

人口老龄化挑战我国医疗卫生服务

专家建议加强医疗保障完善健康管理体系

据新华社 我国60岁以上老年人已达2.12亿,呈现出基数大、发展速度快、高龄化现象严重的特征,对医疗卫生服务提出挑战。针对这样的人口现状,专家们建议,加快医疗卫生改革发展,加强对老年人的医疗保障政策,完善健康管理体系。

在3日召开的中国卫生经济学会第十八次年会上,中国老龄科学研究中心副主任党俊武提出,到2053年,中国老年人口预计达到4.87亿,相应的卫生总费用将从现有的四成提升到六成。

据统计,目前我国60岁以上老年人口已经占总人口的15.5%。其中,数量庞大的老年人群患有慢性

病,有近4000万失能和部分失能老人。老年人的医疗卫生服务需求迫切。

国务院发展研究中心社会发展研究部部长葛延凤指出,应该清醒认识老龄化对医疗卫生事业带来的挑战,全面强化健康管理以应对严峻的形势和压力。一是要强化健康教育,倡导健康生活方式,减少疾病尤其是慢病发生率;二是提升健康管理能力,完善服务方式;三是重视适宜技术路线选择,提高老年医疗卫生服务绩效;四是推进不同医疗卫生服务机构更加有效地协调配合;五是树立大卫生、大健康观念,并通过综合性经济与社会政策体系

建设予以保障。此外,要进一步理顺政府和市场的关系,平衡好政府、家庭以及社会力量的关系,多方共同参与,抓住关键问题深化改革有效应对老龄化。

中国卫生经济学会会长高强认为,应对老龄化既要满足老年人的生活需求,又要满足老年人的健康需求。不同年龄段的老年人,身体状况及相应的健康需求也有差别,需要差别对待,要依据不同的健康状况采取有效措施。作出多种制度安排,满足不同要求。未来应重点推进适应不同健康需求的签约服务,并着重在一、二级医院和城乡社区卫生服务机构实施。 ■胡浩

为什么有人总犯困

据新华社 明明睡了很久,怎么还总觉得困?这可能已成为很多人的烦恼。德国《焦点在线》网站日前总结了人们经常犯困的8大原因,总打不起精神的小伙伴们不妨看看。

一、可能是甲状腺出了问题。甲状腺会分泌激素来调节新陈代谢。如果甲状腺机能减退,三碘甲状腺原氨酸和甲状腺素分泌不足,就可能出现脉搏减缓、嗜睡等症状。如果甲状腺功能亢进,人会出现心悸、不安和乏力。所以如果总犯困,可到医院检查一下甲状腺功能是否正常。

二、缺铁。很多女性身体缺铁,这可能引起慢性贫血。红细胞向身体其他细胞供氧不足,人们就会感到困倦,注意力难以集中或易感冒。女性缺铁的原因很多,可能是经期出血过多,也可能饮食中含铁较少。因此,需多吃肉类、蔬菜、豆类等含铁丰富的食品,还可补充富含维生素C的食品,促进铁的吸收。

三、服用了抗过敏药。很多人因花粉过敏等原因服用抗过敏药,但一些抗过敏药除了会抑制过敏反应外,还会影响脑神经细胞,让人困倦。所

以,用药前一定要注意药物是否可能导致嗜睡或改在晚间服用。

四、喝水太少。研究显示,喝水少的人通常睡眠不好,而且这是个恶性循环:白天喝水少,夜间睡不好;夜间睡不好,白天喝水少。所以每天最好喝下1.5升至2升水。

五、患有糖尿病。二型糖尿病患者体内的胰岛素将葡萄糖转化为能量的过程出现问题,导致患者易出现疲劳乏力等症状。如果怀疑困倦与糖尿病有关,就应及时就医检查。

六、运动太少。总是因为觉得累而不想运动?这可能是个恶性循环,因为不爱运动的人常常感到疲惫。所以要打破这个循环,多多锻炼身体。

七、缺少维生素B12。如果体内缺乏维生素B12,也可能出现贫血,从而出现困倦、注意力不集中、脸色苍白等情况。缺乏维生素B12可能因饮食不足或者吸收障碍导致,必要时需要就医。

八、不当时间喝咖啡、饮茶。咖啡或茶中的咖啡因有提神功效,但下午饮用后很可能导致晚上失眠,从而打乱睡眠节律。 ■郭洋

青海建国内最大藏医药古籍数据库

据新华社 记者从青海省藏医药研究院获悉,作为目前国内规模最大的藏医药古籍数据库,青海省藏医药研究院古籍文献数据库目前已收纳从公元7世纪到20世纪初的各类文献638种,共计6000多万字。

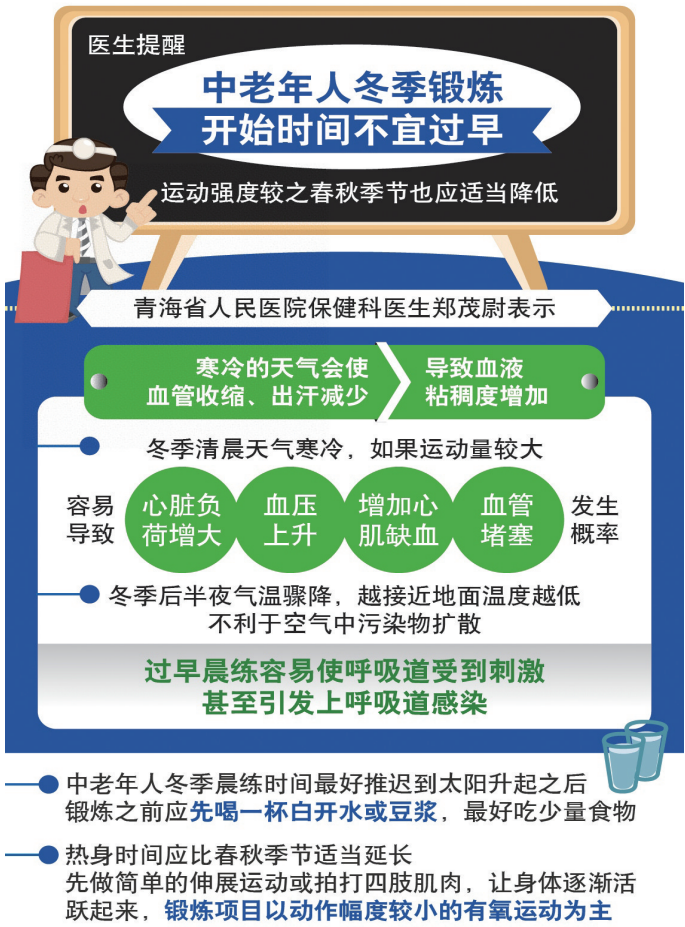
据青海省藏医药研究院数字化项目负责人扎巴介绍,该数据库编撰录入开始于2003年,包括医学历史、古代医学、四部医典、临床实践、药物识别、药物方剂、药材炮制、仪轨颂词8个子数据库。目前该数据库已面向广大藏医药研究人员、医生及产业从业者开放,使用者只须输入关键词,即可检索相关文献。

“藏医药古籍文献数字化,不仅可以更好地保存原始珍贵文献,而且可以为藏医药从业人员提供更为方便、快捷的学习交流平台,有助于藏医药知识普及和相关产业发展。”扎巴说。

扎巴告诉记者,未来该数据库除扩充内容外,还将对古籍内容进一步细化分类,从而更加方便用户精准检索。

作为中国传统医学的重要分支,发源于青藏高原的藏医学自成一体、博大精深,并且在与中原地区及印度、尼泊尔等地医学的交流中不断发展。2006年,藏医药被中国政府列入第一批国家级非物质文化遗产名录。 ■鹿书伟

中老年人冬练, 不宜“闻鸡起舞”



环保部督察组查出了啥事?

——环保部工作组联合督察现场见闻

据新华社 环保部日前派出12个工作组并协调区域内各省市环境执法人员开展联合督察,记者也跟随部分工作组到现场采访,看看督察组都查出了什么事?

8日上午,环保部督察组北京组来到北京大兴区,上午的工作主要覆盖三个重点:是否有没停工的工地?道路扬尘撒播和渣土车是否停驶?小企业是否违法排污,小烟囱还有没有冒黑烟燃煤散烧?

记者看到,在大兴区和房山区交界的京良路与芦西路交汇处,道路撒播严重;部分公路上仍有个别拉渣土的大货车在路上行驶;路边房屋中,还有不少冬天取暖的小烟囱冒着黑黄烟;在房山区、大兴区的仓储物流聚集区、建材和混凝土企业聚集区,道路破损、环境差,车辆行驶中扬尘严重。

14时,督察组来到大兴区建新庄的一些服装加工小作坊,每个小作坊

里20多个工人在干活,几乎每家都有一台小锅炉烧散煤,烟气直接排放。

15时30分,督察组来到大兴区建新庄工业大院新石派石材厂,厂房内正在加工石材,烟尘弥漫。记者走进厂房,一股刺鼻的气味窜入鼻孔,眼睛都很难睁开。厂房一侧的墙上虽装有排风扇,却没开动。督察人员询问工人是否接到停工通知,工人回答说:“没有收到通知”。直到一个负责人出现,现场施工才停止。

环保部督查组成员刘传义说:“石材加工是对大气污染有明显贡献的行业,在红色预警的情况下应该停工,这属于违法作业排污。”

记者还目睹北京市环保局执法人员查封了东城区一处汽车维修厂未经审批的喷漆车间。北京市东城区环保局监察二队队长张剑表示,餐饮油烟、露天烧烤、经营性小煤炉等都是督察重点,汽车喷漆带来大量挥发性有机

物,是严控的污染源。张剑说:“这家修理厂是收到群众举报,经查实后依法做出查封处理的。”

河北省环保厅通过自动在线监控平台对涉气企业达标排放情况进行检查,发现石家庄、邢台、廊坊、衡水、邯郸等地共有14家涉气企业存在超标排放情况。

督查人员在石家庄市检查发现,平山县富奥热力厂区存在无组织排放情况,并胫县一家石灰厂料场苦盖不严。石家庄东方热电股份有限公司热电二厂、石家庄新世纪煤化实业集团有限公司两家公司存在超标排放情况。

此次督导重点是对区域内电力、钢铁、冶金、焦化、水泥等行业高架源,冬季供暖燃煤锅炉和重点行业挥发性有机物(VOCs)排放源和当地空气重污染应急预案规定的应实施限停产、停工、停驶、停烧等应急减排措施的排污单位大气污染防治设施运行、排污

达标情况进行重点检查。

河北省环境执法监察局局长赵军说,从这两天的督导检查情况看,部分企业还存在环保设施不健全、不正常使用、烟气直接排放、抑尘措施不落实等问题,部分地区还存在扬尘污染重、燃煤不达标、无组织排放、管理不精细的问题。

12月6日以来,河南省近一半的省辖市启动实施Ⅱ级预警及Ⅱ级应急减排措施。8日,记者与环保部督察组一起走访,暗查了郑州市周边的荥阳、上街和巩义三个县区,在暗查中,督察组主要针对涉及大气污染的数十家企业进行了检查。

环保部华北环境保护督查中心督察人员介绍,从最新检查情况看,暗查的工业企业已遵守“重污染天气应急预案要求”停产,目前主要问题是面源污染,包括道路扬尘、车辆抛洒、煤场的扬尘逸尘、拆迁工地的防尘抑尘措

施不到位。检查还发现仍有部分城市未采取有效应急减排措施。其中,驻马店市缺少空气污染治理实施方案和未完成蓝天工程治理任务的企业和项目清单;新乡市牧野区临清店浴池等数个小煤炉燃煤锅炉烟气直排;安阳华祥路柴库村北垃圾焚烧,黑烟排放明显等问题。

8日,山东省德州、聊城、菏泽、济宁、济南、淄博、莱芜、临沂、青岛9市已陆续出现重度污染天气。记者7日晚跟随山东省环保厅督察人员连夜赴淄博进行检查。淄博市环保局副局长李学太说:“淄博污染为燃煤为主的复合型污染,燃煤排放量是雾霾形成的主要原因之一。”记者8日上午在济南市旅游路、龙鼎大道等多个建筑工地看到,绝大部分工地都按照要求停止了可能产生大量扬尘的土石方作业,多辆运送渣土的车辆停靠在工地周围。 ■王大千 杨维汉