

## ■ 应季提示

## 北方地区儿童冬天需增加户外活动时间

哈尔滨市儿童医院 魏然 □衣晓峰

本报讯 维生素D缺乏是世界卫生组织确定的全球性三大营养素缺乏疾病之一。研究表明,全球约有30%~50%的儿童和成人体内维生素D供给不足。尤其是在北方高纬度地区,冬季漫长,日照时间短,人们户外活动量少,如果每天不能接受足够的阳光“沐浴”,致使维生素D合成匮乏。据哈尔滨市儿童医院儿童保健科主治医师、营养学博士张旭光介绍,在我国北方地区,纬度越高,气候越寒冷,儿童的维生素D异常率就越是居高不下。

人体每日所需的维生素D有80%~90%源自于太阳光照;而仅靠食物补充维生素D则是远远不够的。作为最主要的受累群体,儿童缺乏维生素D可使钙磷代谢紊乱,导致出现

方颅、鸡胸、肋骨外翻、腿弯等佝偻病的骨骼改变。此外,维生素D缺乏还易诱发儿童肌肉力量、免疫力、造血功能的下降,影响运动功能,酿成经常性感冒及贫血等一系列症状。漫长的冬季,家长在做好有效防寒保暖的前提下,务必督促孩子经常到户外活动,尽量多晒太阳;同时每天应补充足量的维生素D,并遵医嘱适量服用钙制剂。维生素D是一种固醇类的衍生物,其中最重要的成员有维生素D<sub>2</sub>(麦角钙化醇)及维生素D<sub>3</sub>(胆骨化醇),其来源主要包括从蘑菇、动物肝脏、牛奶、鱼肝油等食物中摄取,以及日光辐射来合成。

越是面对寒冬不利的气候条件,越要多晒太阳,确保儿童每天接触户外自然光不少于1

小时,这是预防维生素D缺乏及维生素D缺乏性佝偻病的最简便、有效措施。张旭光博士提醒,即使由于纬度高,紫外线没有那么强烈,光照不足,皮肤合成维生素D欠缺,但冬天也应该坚持晒太阳,在保证暖和的前提下,最佳时间在上午10点钟之后和下午4点钟之前。让儿童更多地接触自然光,同时使其支气管黏膜逐步适应寒冷空气的刺激,提高身体素质,增强抗病能力。特别是冬季阳光明媚时,一定不要浪费有限光照难得的馈赠。

与此同时,隆冬时节,北方地区广大儿童参与户外活动能增进对寒冷的耐受程度,使儿童的整体身心素质得到提升,尤其对心、肺等脏器功能有很大帮助。

## ■ 上海:

成立全球首家  
数字化能量代谢监测平台

上海交通大学医学院附属瑞金医院 朱凡

本报讯 近日,上海交通大学医学院附属瑞金医院转化医学大科学设施宣布成立全球首家数字化能量代谢监测平台。该平台集成了10个不同功能的智慧代谢舱,目前已成为单体数量全球第一、最具影响力的代谢研究平台。据悉,能量代谢失衡与糖尿病、肥胖、心血管疾病、癌症等一系列重大慢性非传染性疾病(慢病)以及老龄化密切相关,加强对机体能量代谢调控机制的基础研究,是应对慢病挑战的关键所在。人体能量代谢舱是一个相对封闭的空间,被测者可以在相对舒适的舱内自由活动24小时至几天,根据不同外部干预刺激引起人体呼出二氧化碳和吸入氧气含量的微弱变化被精准地采集、分析,可利用间接热量法测定人体动态代谢率。

## ■ 江苏:

## 苏皖胶囊内镜联盟添新成员

江苏省扬中市人民医院 包丽娟  
通讯员 程守勤

本报讯 近日,江苏省扬中市人民医院加盟苏皖胶囊内镜联盟,成为该联盟的新成员。据介绍,“胶囊内镜”是一种做成胶囊形状的内窥镜,相较于传统内镜检查,其具有覆盖范围广、人为可控且几乎无痛苦等特点,特别是为不能接受胃肠镜检查的患者提供了新途径。加入联盟后,该院将与成员单位加强合作交流,借鉴胶囊内镜先进技术,为消化道疾病患者提供更加精准、便捷的消化内镜筛查与诊治选择。

## “天价药”降价并纳入医保

江西省儿童医院 陈勇 熊莉莎

本报讯 近日,治疗罕见病脊髓性肌萎缩症(SMA)的诺西那生钠注射液正式纳入医保,江西省首例享受此项医保福利的SMA患儿在江西省儿童医院接受了药物注射。昔日70万元一支的“天价药”,现在降价为3.3万元,还纳入了医保。

图为患儿家长高兴地 从医生手中接过药品。



## 脑萎缩 帕金森 喜遇良方

## 一种治疗药物发明专利公开

健忘糊涂、失眠头晕、行为异常、流口水、行动迟缓、手抖身僵、共济失调;中晚期则痴呆、不认识亲人,大小便失禁,瘫痪在床。

这些脑萎缩,帕金森病症状的根源,就是控制和协调人的思想、情智、行动的大脑特定区域的脑组织细胞萎缩、衰亡,脑神经功能失调紊乱引起的,及时修复受损萎缩的脑神经是治疗此病的关键。

## 一通二生三修 专治脑病

治疗脑病国家专利药益智康脑丸,因其良好的治疗效果,在患者中口碑宣传,值得信赖。

【强寿益智康脑丸】是国药准字(Z20025059)甲类OTC专业治疗药品。依托“通脑部微循环—生脑髓—修复脑神经”的前沿脑病疗法,其采用壮乡高山中药;

并经超微萃取技术。

专利配方 准字号国药  
让您尽享健康生活

【强寿益智康脑丸】独特的配方和临床治疗效果,获得国家发明专利:ZL200510004868.X。具有补肾益髓,健脑生髓功能,用于治疗脑萎缩、老年痴呆、帕金森、脑梗塞、中风后遗症等脑部疾病患者,都可体验一下效果”

配方专利,国药准字药品,众多新发病和发病多年的老患者,抱着试试看的心情服用后,头脑清醒了,睡眠改善了,又能和老伴聊天散步做家务了,整个人感觉焕然一新,重享健康生活!

免费送货 货到付款  
恢复专线: 400-024-9923

广西强寿药业集团有限公司 请按照说明书或在药师指导下购买和使用 国药准字 Z20025059 桂药广审(文)第2019120446号



## 150克牛肉罐头 20罐只要298元

罐头保质期长 适合家庭储备 大块纯牛肉 软嫩多汁 香甜松软 不含防腐剂 今后3天仅需14.9元

## 大块整切 真牛肉



小时候只有生病或者过节的时候,妈妈才会隆重的开一罐红烧牛肉罐头,肉香扑鼻,软嫩多汁,吃完后手指上还留着肉的香味儿,缕缕香气让人不能自拔,真的是让人回味无穷,饱食红烧牛肉成了从小的愿望。

力,关键时刻有底气!保质期36个月,可以放心购买。

## 买10罐送10罐 家庭储备佳品

为了帮助广大消费者做好家庭应急物资储备,公司拳头产品市场价49元/罐的红烧牛肉罐头(每罐150克),今后这3天在全国开展特价直销活动只卖29.8元一罐,并且一次买10罐再送10罐,整箱20罐仅需298元,每罐仅合14块9毛钱!真正的好牛肉,一罐一大碗,数量有限,每人限购2箱。罐头食品保质期长,适合家庭储备。

订购送货热线:400-871-3938  
2箱起免费包邮到家 先收货后付款