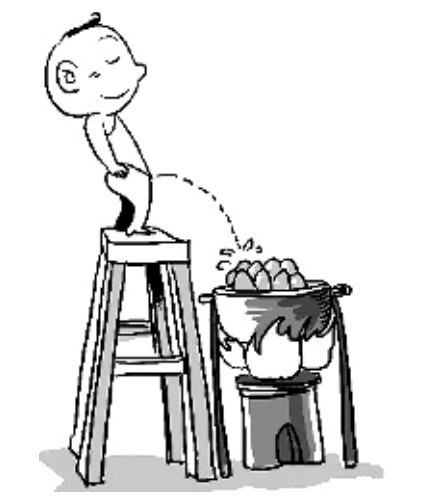


“童子蛋”防病健体不靠谱儿

本报记者 张 琦



在我国部分城市，一到开春，大街上就有不少摊贩叫卖“童子蛋”，“童子蛋”就是用童子尿煮的鸡蛋，吃“童子蛋”的习俗在南方尤其盛行。前不久，更有微信、微博网友纷纷发布了吃“童子蛋”的

图片，一时间引起大家热议。老一辈人称，吃了童子尿煮的鸡蛋，不仅春天不会犯困、没力气，夏天不会中暑，还能强身健体，预防感冒。那么，“童子蛋”真的有上述功效吗？记者采访了相关专家。

“奇葩”美食褒贬不一

2008 年，“童子蛋”入选了浙江省东阳市的非物质文化遗产。早在 2003 年，就有媒体对“童子蛋”一事进行了相关报道，“童子蛋”的营养价值更是众说纷纭。然而，直到现在，“童子蛋”仍然在部分地区卖得很火。

据悉，童子尿煮鸡蛋是将洗净的鸡蛋放入大锅中，加入男童的新鲜尿液，用不同的火整整煮上一天一夜。

记者采访了一位在浙江省杭州市上大学的女生丽丽，她表示，浙江当地都有这样的风俗，一到春天，卖“童子蛋”的小摊遍布大街小巷，远远地就能闻到一股尿臊味。丽丽的杭州同学说，吃“童子蛋”有强身健体的作用。但是丽丽吃完后，也

没觉得有什么不一样的地方。同时，丽丽表示，在当地，有人认为“童子蛋”好吃，也有人受不了那种味道而不愿意吃。而在网络上，有些吃过“童子蛋”的网友表示，它的口感好，且确实有强身健体、防“春困”、防中暑的功效，相当一部分网友则表示不愿尝试这样的“奇葩”美食。

“童子蛋”宣传噱头大于价值

河南省中医药研究院中医主治医师王新义表示：“童子尿一般作为中药药引来用，以增加药物的疗效。《本草纲目》中记载：人尿(童子尿)气味咸，寒，无毒。主治寒头痛，温气。童男者尤良。的确，在古代有许多医生采用童子尿作为药引或直接作为药给人们治疗疾病。”

王新义还指出，在古代医案中还有不少类似的记载，如用童子尿治疗头痛、咽痛、腹痛、发热、肺痿咳嗽、痔疮等。用法有直接饮用、煎煮后饮用、与药同煎服等。不过古人并不是任意使用童子尿，古人在使用时还是挺讲究的，如童子尿要用 12 岁以

下的童子；童子要忌食五辛热物、童子尿斩头去尾等。童子尿有其药用价值，但中医讲究辨证论治，不是什么人、什么体质都能使用的，如果那样做就失去了中医精华。

河南省人民医院营养科医师王雯表示：“尿是人体的代谢产物，主要包括的成分有水、无机盐，代谢产物中有毒、有害的物质有尿酸、尿素氮、肌酐等。肾脏患者透析的原理就是，当肾脏功能不好，无法把代谢终产物排出体外时，利用血液透析的方法把这些物质排出体外。童子尿当然也属于尿，因此，童子尿的营养价值无从说起，童子尿煮鸡蛋能使鸡蛋的营养价值提高或者有更神奇的作用，也是无从考证，因为没有临床对照试验研究来证明。”

王雯还表示，尿液容易滋生细菌，童子尿煮鸡蛋容易受细菌污染。

专家们提醒，以童子尿煮鸡蛋，这更多代表的是当地的一种旧风俗，而并不能以营养价值高来看待，市民应当加强营养与防病知识的学习，避免“病从口入”，做到理性选择营养、健康的食物。

成人还要接种麻疹疫苗吗？

□程春荣

春季是麻疹等疾病的高发季节。有些人不知道自己小时候是否接种过麻疹疫苗，也有人小时候虽然接种过麻疹疫苗，但是担心其年久失效。“成年人有必要接种麻疹疫苗吗？”“接种麻疹疫苗后获得的抗体有效期是多久？”这些都是人们普遍关心的问题。

麻疹是由麻疹病毒引起的急性呼吸道传染病，四季均可发病，以冬末春初为多，麻疹患者在发病前一两日至出疹后 5 日均有传染性，尤其是潜伏期末期和出疹早期的传染性最强。患者多为小儿，但近几年 8 个月以下的婴儿和成人患麻疹的人数呈上升趋势，在麻疹发病数中占相当大的比例。

我国儿童麻疹疫苗注射要从 8 个月大开始，小于 8 个月的婴儿的免疫力主要来自母体。而现在的年轻母亲，大多自身对麻疹病毒已经没有免疫力。现在的育龄期妇女，都不是自然感染麻疹获得免疫力，而是主要通过预防接种得到保护，这些育龄妇女在完成常规计划免疫疫苗接种后，就没有再接种麻疹疫苗了，因此，母体的保护性抗体都非常少。

多项研究表明，接种麻疹疫苗后获得的有效抗体滴度可维持 10 年以上。目前由于天气多变，各种呼吸道疾病高发。专家建议，育龄女性在准备计划怀孕前两三个月，可以加强接种麻疹疫苗。免疫力低下的成年人也可接种麻疹疫苗。

在疫苗的选择上，专家建议：18 月龄至初中三年级(16 岁)麻疹类疫苗接种对象使用麻腮风疫苗；大中专学生麻疹类疫苗接种对象使用麻疹风疹联合疫苗；育龄女性使用麻疹风疹联合疫苗；其余麻疹类疫苗接种对象使用麻疹疫苗。

(作者供职于郑州市疾病预防控制中心)

精神疾病患者的康复

□姚丰菊

部分精神疾病患者的精神症状缓解不彻底，社会功能受损，影响其回归社会后的适应能力。对于精神疾病患者，在药物治疗的基础上，合并心理、社会、家庭等多种措施，才能促进患者社会功能的恢复。

精神疾病患者的康复可以从学会打理个人生活开始，这是社会功能恢复的基础。它包括洗漱、梳妆打扮、衣着整洁等个人卫生，住处环境卫生、饮食及作息等。有许多患者并不是没有能力做这些事情，而是不主动去做。家人不能一味地包办，只有从简单的刷牙洗脸开始，督促、带领并帮助他们自理生活，才是正确的。

建立良好的家庭氛围 家庭成员不能把患者当作一个特殊的人，将其完全看作“患者”，而应该认为患者是家庭的一分子，让其分担部分家务劳动，与家人一起看电视、吃饭，参与家务事情的讨论。家属还应了解他们对今后生活的打算和态度，了解其内心的情绪波动情况等。

促进精神疾病患者社会交往正常化 每个人在社会上都充当一定的社会角色，都要与人们打交道，因此社交技能是人们重要的社会功能。社会交往包括与同事、亲友及熟悉人群的交往，与其他不熟悉的人群的交往。精神疾病患者由于社会功能受损，因此社会交往能力是其康复训练进行的项目。有些精神疾病患者缺乏主动性；有些精神疾病患者有“病耻感”，不愿意见到老熟人，这些都需要家人的督促和鼓励。

帮助精神疾病患者培养一定的职业技能 精神疾病患者能否返回社会，工作和学习是检验其社会功能恢复程度的指标之一。患者是否可以按时上下班，是否与同事关系融洽，是否忠于职守，按时完成工作任务，是否发生差错，是否能在一个工作环境中较长时间地坚持等，这些均反映了患者基本职业技能的恢复状况。

综合性的干预措施对精神疾病患者的康复具有积极作用。

(作者供职于河南省精神卫生中心)



精神卫生之窗

河南省精神卫生中心 协办

咨询电话：(0373)3373990 3373992
地址：新乡市建设中路 388 号

K 控烟在路上

车内吸烟危害更大

害处一 严重可导致一氧化碳中毒

吸烟对有些烟民来说就像喝水、吃饭一样平常。有些人为了安全，在开车时减少抽烟的数量，但也有少数人烟不离手，开长途车的时候吸烟，堵车的时候吸烟，等红绿灯的时候吸烟，心情烦闷的时候也吸烟。然而，车内吸烟不但害人害己，伤财伤身，而且最严重的是可导致一氧化碳中毒。

当车辆处于封闭状态时，汽车发动机运转时会产生一氧化碳等有害气体，这些气体会流入车体内，危害人体健康。若人们还在这种情况下吸烟，那么车内一氧化碳的浓度会高达正常值的 30 倍以上，就会导致头晕、乏力、恶心等症状的出现，严重的还可能引发中毒。

害处二 车内“二手烟”对乘车人员危害大

如果汽车空调的进气模式为车外进气(外循环)，有害气体就可能被排

出车外一部分；如果空调的进气模式被选为车内进气(内循环)，那么情况就更为严重了。不断增加的有害气体在空调的“帮助”下会迅速扩散到车内的各个角落。开车者经常吸烟所产生的大量烟气会附着在空调系统的管道内壁上，空调装置在工作时会产生持久不散的异味。另外，空调系统都配有粉尘及花粉过滤装置，用来过滤并净化进入空调系统的空气，但该装置对于吸烟所产生的有害气体并不能完全吸收，相反，长时间吸烟所产生的大量烟气反而会缩短粉尘及花粉过滤器滤芯的正常使用周期。同时，车内饰也会被烟气熏得慢慢发黄、发黑。

“二手烟”对乘车人员的危害比较



烟者有过之而无不及。轿车本身空间小，吸烟产生的有害物质浓度加大。资料显示：每燃烧 1 支烟卷形成的烟雾在一个 30 立方米的居室内需要每小时更换五六次空气才能达标。对狭小的轿车车厢而言，由于目前车内安装的大多为普通空调，无法过滤、清除超微颗粒，有害物质会附着在空调的送风系统内，因此清除“二手烟”就更难了。

(河南省疾病预防控制中心/供稿)

J 结核防线

结核防控，政府承诺是关键

结核病被列为全国重大疾病之一

目前，我国的结核病防治形势仍很严峻，特别是在广大农村地区。据调查，我国约有 3.3 亿人已感染结核杆菌，约有 600 万例肺结核患者，其中 150 万例具有传染性，每年死于结核病的人数高达 25 万。1996 年 12 月中共中央、国务院召开全国卫生工作会议，提出要集中力量消灭和控制一些严重威胁人民健康的传染病和地方病。为了有效控制严重威胁人民健康的重大疾病，推动结核病控制工作持续向前发展，当时的卫生部(现已整合更名为国家卫生和计划生育委员会)把结核病列为“九五”期间的重大疾病之一。《全国重大疾病控制工作》中提出，到 2000 年全国涂阳结核病的患病率控制在 70/10 万人以下，新发现涂阳肺结核患者的治愈率达 85%以上，要求各地把结核病防治工作纳入地方卫生工作的总体规划，纳入地方经济和社会发展总目标，中央和地方政府相应增加经费投入。这些政策的实施无疑促进了结核病防控工作的进步和加速结核病疫情的改善。

我国颁布的结核病防治法规和重要文件

1989 年 2 月，第七届全国人民代表大会常务委员会第六次会议通过了《中华人民共和国传染病防治法》，1991 年国务院又批准了《中华人民共和国传染病防治实施办法》，确定肺结核为乙类传染病，并对预防、疫情报告、控制监督、法律责任等进行了明确规定。1991 年，当时的

卫生部颁布了《结核病防治管理办法》。

1996 年，当时的卫生部发布了《关于进一步加强全国结核病防治工作的通知》。上述有关结核病的法规和重要文件，大大加强了结核病防治工作的进程，加快了控制结核病的步伐。

“政府承诺是现代结核病控制的关键”

人类在与结核病长期的斗争中积累了丰富的经验，随着科学技术水平的进步，我们已经掌握了当今最有效的现代结核病控制技术策略。

事实表明，行之有效的控制技术策略只有在政府承诺下才能得以有效实施。政府承诺就是把控制结核病作为一项政府行为提到议事日程上来。政府承诺包括把结核病防

治工作纳入各级政府卫生工作总体规划和社会发展总目标；安排必要的防治专项经费预算，提供政策支持，如把结核病作为重大疾病之一，列为重点控制疾病之一，把肺结核由丙类传染病提升到乙类传染病管理；加强防治机构建设，稳定专业防治队伍等，这些承诺对实施现代结核病控制策略都是至关重要的。

(河南省传染病医院/供稿)

征 稿

本版以预防和控制疾病为己任，重点传播预防传染病和地方病、营养和食品卫生、妇幼保健等知识，开设有传染病防治、地方病防治、健康口腔、科学防癌、免疫园地等栏目。

内容和体裁不限。

联系人:张琦

投稿邮箱:jkzkbjb@163.com

地址：郑州市纬五路 47 号院 2 号楼 605 室报社编辑部

邮政编码:450003

（本版图片均为资料图片）

安装呼叫系统中心供氧系统

河南中博医用设备有限公司是河南省内专业医用气体管道安装商，专业安装、维修医用呼叫系统、中心供氧系统(氧床、输液泵、扶手)，热烈欢迎全国各级医院来我厂参观指导。
网址:www.zzzbo.com 电话:1328384688 18638113787 地址:郑州市高新区瑞达路 96 号

中国欧科科技有限公司

血液分析仪(血常规)、尿液分析仪、生化分析仪、精子分析仪、血流变分析仪、微型 B 超机、经颅多普勒仪、心电图机、检验试剂耗材、血常规试剂等批发零售。

长期维修各类医疗设备
电话:13703847428 13273806758 地址:郑州市花园北路

供 药 用 蛋 黄 油

免费赠送《蛋黄油的临床应用与应用》一书。
蛋黄油可以治疗顽固性皮肤溃疡、烧烫伤、口腔溃疡、褥疮、湿疹(肛门湿疹、阴囊湿疹)、乳头皲裂、中耳炎、手术后刀口不愈合、肛裂、痔疮等多种疾病，疗效确切。
我们公司专门生产蛋黄油，质量稳定，欢迎联系。

联系人:李经理
联系电话:18790770063
质检部电话:(0372)3726316