

科技创新让更多人享受优质医疗服务

提到生物医疗,你会想到什么?身穿白大褂、摆弄试管的研发人员?科技感十足的机械化流水线?其实,生物医疗离我们并不遥远,新冠疫苗、生物检测设备、可再生的生物材料,越来越多的产品逐渐走进大众视野,为日常生活带来方便。

历经多年发展,中国已初步建成专业门类齐全、产业链条完善、产业基础雄厚的医疗器械产业体系;国内企业已能生产绝大多数常用医疗器械产品,大大提升了产业链供应链的稳定性和竞争力。更可贵的是,在积极研发创新打破国外技术垄断的基础上,中国生物医疗企业不断奋发进取,努力开拓国际市场,让更多的中国创造走向世界。

完善的制造业体系是生物医疗快速发展的重要基础。生物医疗是多学科的交叉融合,包括人工材料、生物力学、监测仪器、诊断设备、影像技术等多种科技在医疗器械产品中的应用,是一个国家制造业和科技水平的标志之一。近年来,依靠创新提升实体经济发展水平,促进制造业高质量发展成为主旋律,

多项政策推动制造业从劳动密集型向高科技型转变,促进中国从制造业大国向制造业强国转变。发展质量不断提升的制造业,为生物医疗的蓬勃发展提供了有力保障。

持续的科技创新是生物医疗快速发展的重要动力。无论是圣湘生物在短时间内成功研制新冠核酸检测试剂,还是博晖瑞进自主研发SIS生物材料,抑或是钛米机器人打造多款实用医疗机器人,都是企业长期投入、坚持创新的成果。正是凭借这种创新精神,中国生物医疗才会有系列从无到有、由低到高的重要突破。在5G、人工智能、大数据等新技术助力下,一批批数字化、智能化、便携式的创新医疗器械产品在医疗机构中得到广泛应用,科技创新活力不断增强。

看到成绩的同时,也必须清醒认识到不足。中国在生物医疗领域起步晚、积累少,与几乎垄断高端生物医疗器械产品核心技术、形成巨大品牌优势的欧美老牌厂商相比,在资金、人才、技术、经验等方面仍有较大差距。可以说,在培育真正具有全球影响力的生物医疗品牌



之路,中国的生物医疗企业任重道远,仍需继续努力。

伴随人民生活水平的提高,以及老龄人口数量不断增长,国内对生物医疗的需求会持续增加。在国家大力倡导下,数字经济发展如火如荼,数字化也将为生物医疗企业发展带来更广阔的前景。总的来看,中国生物医疗行业仍然是一个年轻的行业,充满朝气与希望。数

据显示,近年来中国医疗器械市场的增速超过20%,远远高于全球市场5%的增速。只要中国生物医疗行业继续保持定力,注重创新,稳扎稳打,相信未来会有越来越多的国产高端医疗设备,飞入寻常百姓家,让中国乃至世界上更多的人以更低成本享受到更优质便捷的医疗服务。

据《人民日报》

慢性病选感冒药 避开这些雷区

感冒是冬季常见病,对于有高血压、胃溃疡等慢性病的人群来说,感冒药可不能随便吃,选择要慎重。

感冒药大多是复方制剂,由解热镇痛药、缩血管药、镇咳祛痰药、抗组胺药、抗病毒药等组成,每种成分都有相应的注意事项,建议您根据症状选药。

鼻塞、流涕者可用缩血管药盐酸伪麻黄碱;发烧、头痛可用解热镇痛药对乙酰氨基酚(扑热息痛)、布洛芬;打喷嚏可选有抗过敏成分的扑尔敏、苯海拉明等;咳嗽可选镇咳药右美沙芬等。其中,伪麻黄碱与扑尔敏的复方组合是经典组合,对于早期仅有鼻部流涕症状的感冒患者,治疗4天可显著改善。

不过,对慢性病人来说,一些

感冒药成分可能是雷区。例如高血压患者应避免开伪麻黄碱,以免血管收缩,使血压持续升高;胃溃疡患者应慎用含布洛芬等解热镇痛成分的感冒药,尤其不要大量使用,以免诱发和加重胃溃疡。

此外,肾功能不全者也应注意扑热息痛的用量;青光眼、前列腺肥大者慎用含扑尔敏、苯海拉明的抗过敏药,以免引起眼压增高,加重排尿困难。痰多的患者慎用镇咳药,以免抑制咳嗽。不过,慎用不等于禁止使用,如果医生认为有必要,应在密切观察症状的同时服用。

据《北京青年报》

健康大讲堂

吸电子烟 或导致骨质疏松

近期,一项对5500多名成年电子烟使用者进行的新研究发现,使用电子烟与脆性骨折的患病率高相关,电子烟可能对骨骼健康有害,即便是年轻人也不例外。研究结果发表在22日《美国医学开放杂志》上。

脆性骨折被定义为由轻微创伤(如从站立高度或更低的位置跌落)导致的髌骨、脊柱或手腕的骨折。

电子烟自被推出以来,一直作为一种较传统香烟更为健康的替代品和戒烟辅助手段在市场上销售。它含有丙二醇、植物甘油以及不同水平的尼古丁和添加剂,会产生带香味的蒸汽。

此次,美国匹兹堡大学医疗中心调查人员对美国健康和营养调查2017-2018年的数据进行了横向分析。他们对5500多名美国成年男女进行了抽样调查,研究了电子烟使用与脆性骨折之间的关系。结果显示,与不吸电子烟的人

相比,电子烟使用者的脆性骨折患病率更高。研究人员还发现,与只吸传统烟的人相比,同时吸传统香烟和电子烟的人脆性骨折的患病率更高。

研究表明,随着时间的推移,年轻的电子烟使用者可能会增加患骨质疏松性骨折的风险。因此,调查人员建议医疗机构,应将电子烟视为脆性骨折的潜在风险因素,并建议将骨折风险纳入电子烟相关医保中。

研究人员表示,这是第一次调查电子烟使用与脆性骨折之间的关系。这一发现为研究人员、医疗政策制定者和烟草监管机构提供了数据,能让他们了解使用电子烟与骨骼健康下降的潜在联系。

在此之前,一些观察性研究已经报告了电子烟与各种疾病之间的联系,如慢性阻塞性肺病、冠心病和抑郁症等。

据《科技日报》

如何才能健康搭配素食

在不愁吃穿的当下,越来越多的人选择吃素。素食对身体有什么好处?又有哪些弊端?素食应该怎么搭配才健康呢?

素食是指不食肉、家禽、海鲜等动物性食物的膳食模式。素食的食材脂肪含量少,基本不含胆固醇,能够降低肥胖、糖尿病、心血管疾病等代谢性疾病发生的可能性,还能降低患痛风与高尿酸血症的风险,可以预防和缓解便秘,提高机体免疫力,帮助控制血糖,减少寄生虫感染,还能在一定程度上降低患癌几率。

长期吃素,也会存在一些营养素缺乏的风险。容易造成铁缺乏症甚至缺铁性贫血,存在锌缺乏症、维

生素B₁₂缺乏等风险,因DHA缺乏还可能致记忆力下降,甚至患上神经系统疾病。

专家介绍,对于吃素,不少人存在着以下误区。

○误区一:所有蔬菜都一样好

对于素食者而言,蔬菜的营养价值更为重要,应选择富含维生素C、胡萝卜素、铁、钙、叶酸、维生素B₂等营养素的蔬菜,如芥蓝、绿菜花、苋菜等绿叶蔬菜。同时,可以选择菇类蔬菜和鲜豆类蔬菜增加蛋白质的摄入。

○误区二:素食以生冷食物为主
一些素食者认为,蔬菜只有生

吃才有营养价值,热衷于凉拌和沙拉。实际上,蔬菜中的很多营养成分需要添加油脂才能更好地吸收,加热后细胞壁完整性被破坏,吸收率会大幅度提高。

○误区三:吃过多水果但不减少主食

水果中的糖分能量不可忽视,一些素食者除每日三餐之外还会吃大量水果。如果吃半斤以上的水果,就应当相应减少正餐或主食的数量,以达到一天的能量平衡。

那么,如何做到健康素食?专家建议,日常膳食最重要的是达到营养均衡。与正常饮食者一样,素食者也要注意控制膳食总

能量,特别是糖、烹调油的摄入量,尽量把精白米面换成各种粗粮和杂粮。

定量蔬果,每天食用500克以上的蔬菜,多食用富含维生素C的蔬果。摄入富含蛋白质的食物,如豆类、坚果等。避免过多的油和盐,每天油摄入量控制在25-30克,盐的摄入量不要超过6克,少用或者不用味精等含有添加剂的调料。食用海藻、紫菜、海带等,增加维生素B₁₂的摄入量。适量补充含铁、锌、维生素B₁₂和维生素D等复合营养素,避免营养缺乏。

据人民网

健康知识

文明健康 绿色环保 公益广告

大力倡导文明健康 绿色环保生活方式

维护公共卫生 净化美化环境

