁桶,那就更好听啦!”经他一说,我不由得想起儿时乡下老家过年时,把鞭炮放在崭新的铁皮桶里点燃,模拟机关枪的声音,总惹得父母又好气又好笑。难不成门岗大叔幼时也有这种经历?想到这里,我不禁哑然失笑。

回到二楼的行政值班室,那台老掉牙的电视机还没修好,也没什么可供解闷的,索性先把肚子填饱再说。不料泡好方便面,刚挑起一筷子面,值班电话的铃声突然响了。除夕夜一般不会有事,有事多是急事、大事,该不会有卫生应急任务吧?我赶紧奔过去接,一问,原来是对方打错了,真是虚惊一场!

(作者供职于灵宝市卫生局)

(本版未署名图片均为资料图片)

征稿启事

本刊“百味”版是卫生系统、医药企业和患者之间相互了解、沟通和学习文化桥梁,涵盖品牌文化、企业文化、中医药文化等内容。其常设栏目包括:

管理智慧 刊登有关医药、医疗器械营销或医药企业管理经验方面的文章。

药师风采 人物特写,展示药师在工作 and 生活中的风采,塑造药师行业良好形象。

企业报摘 择优摘登各知名医药企业报刊上的优秀文章,题材不限。

药房管理 关于医院药房管理、医院内药品物流管理和药店管理方面的经验。

心湖泛舟 刊登医药界人士在生活工作中的所思、所悟和读者在医药方面的思考与感悟。

药之逸闻 与医药有关的逸事、趣闻。

真情一刻 截取一个场景,描写当时的深刻感受。

绘墨缘 医药人士精美的书法、绘画及摄影作品。

微言 言简意赅、一语中的的杂谈。

人在职场 介绍医药人士的职场生活,要求言之有物,言之有味。

医药代表日记 医药代表的酸甜苦辣以及对行业的思考。

征稿要求:一、作品要求原创,杜绝抄袭。二、文字力求简洁、优美,1000字以内;图片要求数码原图,高分辨率。三、来稿请注明投稿栏目和作者姓名、地址、联系方式。

来稿请寄:450003 郑州市纬五路47号院医药卫生报社518室(药周刊)编辑部收 电子信箱:409591231@qq.com