

据环球时报报道:世界卫生组织15日在瑞士日内瓦发布了《2013年世界卫生统计报告》。报告显示,2011年,中国人均寿命已达到76岁,高于同等发展水平国家,甚至高于一些欧洲国家。世卫组织流行病学和疾病负担协调员科林·马瑟斯说:“全球平均预期寿命已经从1990年的64岁增加到2011年的70岁。”高收入国家的平均寿命为80岁,中高收入国家为74岁。



病例旁白

竞争压力加剧紧张性头疼

专家:这样的患者门诊量占七成

本报记者 李刚

病例: 一头疼就吃止疼药

“医生,再给我用点止疼药吧,头疼得厉害啊。”已经被头疼折磨了40余年的王老太,近一个月已经是第三次到医院就诊了。“她患的是‘偏头疼’,现在对这个病的发病原因还不是很明确。”因为多次接诊,省千佛山医院神经内科主任医师唐吉友已经和这个患者相熟。

而与这位已近80岁的王老太不同,白领张先生的头疼则和工作压力有很大关系,每当接下一个大项目,他就感觉头有些疼,运动放松后就好很多。

诊断: 不好根治

看着痛苦难当的王老太,接诊的唐吉友心里很是着急,但他只能无奈地说,“对这个病,目前无根治手段,现有的处理手段包括药物只能减轻和减少头痛发作。”唐吉友介绍说,随着社会竞争压力增大,头疼

发病率不断增加,“在国外,发病率甚至能达到25%。从我个人接诊情况看,头疼患者也在大幅增加,门诊量增加30%左右。”齐鲁医院神经内科主任医师焉传祝则表示,该院神内门诊中,头疼患者能占到10%-20%。

尽管头疼患者增多,但并不是每个患者都是“偏头疼”。“‘偏头疼’是有严格诊断标准的,并不是一边头疼,就叫‘偏头疼’,有20%的‘偏头疼’是两边都疼。”唐吉友介绍,偏头疼是反复发作的一侧或两侧搏动性头痛,“一般疼痛剧烈,伴有恶心、呕吐、畏光、畏声等,活动一般会加剧疼痛。”

旁白: 紧张焦虑都是诱因

据介绍,目前偏头疼的发病原因还不是很明确。“偏头疼患者一般有一定的家族史。”焉传祝说,此外,内分泌、饮食等因素也可能诱发,“此外,心理、生理和情绪压力与紧张、焦虑、烦恼和抑郁等也是重要诱因。”

“现在更多的是紧张性头疼患者大增。”唐吉友介绍,这部分患者往往疼痛不是特别剧烈,一般没有呕吐等症状,运动或按压后疼痛会有减轻。“这样的患者能占到70%-80%。”

专家提醒,对于经常头疼的患者,平时要养

成良好的睡眠规律,加强运动和工作计划性、条理性,心理上不要过分紧张。此外,部分药物也能诱发头疼,如避孕药、硝酸甘油、组织胺、利血平、胍苯达唑、雌激素、过量维生素A等。



生命故事 放了13个支架,他成“钢铁侠”

直径仅有2.5毫米的小小支架,成为越来越多心脏病患者体内的一部分。在心脑血管病的治疗中,心脏支架是被普遍采用的一种治疗方法。它能帮助疏通血管,预防心梗、脑梗,是患者的“好帮手”。

家住北京市海淀区的尚老师,今年74岁。1997年夏季的一天,尚老师突然觉得浑身不舒

服,到了北京某三甲医院,检查发现,他的心脏回旋支堵了99%,左冠、右冠也分别有一处各堵了80%、90%。尚老师选择了支架手术,体内被安了3个支架。到了2008年5月的一天,由于之前出现说话、看书障碍,尚老师的右侧颈动脉被安放了第4个支架。2012年春节前夕,尚老师后背再次感觉到一种熟悉的疼痛

感。也就是这次心脏病发作,第5至13个支架进入了他的体内。

记者先后采访了中国工程院院士、著名心血管专家高润霖,中国医师学会心血管内科医师分会会长、北京大学第一医院心内科霍勇等专家,他们均表示,体内放13个支架听上去确实太多了。一般来说,放支架的数量不宜超过五六个,药物支架的

放置也要视具体情况而定。搭桥和支架该如何选择?一般来说,单支血管上的局部病变,建议放支架,而左主干病变、三支病变、伴有心功能不全和伴有糖尿病的患者、冠心病心肌梗死死后并发症患者等,则建议搭桥手术。如果患者有搭桥手术的禁忌症如肺气肿等,则建议放支架。

《生命时报》

华夏茶联商会联合买买茶助力雅安灾区重建

“4·20”雅安地震发生以来,当地的茶农茶企遭受了严重的损失。作为中国唯一一家提供茶行业全案综合服务机构的企业,华夏茶联凭借多年的技术及资源优势,在买买茶网站搭建了以茶园游戏为基础,以雅安茶义卖联盟为组织依托的雅安爱心茶园公益平台,将受灾茶农、茶企与爱心人士、爱心企业紧密联系在了一起,共同帮助雅安灾区重建。

雅安是全世界茶文化的发源地,也曾是川藏“茶马古道”的起点。“4·20”地震发生后,雅安茶产业受到了严重破坏,仅名山一处就有50万亩茶园受到不同程度的损害,涉及20万茶农和茶商。目前,雅安春茶大量的鲜嫩茶叶会因采摘不及时而老去。另一方面,很多茶企厂房遭到破坏,被迫停止加工。震后部分交通路线中断,茶叶采摘后无法运送到相应的加工中心,茶叶的加工也因燃料、电力无法及时送达而停滞;茶叶销售渠道中断直接造成了茶叶的滞销和价格下跌。

买买茶震后积极组织志愿者前往灾区现场,寻找受灾茶

农、茶企,以微博或者爱心求助的方式实时传递灾区情况,并建立了以爱心求助、爱心援助与爱心寄语为主要模块的雅安爱心公益平台。爱心人士可以通过购买雅安爱心茶的方式支援雅安,还可以在《雅安爱心茶园》游戏平台通过充值方式捐款或者用爱心果实点亮“三生莲”为雅安祈福。华夏茶联还专门推出“雅安爱心茶园”在线互动平台,网友可通过这一平台,察看雅安茶企茶农情况,通过在线订购“雅安茶”,点对点支持当地百姓,真正将公益做到透明、可视化。

为确保整套体系的正常规范运转,华夏茶联与买买茶将联合全国快递企业及有爱心的企业共同实现长期援助。而其自身也出资1000万配套资金,建立相应的监督体系,让买雅安茶的爱心人士清晰地知道买的爱心茶是雅安哪位茶农生产的,同时也通过平台让茶农知道谁消费了他的茶叶,并形成互通,以求让爱心人士长期与茶农形成互助体系。“当前,茶企茶农自救多限于恢复茶叶采摘,生产以及茶

园、加工厂等基础设施的修葺。但最紧迫的任务,是解决茶叶滞销,清除囤货,将经济损失降到最低。”华夏茶联董事长马玉峰表示,借助华夏茶联全产业链营销渠道和全国爱心人士的帮助,希望能使雅安茶产业减产不减收,渡过难关。

《雅安爱心茶园》项目使用完全透明的购买和付款机制,能让广大网友清晰了解自己援助茶农的“善款”去向,真正意义上做到“账目透明,爱心不打折”。很多雅安茶农也直接受益,从而吸引茶农们纷纷“落户茶园”,来自于雅安山区茶园的茶农代表王先生称,“互联网的平台和网友的力量是强大的,非常感谢华夏茶联提供这样一个先进的网上买卖平台,可以和那些想帮助我们的网友直接一对一交易,现在大家对茶园重建工作都非常有信心!”

除了呼吁爱心人士参与雅安灾区重建之外,买买茶联合华夏茶联商会还组织了雅安茶线下义卖联盟,爱心茶企、茶社可以在买买茶平台申请加入华夏茶联商会,或者通过电话等方

式主动联系华夏茶联商会,商会将帮助雅安受灾茶农、茶企与爱心茶企直接实现信息互通与对接。目前落户买买茶平台的灾区茶农茶企大部分是以市场价半价的价格在进行销售义卖,通过商会形式让灾区茶农茶企与更多线下爱心茶企达成合作,将来茶农茶企就可以直接将茶叶送到线下商会成员的茶叶店铺内进行销售,实现真正的一对一帮扶,这样能够更快更全面地帮助灾区茶农茶企解决茶叶销路问题。

希望有更多的爱心茶企加入华夏茶联商会,实现灾区茶农茶企与爱心茶企互通互助,从而帮助雅安灾区尽快完成经济复苏与重建。此次雅安爱心茶园公益活动不仅旨在帮助雅安茶农销售,还将以华夏茶联商会的形式整合全国各地茶企茶社达到爱心公益力量最大化,从而实现“善举”去向,真正意义上做到一对一帮扶,这样能够更快更全面地帮助灾区茶农茶企解决茶叶销路问题。

身体报告

莫名骨痛 警惕血液疾病

据新华社电 57岁的陈大爷年初在家捡东西时突然闪了腰,之后总时不时感觉到腰酸背痛,还以为是扭伤没好彻底。直到最近,陈大爷早晨起床时突然发生了股骨颈骨折,才被家人紧急送到医院。

检查结果出来陈大爷才知道,自己一直以为的“老年病”,竟然是一种名为多发性骨髓瘤的中老年患者血液系统疾病。

天津市肿瘤医院血液肿瘤科主任张翼介绍,多发性骨髓瘤是一种血液系统恶性肿瘤。目前,多发性骨髓瘤在我国的发生率为十万分之一到十万分之二,好发于中老年人,发病高峰年龄为50-60岁。

多发性骨髓瘤病起隐匿,骨痛是最常见的早期症状。但由于该病的患者大多是中老年人,因此对腰背疼痛都不会放在心上,容易将其当作身体劳累、骨质疏松或者风湿疾病。还有些患者会发现尿液泡沫渐多,出现蛋白尿、血尿等症状,以为是肾功能异常或前列腺出现问题。

张翼提醒,45岁以上的人群,如果出现不明原因的贫血、骨痛、肾功能异常,如在对应的专科经过常规治疗无效,就应考虑患多发性骨髓瘤的可能,及时到血液专科检查。

爱心义卖 助雅安走出阴影

本报济南5月20日讯(记者 李钢 实习生 谢士钧)

18日下午,北京大学教练型企业山东同学会主办的“心手相牵,情系雅安”慈善义拍、义卖活动在济南举行。本次活动通过义拍、义卖以及捐款三种方式为灾区共筹集善款32.7万元。除了筹集善款,北大教练同学会还将前往灾区一线,开展“手拉手,心连心”爱心活动。

本次义拍、义卖的所有物品均由企业家及爱心人士无偿提供,包括书画、玉石、手表、工艺品、手机、电子产品、日常用品、服饰等,种类丰富。义卖现场购买了一件衣服张女士对记者说,买件衣服,还能给灾区献出一份爱心,这个活动多有意义啊。据了解,义拍是本次活动的重点,分为有底价和无底价两种。1号拍品为“泰山玉礼盒”,属于无底价竞拍,价格从0开始。当拍卖师喊“开始”之后,由于大家都希望借助义拍献出自己的一份爱心,短短几分钟时间,价格竞拍到了2300元,最终这个礼盒被99号竞拍者以2800元的价格拿下。

“为了保证善款真正用到实处,我们的善款将由北大教练同学会的义工代表亲自送往雅安灾区一线。”活动联系人徐书彦女士说。北大教练同学会将组织200名义工分三批前往灾区一线开展“手拉手,心连心”活动。第一批60名义工代表将于5月27日到达雅安,为当地的学校进行捐助,帮助重建学校;为受重伤的人进行救助;派遣专业的心理咨询师对灾区的孩子们及灾民进行心理援助。