

麻疹卷土重来 美国怎么办

据新华社 麻疹这种传染病近来在美国卷土重来。美国本轮疫情去年12月从加利福尼亚州迪士尼乐园传出,现已蔓延至8个州,并波及邻国墨西哥。

去年一年,美国27个州确诊了644例麻疹,创下美国2000年宣布已消灭麻疹疫情以来的新高。究其原因,主要是相当一部分人没有接种疫苗。

根据加州卫生部门28日公布的数据,美国本轮麻疹疫情已有至少94人被感染,年龄从7个月到70岁不等。在疫苗记录已知的42人中,34人没有接种过麻疹疫苗,3人只接种过一剂麻疹疫苗,5人接种过完整的两剂疫苗。

这些病例的感染源头基本都可追溯至加州迪士尼乐园。关于迪士尼乐园的疫情来源,美国疾病控制和

预防中心说,现在还无法确定,但怀疑是由一名或多名感染麻疹的外国游客去年12月中旬带来的。

美国2000年宣布已消灭麻疹疫情。但消灭疫情不等于没有病例,而是说疫情不再流行,按照美疾控中心定义,是指一个地区至少12个月没有出现麻疹感染情况。

但自美国宣布消灭麻疹疫情以来,美国的麻疹疫情仍时有出现,2001年及2008年都超过100例,2011年和2013年都在200例左右,2014年更是陡增至644例。

美疾控中心说,2014年的麻疹疫情都与美国人出国旅行有关。他们在其他国家感染麻疹,回国后传染给他人。

对疫情“死灰复燃”,美疾控中心总结出两大教训。首先,不能降低对

麻疹的警惕。在亚洲、欧洲和非洲的部分国家,仍有大规模麻疹疫情流行,因此在国际交流日益密切的今天,麻疹持续传入的风险犹存。2014年美国麻疹疫情的源头就是包括菲律宾在内的至少18个国家。

其次,继续强调接种麻疹疫苗的必要性,因为这仍是最好的防范手段。麻疹具有高度传染性,未接种者接触麻疹病例后感染率高达90%。但美国仍有一些人出于宗教信仰、理念或个人原因而没有接种疫苗。他们也是染病的主要人群。

《华盛顿邮报》等美国媒体最近猛批“反疫苗”运动并警告说:“拒绝给孩子接种疫苗的家长,你们把别人也置于危险之中!”美国法律要求学龄前儿童需注射两剂“麻疹、腮腺炎、风疹三联疫苗(MMR疫苗)”,但加

州等地儿童的接种率相对较低,其中一个重要原因是,在那里如果家长不同意,孩子可免接种。

一些家长认为,注射疫苗会引发自闭症,因此拒绝为孩子接种。对此,美疾控中心说,大量科研结果显示,麻疹疫苗非常安全有效,少数人接种后可能出现发烧和轻微皮疹等不良反应,但不会引发自闭症。

针对本轮疫情,加州卫生部门已经提出建议,要求12个月以下婴儿以及未接种麻疹疫苗的人员暂时远离迪士尼乐园,迪士尼乐园所在的奥兰治县地区的一些学校也已要求未接种疫苗的学生暂时不要上学。

美疾控中心国家免疫和呼吸系统疾病中心主任安妮·舒沙特也就如何减少个人感染麻疹的风险给出建议:

首先,推荐幼儿接种两剂MMR疫苗,第一剂在12月龄至15月龄时接种,第二剂在4岁至6岁时接种,对于要进行国际旅行的幼儿,可最早在6个月大时就接种第一剂。

其次,成年人也被要求接种疫苗。舒沙特说,麻疹通常被认为是一种儿童疾病,但实际上也有许多未接种疫苗的成年人感染麻疹。

鉴于许多美国医务人员可能没有见过或治疗过麻疹病例,美疾控中心还要求医务人员提高警惕,熟悉麻疹症状,以免对麻疹患者误诊。

麻疹疫情抬头是一记警钟。正如舒沙特所言:“如果你要(出国)旅行,确保你和家人妥善接种疫苗。如果你是家长和医生,需要知道这一点:有人或许已经遗忘了麻疹,但它并没有消失。” ■林小春

留给南极一片净土

——记中山站环保措施

据新华社 每当走过中山站的楼梯间,总能不意在墙角看到一只捧着“为环保,为南极”标语的小企鹅。它是中山站的垃圾分类标志。队员们每天都要将自己的垃圾按食品、纸和塑料、金属和陶瓷以及危险品进行分类回收。

素有“地球上最后一块净土”之称的南极大陆拥有一个独特而脆弱的生态系统,随着人类在南极活动版图不断拓展,如何避免污染、维护原生态的极地环境,成为各国南极科考活动的当务之急。

1991年通过的《关于环境保护的南极条约议定书》从“南极环境评估”、“南极动植物保护”、“南极废物处理与管理”、“防止海洋污染”和“南极特别保护区”五个方面,对各国南极科考活动作出了严格规定,特别强调各缔约国要对固体废物、食品废弃物、化学药品废弃物及可燃性废弃物采取不同处理方式,以免对脆弱的南极环境造成损害。

中国第31次南极科考队队长、国家海洋局极地办行政秘书卢成说,我国极地科考活动历来高度重视环境保护问题,所有考察项目在开展之前都要进行环境影响评估和监测;长城站和中山站均建立了先进的废物、污水处理系统,及时处理站上产生的垃圾;考察队员的日常生活用品也有严格的环保要求,如首选可降解材料,不使用含有磷等有毒成分清洁剂用品等。

据了解,中山站每天的值班队员都会将站上的食物、纸类等可燃性垃圾送到废物处理设施中进行燃烧处理,而金属、玻璃等不可降解的垃圾

则被压碎封箱,等待“雪龙”号来到中山站时再统一运回国内。

负责垃圾处理工作的中山站越冬队队员王刚毅说,中山站的这套废物处理系统由焚烧炉、换热器和除尘器三部分组成,其设计充分体现了节能理念。夏季,站上人员较多,垃圾焚烧工作量较大,一般2天左右就要焚烧一次,每次焚烧需要6、7个小时;进入冬季,中山站产生的垃圾将大幅减少。垃圾焚烧后产生的炉灰也不能随意倾倒,需及时封箱处理,届时随“雪龙”号一同运回国内。

记者在中山站污水处理站看到,一条大水管正源源不断地向站内的小池子排放着污水,一个形似水车的机械正在水中快速运转。王刚毅告诉记者,这个“金属水车”叫做“回转式机械格栅”,它正是利用水车原理,对污水中较大的杂物进行过滤;经过初次过滤的污水再通过一道“毛发过滤器”后,流入生物反应池;反应池内含有特殊药物,可对污水进行生物降解,并用紫外线对污水充分消毒。

他说,经过这几道工序处理后,站上产生的污水已完全达到相关条约要求的排放标准,最终将通过管道排入大海。

卢成说,中国自1983年加入南极条约组织以来,一直积极履行环保义务,每期考察队都会设立“环境官员”负责监督检查极地环境状况。“在中国南极人中流传着这样一句话——除了脚印,不留下任何东西;除了记忆,不带走任何东西。这是我们的理念,更是我们一以贯之的行为准则。” ■白阳

警惕脑梗死的早期报警信号

据新华社 近年来,脑血管疾病已成为我国居民的首位死亡原因。如何才能有效预防脑梗死?四川省人民医院神经内科医生叶芳介绍,早期发现,识别脑梗死并进行有效的预防及治疗十分必要。

叶芳告诉记者,日常生活中有5种情况可能是脑梗死的征兆,一旦发现,就需要立即到医院进行检查:一是突然感到一侧面部或肢体麻木或无力;二是突然感到一侧面部或肢体麻木或无力;三是突然感到一侧面部或肢体麻木或无力;四是突然感到一侧面部或肢体麻木或无力;五是突然感到一侧面部或肢体麻木或无力。

难、疲倦、嗜睡等。这些都可能是脑血管疾病的早期报警信号,不能掉以轻心。

叶芳还提醒,一旦确定发生了急性脑梗死,最为有效的治疗方式是溶栓治疗。如果患者能在发病后迅速自我识别并于1小时内到医院就诊,将为患者赢得宝贵治疗机会。并且,临床数据显示,脑梗死的复发率高达40%,有70%到80%的患者常因再次卒中出现严重的致残甚至死亡。

叶芳说,患者需要遵循科学的用药原则,定期监测各项相关指标,并定期复诊,根据实际情况调整治疗方案。千万不要盲目相信各类广告宣传的“特效药”或“特效疗法”,以免延误病情或出现严重并发症。 ■董小红



近年来,与疫苗安全相关的事件时有发生,不少家长开始疑惑,疫苗究竟该不该打?哪些疫苗该打,哪些疫苗不该打?打疫苗时应注意什么?

深圳市妇幼保健院儿保科护士长黄美兴说,疫苗一定要打,不能因为疫苗的不良反应而否定其作用,或干脆不打,不能“因噎废食”。一类苗与二类苗是相对的,在国家财政允许、并且疫苗可以足够供应的情况下,二类苗也会变为一类苗,如预防麻疹、腮腺炎、风疹的麻腮风疫苗原来是二类苗,目前已改为一类苗。同时,二类苗又是对一类苗的重要补充,许多二类苗针对的疾病发病率很高,危害很大。父母只要能负担,应尽量给孩子接种更多的二类疫苗。多接种一种疫苗,孩子就多一份保护力。 ■新华社 程硕

长期服药或增加痴呆风险

据新华社 根据美国科学家的一项最新研究,长期、高剂量服用“抗胆碱能”药物,可能增加老年人患痴呆症的风险。这类药物包括用于治疗失眠、抗抑郁等的常用药,其中约五分之一为非处方药。

美国华盛顿大学研究人员在新一期《美国医学会杂志·内科学卷》上报告说,他们对3500名65岁以上的美国人进行了跟踪调查,包括他们的医疗记录、日常服药种类和剂量等。在为期10年的研究中,共有797人患上痴呆症。

研究发现,服用“抗胆碱能”药物与痴呆症风险相关。如果每天

服用此类抗抑郁剂超过10毫克,或抗失眠药物4毫克,治疗尿失禁药物5毫克,服药时间超过3年,患痴呆症的风险就会增加。

目前,这类药物包装上通常会提示,副作用包括可能引起注意力下降、记忆力问题和口干等。研究人员说,如果进一步的研究可证实其与痴呆症患病风险的关联,则未来可能有必要标注这一副作用。

研究人员还建议,即使是非处方药,也最好遵医嘱服用,医生在开药时也应充分考虑药物副作用,尽量选择更安全的替代疗法。如果必须服药,则应选择低剂量服用。 ■刘石磊

甲基汞含量高的鱼要少吃

据新华社 多吃鱼有益健康,但有些鱼类却存在汞超标危险。欧洲食品安全局22日提醒说,既想享用鱼类的高营养价值,又得避免汞污染,最有效的办法就是尽量少吃那些甲基汞含量高的鱼。

甲基汞摄入超标,会在体内积聚造成危害。研究人员提醒,甲基汞对胎儿及婴幼儿的神经发育会有影响,因此育龄女性及儿童尤其要少吃甲基汞含量高的鱼。

欧洲食品安全局此前一项科学意见将每千克体重每周甲基汞耐受量规定为1.3毫克。

欧洲食品安全局介绍,甲基汞含量较高的常见鱼类包括剑鱼、梭子鱼、金枪鱼、鳕鱼等。不同国家应根据本国的鱼类产品消费模式,评估不同人群甲基汞摄入量超标的风险。

既然吃鱼还要担心甲基汞,那索性不吃鱼了?专家解释说,鱼的长链多不饱和脂肪酸对健康十分有益,比如可促进儿童的神经发育,可降低成年人患冠心病的风险等。所以,人们完全可以选择那些甲基汞含量低的鱼,即可放心食用。 ■张晓茹

感冒药和退烧药切勿混搭使用

据新华社 冬春季易发感冒,福建省食品药品监督管理局提示,感冒药和退烧药是两个概念,不可混搭使用,使用时也要了解药物成分,随意叠加可能对身体造成伤害。

目前常用的退烧药物有对乙酰氨基酚和布洛芬两大类,而感冒类的药物成分比较复杂,常常是复方制剂。

在不了解药物组成的情况下,将含有相同成分的药物同时服用,容易发生药物叠加,长期服用或过量服用可引起肾脏损伤,甚至造成肾衰竭。

易感人群如高血压、糖尿病、心脏病患者更要慎重,最好咨询一下医生,用副作用小的药物替代。如果服药后出现恶心呕吐、小便量减少、小便颜色变深等症状,一定要及时就医,拖久了易变成慢性,而慢性损伤不易治疗。

专家提醒,冬季发烧也可使用物理降温法。特别是孩子发热后,首选物理降温。用温湿毛巾擦拭孩子头、腋下、四肢或洗个温水澡,要时刻关注患儿意识、脉搏、呼吸有无异常。 ■郭圻