

各地全面实施防治攻坚行动,不断完善防控措施

我国地方病防控工作取得历史性突破



人民网北京9月16日电(记者孙红丽)今日,国家卫生健康委就党的十八大以来地方病防控工作进展成效举行新闻发布会。国家疾控局综合司一级巡视员熊煌在会上表示,将切实做好地方病的“防”“控”“治”工作,为推进实现健康中国行动提出的“到2030年,地方病不再成为危害人民健康的重点问题”这一规划目标而不懈努力。

地方病防治工作取得历史性突破

“受自然环境、生产生活方式等多种因素影响,我国曾是受地方病危害较重的国家,大骨节病、克山病、碘缺乏病等地方病,曾经严重困扰、威胁我国居民特别是广大农村居民身体健康。”熊煌介绍,党的十八大以来,各地全面实施地方病防治攻坚行动,不断完善防控措施,各项工作取得了历史性突破。

一是防控工作机制不断完善。国家先后出台了“十二五”“十三五”全国地方病防治规划,2018-2020年国家10部门联合实施地方病防治专项三年攻坚行动,将地方病防治纳入政府目标管理,卫生健康、发展改革、财政、水利、民委、工业和信息化等部门联防联控、综合施策,合力推动食盐加碘、防病改水、低氟砖茶、改炉改灶等防治干预措施,改善病区人居环境,控制消除地方病风险。

二是实现了重点地方病控制消除阶段性目标。截至2021年底,全国2799个碘缺乏病县、379个大骨节病病区县、330个克山病病区县、171个燃煤污染型氟中毒病区县、12个燃煤污染型砷中毒病区县、122个饮水型砷中毒病区县或高砷区均达到控制或消除标准,达标率均为百分之百。

三是地方病监测体系不断健全。每年以村为单位,开展大骨节病、饮水型氟中毒、燃煤污染型氟中毒、水源性高碘监测,以乡为单位开展克山病监测,以县为单位开展碘缺乏病和饮茶型氟中毒监测,全国重点地方病监测实现全覆盖。

四是防病扶贫与脱贫攻坚任务同步完成。将贫困地区患者纳入低保、评残等社会保障制度,实施手术治疗补贴、药物治疗免费政策,现症地方病患者全部建档立卡和应治尽治,病区家庭摆脱了因病致贫、因病返贫的状态。在国家级贫困县中,全部地方病病区均达到控制消除标准,达标率为百分之百。

五是防治能力和科技防病水平不断提升。各级财政加大对国家级专业机构和重点地区和基层防治机构的资金和政策倾斜力度,强化科研攻关,在大骨节病治疗药物筛选、水氟水碘等先进检测技术方面取得了突破,提升了各类地方病实验室检测和医疗诊疗能力,多途径解决基层防治力量不足问题。

六是形成了地方病防治的“中国经验”。我国将地方病防治工作与乡村振兴战略和脱贫攻坚紧密结合,坚持预防为主、防治结合、分类指导、分省推进、综合施策、目标管理的地方病防治工作策略,形成了有效的防控工作机制和完善的标准体系,创造了发展中国家有效控制消除重点地方病危害的奇迹,为全球治理地方病引起的公共卫生问题提供中国智慧和方案。

地方病防治工作风险挑战依然存在

熊煌同时表示,近年来,我国地方病防治工作取得了显著的成效,但是风险挑战依然存在。地方病作为生物地球化学性疾病,一旦防治措施减弱或者撤除,疾病将卷土重来,所以必须长期巩固,维持防治措施,才能真正发挥防病的作用。

熊煌指出,目前,我国带碘缺乏病、水源性高碘甲状腺肿、饮水性氟中毒、饮茶型氟中毒等地方病患者的治疗及管理方面仍面临一些困难和问题,需要持续加大防治措施落实。

一是完善长效机制,持续巩固成果。贯彻落实健康中国行动要求,健全完善地方病防治长效机制,加强各级防治机构能力建设,不断完善防治体系,合理布局国家和区域地方病防治中心,加强全国地方病防治专业队伍建设,做好技术储备,持续巩固防治效果。

二是聚焦防治重点,推进措施的落实。针对少数饮水氟超标地区改水尚未完全落实的状况,还有部分地区合格碘盐覆盖率偏低、低氟砖茶推广难度较大等问题,进一步强化地方主体责任,针对不同情况采取专门措施推进落实,有效打通防治地方病的“最后一公里”。

三是加强监测预警,科学精准防治。持续做好地方病病情监测,掌握病情动态和防治措施落实情况,充分利用信息化平台,不断提高监测灵敏度,确保监测不留死角,形成精细化管理、精准化防治的工作局面。

四是加大科普宣教,增强防病意识。广泛动员全社会力量,运用传统媒体和新媒体开展地方病防治知识健康教育和科普宣传,引导病区群众树立正确的健康观,扩大疾病防治的健康效益。



可养生可代餐

健康零食成为新趋势

渠道+大零售”的模式拿下全国市场;2.0时代,休闲零食全品类连锁店放弃了传统零食企业从生产到销售的大包揽,开辟了一种轻资产运营的思路;3.0时代,零食行业开始以互联网为主导,企业的核心竞争力变成了与互联网的适配性。如今,零食4.0时代已经开启,以Z世代、10后为代表的消费者更加追求健康化、年轻化、代餐化。零食品牌开始在产品开发、情感共鸣等层面面向Z时代靠拢。

中国人2022年预计吃掉1.5万亿元的零食!休闲零食品牌竞争环境加剧,健康化、个性化、多食用场景成为新的趋势。

零食需求不降反升 2022年预计突破1.5万亿元

休闲零食是在人们闲暇、休息时所吃的食品,坚果炒货、饼干糕点、糖果乳酪、干果、膨化食品、肉制品、茶饮冲泡、甜品糖果等都属于这一品类。

随着我国经济的快速发展,人均可支配收入不断提高。如今,休闲零食已成为人们日常消费品之一。同时,消费者对于休闲零食种类和品质的需求也在不断提升,休闲零食产业呈现出上升发展态势。

疫情背景下,人们对零食的需求不降反升。早在2020年初的一份《零食现状报告》就显示,全球约46%的成年人在疫情期间食用零食数量比以前更多,52%的受访者表示零食是疫情期间的“救星”。《2022年中国休闲零食行业研究报告》则显示,近七年来中国休闲零食市场每年的复合增长率维持在11%以上,预计2022年将突破1.5万亿元。

报告指出,目前我国休闲零食赛道仍有较大的增长空间,同时休闲零食行业整体集中度低,休闲零食赛道面临着更多的机遇与挑战。

从上世纪90年代至今30年时间,零食行业大体经历了三轮模式创新。1.0时代的“零食大王”们采用“大单品+大生产+大

健康零食增速显著 食用场景覆盖正餐

综合各电商平台销售数据来看,2022年休闲零食行业随着消费市场回暖触底反弹,线上销售额从2月中旬起稳步上升,以“健康”为关键字的休闲食品及点心对比去年同期增速显著。

所谓健康化零食,是在遵循成分加减法则的基础上,进一步聚焦原料、工艺技术及功能细分。要成为健康零食,首先要满足“一加一减”:即在高蛋白、高纤维方向做加法,在糖、脂肪等方向做减法。同时,燕麦、巴西莓、甜菜根、姜黄、青稞、奇亚籽、藜麦等成为了流行的健康原料,低温烘焙、冻干技术、非油炸、低温脱水等技术更新为健康加码,维生素、锌、硒、益生菌等元素的加入为零食增加了功能性。

在年轻人又要健康又要美食的需求下,零食与保健品开始双向奔赴,让功能性零食这一赛道逐渐壮大。白芸豆、益生菌奶片、果蔬酵素压片糖果都成为了今年零食界的“网红”。

健康化零食的食用场景也更加丰富。魔芋空气蛋糕、山药

芝麻脆片、黑芝麻饼干成为了早餐成员,魔芋燕麦、低糖蛋黄酥、代餐饼干、燕麦奶巧克力、风干牛肉干作为代餐出现在了午餐桌上,全麦饼干、睡眠软糖作为夜宵也不会让人生发罪恶感。

零食边角料成新“热门” 提醒消费者谨慎购买

值得关注的是,近期,零食边角料成为新晋“热门”,并且受到年轻人青睐,成为他们的“省钱宝藏”。统计数据显示,2022年一季度,零食边角料相关产品在某电商平台的销售额为2030万元,同比大幅增长约17倍。

在电商平台搜索“零食边角料”,发现商家众多,从知名食品品牌到个体户,商品从猪肉脯碎片到面包边,从火腿碎到水果片,从海苔碎到蛋糕边,基本上涵盖了消费者想吃的小零食种类。不少消费者认为边角料和正品的口味配料一致,同时价格也实惠低廉,值得购买。也有一些消费者反映购买后发现食品“味道不同”“包装简陋”“标签信息不全”,甚至“吃了拉肚子”,这些边角料的安全问题引人关注。

消费者权益保护机构认为,食品边角料直接报废会造成食品浪费,如果生产、销售商家手续齐全,正规经营,低价销售也是厉行节约之举。但事实上,食品生产加工企业为了控制成本,都会尽量减少边角料的产生。市场上充斥着大量的食品边角料,是混入过期食品的“问题食品”,或没有食品合格证的“三无”产品,食品安全风险不容小觑。此外,即使是正规厂家出品的食品边角料,如果改变了包装、储存、运输等方式,也可能影响原来的保质期,增加变质风险。因此,提醒消费者要理性谨慎消费。 □陈斯

相关链接

“卷王”茶饮月均上新77款 最受欢迎还是柠檬水

国内茶饮门店月均上新77款新口味,堪称创新产品界“卷王”。不过,2022年人们最爱的仍然是新鲜柠檬水。

茶饮概念包含现制茶饮及零售茶饮。2020年底中国茶饮市场总规模达到4100亿元,茶饮市场规模是咖啡市场规模的2倍左右,预计未来几年茶饮与咖啡市场规模差距将进一步扩大。其中,现制茶饮增速最快,2022年市场规模达1136亿元,到2025年预计将达到3400亿元,复合年均增长率25.5%。

美团数据显示,从订单量来看,茶饮订单目前主要集中在新一线城市,但下沉市场订单占比正在逐步上升,今年达到20.6%。一线及新一线城市订单有所收缩。2022年,广西、广东、山东、河南、河北等地区茶饮门店数占比显著高于咖啡门店数占比,而浙江、四川、上海、北京等地则相反。茶饮品类继续巩固南方市场,广东门店数占比排名位列第一,北方市场正在加速发展。2022年茶饮订单量或门店数上榜TOP10城市均包括广州、深圳、上海、成都、重庆、佛山、南宁等。

广州的茶饮粉丝中,90后仍然是市场主力,柠檬茶最受欢迎,近三年00后群体有所增长;相比其他城市,上海茶饮粉丝中年轻群体占比相对较低,70后占比接近00后;长沙作为“网红茶饮”诞生地,00后粉丝占比达到23%,相比其他城市高出10个百分点;佛山的奶茶文化底蕴,大部分茶饮市场被80后、90后占据。

新开的茶饮门店选址更倾向于住宅小区,一方面相对商圈房租更低,有利于控制成本,另一方面也反映出茶饮不再局限于逛街、聚会等场景,而是更多地融入生活,向全民化拓展。

2020至2022年,奶茶类产品仍然占据茶饮核心位置,果汁类产品订单则有所下降。茶饮口味称得上是创新产品界的“卷王”,月均上新77款。不过,2022年高销量产品TOP10前三位仍然是新鲜柠檬水、珍珠奶茶、杨枝甘露三位“老将”,烧仙草、茉莉奶绿、百香果饮品同样在位。可见,大众型风味仍然占据市场主导地位。 □胡珍

长期使用手机“伤脑”还“增肥”

专家支招免沉迷

中国互联网络信息中心发布的最新报告显示,截至2021年12月,我国网民人均每周上网时长达到28.5个小时,其中使用手机上网的比例达99.7%。过度沉迷于手机对大脑有何影响?同济大学附属同济医院神经外科中心主任医师表示,过度使用手机不仅会影响大脑生理机能,还会导致肥胖,以及降低睡眠质量等。

骆纯介绍,脑电图的正常波形主要有δ、θ、α和β波。β波是大脑皮层兴奋的表现,出现于睁眼视物或突然听到声音或思考问题时,高度兴奋时可出现高于30赫兹的γ节律。各种节律规律出现,是大脑正常调节律。

“如果沉迷于手机,大脑长时间处于紧张兴奋状态,β节律甚至γ节律长时间发放,就有可能调节律失调,出现功能性脑病。并且过度使用手机易造成视觉疲劳,大脑得不到充分休息的情况下,有可能会诱发偏头痛。”骆纯说。

“长期沉迷手机,还容易诱发肥胖。”骆纯说,一天用手机超过5个小时的人群,肥胖风险增加逾四成,且更容易出现不爱运动、爱吃垃圾食品等不健康习惯,进而增加罹患心脏病、糖尿病等疾病的风险。

骆纯还说,夜间看手机不仅会影响睡眠质量,还会导致入睡困难。这是因为大多数移动设备发出的蓝光会刺激眼球后

部的光敏蛋白,这些光敏细胞将信号发送到调节身体昼夜节律的大脑特殊功能区域,从而影响正常作息。此外,褪黑素是一种在晚上增加并促进睡眠的激素,睡前看手机,可能会导致人体内褪黑素水平降低。

如何避免沉迷手机?骆纯表示,建议尝试放下手机转移注意力,把业余时间投入到更广阔的生活当中。

具体来说,平时可以多陪陪家人或朋友,休息时去户外旅行,或者看各种展览、音乐剧,既能亲近自然又能陶冶情操。养成锻炼身体的好习惯,适当出汗,既能防止闲暇时沉迷手机,又能增益身心健康。 □乔业琼 张诗悦

健康小知识

每天喝绿茶红茶 均降低死亡风险

一项前瞻性队列研究发现,喝红茶可能与较低的死亡风险有关,每天喝两杯或两杯以上茶的人患病风险最低。这一发现发表在最新一期《内科学年鉴》上。

此前研究表明,在喝绿茶最多人群中,喝茶与较低死亡风险之间存在关联。此次英国国立卫生研究院的研究人员利用英国生物库数据进行了一项研究,评估饮茶与全因和特定原因死亡率之间的关系。

英国生物库包括了50万年龄在40岁至69岁之间男性和女性的数据,研究人员在2006年至2010年期间完成了一份基线调查问卷。在这些人中,85%的人报告经常喝茶,其中89%的人报告说喝红茶。与不喝茶的人相比,报告每天喝两杯或更多杯茶的参与者死亡风险降低9%—13%。同时考虑其他因素,如参与者是否喝咖啡,在茶中添加牛奶或糖,他们喜欢的茶的温度,或者与咖啡因新陈代谢相关的遗传变异,都观察到了这种关联。研究人员认为,其研究表明,即使茶的摄入量较高,也可以成为健康饮食的一部分。 □胡珍

得了心梗别慌 每周吃一两度鱼

一项来自荷兰的研究提示,曾得过心梗的患者,每周吃1至2次鱼,可降低心血管死亡风险,且从食物中摄入的鱼油(EPA+DHA)越多,冠心病死亡风险越低。

该研究于2022至2006年纳入4067例既往得过心梗(病史大约为4年)的老年(60至80岁)患者,随访至2018年。研究显示,与EPA+DHA摄入量≤50mg/d的患者相比,EPA+DHA摄入量>200mg/d者因冠心病死亡的风险降低了31%。EPA+DHA摄入量每增加100mg/d,冠心病死亡风险降低8%。

同样,吃鱼越多,冠心病死亡风险也越低。与鱼摄入量≤5g/d者相比,鱼摄入量为20至40g/d和>40g/d的患者因冠心病死亡的风险分别降低27%和26%。

研究者进一步发现,血EPA+DHA含量越高,冠心病死亡、心血管病死亡、全因死亡风险也越低。与血EPA+DHA含量≤1.29% (在所有脂肪酸的占比)的患者相比,血EPA+DHA含量>2.52%的患者因冠心病死亡的风险降低29%。血EPA+DHA含量每升高1个标准差,冠心病死亡风险降低15%。 □杨进刚



带有绿色文身墨水的微针贴片。

自我管理的医学文身贴片出现

科技日报北京9月15日电(记者张梦然)据美国佐治亚理工学院官网报道,该校研究人员开发出一种可自我管理的医学文身贴片,含有特殊微型针头,成本低而且使用时无痛无血,有望在医疗警报、跟踪绝育动物以及化妆品领域找到用武之地。

文身在医学上用于掩盖疤痕或一些特殊手术,也可以代替健康监测手环进行医疗警报,指示糖尿病、癫痫或过敏等严重病情。市场上还有各种使用微针的化妆品,主要用于抗衰老。但开发用于文身的微针技术是全新的。

文身通常使用大针反复刺入皮肤以获取好看的图案,这是一个耗时且痛苦的过程。佐治亚理工学院团队开发出比沙粒还小的微针,由包裹在可溶解基质中的文身墨水制成。由于微针是由文身墨水制成的,它们非常有效地将墨水沉积在皮肤中。微针只需按入皮肤一次,然后溶解,几分钟后墨水留在皮肤中而不会流血。

研究人员表示,针头微型化可使贴片无痛,但仍能有效地将文身墨水沉积在皮肤上。这不仅可以使医疗文身更容易获得,而且由于易于管理,还可为美容文身创造新机会。

研究人员从一个包含形成图案的微针模具开始。他们用文身墨水填充模具中的微针,并添加贴片背衬以便于处理。他们将得到的贴片涂抹在皮肤上几分钟,在此期间微针溶解并释放文身墨水。各种颜色的文身墨水可融入微针,包括只有在紫外线照射下才能看到的黑光墨水。文身的设计也考虑到了隐私。研究人员甚至创造了对环境因素(如光线或温度变化)敏感的贴片,文身只会在紫外线或更高温度下出现。这为患者提供了隐私保护,仅在需要时才显示文身。

研究表明,这种文身可持续至少一年,也可能是永久性的,而且没有感染风险,可作为医疗和美容方面的替代选择。

医学新知