

编辑 吴颖 美编 张彬 责校 杨少坤 电话:64101889 yh9696@126.com

·速读·

6家公立医院转型康复机构

北京市卫计委近日透露，西城区展览路医院、朝阳区崔各庄社区中心、朝阳区安贞社区中心、大兴区红星医院、昌平区南口铁路医院、平谷区金海湖镇社区中心将转型为康复、护理院，以满足医养结合的需求。

同时，北京市还将建社区康复服务模式，支持社会资本发展护理服务，建立护理站，并研究医疗机构老年中期照护、长期照护和临终关怀服务的基本标准。目前，北京已有一批医院开展临终关怀服务。年内本市将制定出台北京市康复医疗服务体系建设指导意见，严格落实三级医院设置康复医学科的要求。

本月社区与大医院药品目录统一

近年来，虽然本市社区医院药品目录已扩容至1100种，品规超过3000种，但上了年纪的慢性病患者在社区医院开药还是有点难，要么药品没有，要么开药需自费，想报销就得跑到大医院去排队。本月底，北京市将统一公立医院和社区卫生服务机构药品采购目录，实现各级医疗机构的用药衔接。

北京市卫计委有关负责人表示，3月底，这一“难”有望缓解，本市将统一社区医院与三甲医院的药品目录，大医院的药在社区也能开。**北京商报记者综合报道**

·信息·

■北京积水潭医院回龙观院区

时间：3月1日 13:30—16:30

题目：血液透析患者的健康生活指南1

主讲：肾内科主治医师张丽平

题目：肾功能不全患者的营养治疗

主讲：营养科营养师张勍烊

题目：血小板减少的原因

主讲：血液科副主任医师陆敏秋

地点：北京积水潭医院回龙观院区门诊楼四楼报告厅

流感病毒家庭消毒全攻略

目前，本市流感病毒活动强度正处于高水平，高峰较往年有所后移，从目前监测结果和流感病毒以往活动规律来看，本流行季流感病毒高水平活动仍将持续一段时间，由于流感传染性较强，由流感病毒导致的家庭和集体单位聚集性疫情的可能性仍将持续存在。为此，丰台疾控中心针对流感活动强度提出了家庭消毒攻略。

流感病毒主要通过空气和飞沫传播，病毒在空气中保持活性可达

半小时。为切断流感病毒的传播途径，要对可能被流感病毒污染的环境及物品采取消毒措施。

空气和飞沫的消毒：每日至少开窗通风两次，每次至少30分钟。不能开窗通风的房间或无法形成对流风的房间，应配备换气通风设备。

污染环境表面和物品、玩具的消毒：用500—1000毫克/升有效含氯消毒剂溶液擦拭、浸泡或喷洒消毒，作用时间>10分钟，之后用清水去除残留消毒剂。

餐饮具消毒：充分清洗并煮沸或流动蒸汽消毒10—15分钟后使用。

毛巾等织物消毒：耐热、耐湿的织物放入煮锅内，使织物完全浸入水中，从水沸时开始计时，一般煮沸5—10分钟。或用250—500毫克/升有效含氯消毒剂溶液浸泡10分钟后，再用清水去除残留消毒剂。

清洁手：打喷嚏、咳嗽后或接触了痰液、鼻涕等分泌物后要及时进行手部清洁，按照“医务人员六步洗手法”正确洗手。**北京商报记者 吴颖**

动态

汤臣倍健年报净利增近三成

2月26日，汤臣倍健发布的2015年年报显示，公司实现营业收入22.66亿元，同比增长32.91%；净利润6.35亿元，同比增长26.44%。数据显示，汤臣倍健业绩不仅始终保持增长态势并给予股东高回报，分红金额达4.37亿元，占归属于上市公司普通股股东净利润总和的68.73%。2015年向全体股东每10股转增10股，派发人民币6元现金（含税），彰显高盈利信心。

专家分析，“三大业务板块+大单品战略”是推动汤臣倍健主业增长的原

因。三大业务板块包括汤臣倍健药业、广东佰嘉、广东佰悦运营旗下各膳食补充剂品牌。大单品战略则是指针对女性营养品市场的互联网品牌“每日每加”、针对运动营养市场的“健乐多”和贵细中药材的“无限能”。

公告显示，2016年汤臣倍健将针对慢病，如糖尿病、高血压、痛风等推出健康管理解决方案，加快实现从产品提供商转向健康干预综合解决方案提供商的升级。

北京商报记者 吴颖

养生

癌症“逃脱秘钥”靠自身免疫

权威部门的统计显示，肠癌发病率近年在北上广等大城市持续呈上升趋势，且越来越多年轻人患病，饮食不节是其中的重要原因之一。近日，已届花甲之年，且三度罹患癌症并痊愈康复的台湾宏信诊所院长陈卫华提示，健康饮食、愉悦心情、辅助疗法可为癌症找到“逃脱秘钥”。

陈卫华说，“无论抗癌还是防癌，健康食疗占到50%—60%的比重。饮食直接影响的就是肠道卫生，油炸、腌制或者满含添加剂的食物都会增加肠胃负

担。长得一脸‘寡淡’的菜式才是健康的佳肴”。应保证每日“三碱一酸”的食物搭配原则，三碱则是两种蔬菜一种水果，一酸则是一种肉类，这样不仅保证了酸碱平衡，更补充了应有的蛋白质。此外，饮食应学会把握时机，所谓阴时补阳，阳时补阴，如果阴时补阴特别容易得癌症。晚上吃瓜类水果等阴性水果，就是健康大忌。对于健康人而言，从海带等褐藻类植物中提取的褐藻糖胶，具备提升人体免疫力的作用。

北京商报记者 吴颖

百度发起罕见病日公益行动

互联网公益惠及千万罕见病群体



患病人数占总人口数0.65‰—1‰的疾病统称为罕见病，目前经确认的罕见病近7000种，约有80%的罕见病是由遗传缺陷所致。目前我国各类罕见病患者总数已超过千万。2014年，一场“冰桶挑战赛”让“渐冻人”这一罕见病群体走近人们的视野。然而，从整体上讲，我国社会对于罕见病的认知了解以及对罕见病群体的关注仍然远远不够。

据百度贴吧《中国罕见病人群生活状态调查》的结果显示，昂贵的医疗费用是罕见病群体面临的最大挑战，超过七成受

访罕见病患者认为在目前的工作和生活中遇到的最大问题是缺乏基本的治疗资金；超过80%的患者将“经济上的扶持”作为目前最需要的帮助之首，而对“医疗信息的完善”、“权威专家的建议”有强烈需求的患者也占到近60%。在具体帮扶措施的选择上，大部分的患者希望国家将部分药物纳入医保范围，也有36.5%的患者希望社会组织能提供更多帮扶渠道。除了经济和医疗上，患者在心理方面也需要更多的交流和鼓励，有31.5%的罕见病患者渴求更多病友之间的交流，近半的患者认为

病友之间的互动分享对于治疗大有助益。虽然面临病痛折磨和生活窘境，仍有超过七成的受访患者表示对未来充满希望与期待。另外，值得注意的是，网络已经成为罕见病患者获取医疗信息的第二途径，仅次于权威医疗机构。

罕见病发展中心(CORD)主任黄如方表示，由于罕见病发病率很低，社会公众包括很多医疗机构对其知之甚少，中国千万罕见病群体，正面临着确诊难、治疗难、用药难的窘境，其中一些罕见病群体还需要承受因为“罕见”而被误解的心理压力。解决这个困境，需要全社会的努力和关注。此次与百度联合推进罕见病日的公益项目，希望能借助互联网的力量让更多人了解罕见病，关注罕见病，关注罕见病群体，汇聚社会的力量，帮助罕见病患者走出现实困境。

中国有数十万公益机构，由于罕见病的特殊性，做相关帮扶的机构只占其中很小的一部分，相关公益事业的开展和力量都很薄弱。北京师范大学中国公益研究院院长王振耀表示：“百度联合罕见病发展中心和健康报开展的公益行动是一次十分有意义的活动，如果能够通过互联网的平台发挥枢纽价值，让公益组织的行业联合与项目联合变成扎实的行动，这将是公益组织建设和社会救助行动方面的一场革命。”

国内著名演员范冰冰也加入到百度此次“因为关注 爱不罕见”的公益行动中，呼吁更多的公众关注罕见病患者这一群体。