

全球首例“定制婴儿”在美诞生

“想要金发碧眼的女婴？我们能办到”，洛杉矶一诊所提供选择婴儿性别及身体特征服务。近日，全球首例基因筛查试管婴儿在美国诞生，这意味着“从父母基因中选出最优基因，培养想要的婴儿”的基因筛查术将更普及。人工完美还是自然选择，人类何去何从？（据央视）

水龙头铅析出普遍 业内对重金属含量说法混乱

近日，水龙头含铅量超标事件成为消费者关注的焦点。市场上大部分水龙头商家对于水龙头基材含铅的情况并不了解，且多数产品也没有明确的重金属含量说明。当前由于缺乏相关强制性标准，各企业在水嘴铅析出限量的执行上，说法也十分混乱。

水暖五金类的产品，除了与消费者生活最接近的水龙头外，还有相匹配的角阀、水管等。实际上，水龙头本身是不存水的，而管道、阀门却长期存水，一旦这些地方有重金属析出，后果并不比水龙头的问题要轻。

据业内人士透露，目前降低水龙头铅含量的方法主要是洗铅，但要全部消除是不可能的，加上水龙头本身会积存一定水，时间长了也会吸附水中的一些重金属。

在实际使用过程中，建议每天早上使用水龙头时，可先放掉隔夜水，再继续使用，减少与身体接触水中的重金属含量。（据新京报）

导读

C02版 夏季如何预防紫外线损伤

C03版 “冬病夏治”正当时

C04版 干细胞：人类的健康“银行”



扫描此二维码并点击链接，即刻浏览健康周刊精彩内容。

投稿邮箱：hnhealth@sina.com
广告联系：13976112961

健康观点

7月28日是世界肝炎日，世卫组织确定今年的主题是：“这就是肝炎。了解它，面对它。”而中国的主题是：“认识肝炎，科学防治”。海南是热带岛屿，属肝炎高发地区，肝癌的肿瘤死亡率和发病率居于首位。许多人不了解肝炎带来的危害，更不懂得如何预防肝炎。为此，记者采访了我省的有关医学专家，肝炎到底会给健康带来哪些危害？

预防

肝病从生活细节抓起

不良的卫生习惯及嗜好烟、酒，吃发霉食物等，都是诱发肝病的原因

浙江等沿海地区是乙肝高发区域，特别是海南，天气潮湿，适合乙肝病毒的滋生、传播。在内地干燥地区，乙肝的发病相对减少，肝癌的发生也会减少。肝癌患者中89%都合并患有乙肝，即多数是乙肝导致癌变的发生，只有一成多是属于其他因素导致。

他说，肝脏具有分泌胆汁、代谢、凝血、解毒、免疫等多种功能，是人体中非常重要的器官。肝脏一旦生病，就会打乱人体多项生理机能。但是，很多肝病都不具有明显的症状，患者如果不注意，就有可能忽略，最后酿成大病。

病毒性肝炎分为五型，即甲型、乙型、丙型、丁型及戊型。其中甲型、戊型肝炎是经肠道传染，肝炎病毒随病人或健康带者的粪便排出，当人们饮用或食用肝炎病毒污染的饮水或食物后，即可导致人体发病。目前的医学发现，通常能导致肝癌的疾病是乙肝和丙肝。

郑进方表示，多个流行病学调查结果表明，乙肝是最为常见的肝炎，且多发于沿海、高温等地区。比如东南亚地区，中国的沿海省市都是高发区，而海南是重中之重。

肝癌居海南所有肿瘤发病首位。除乙肝和丙肝外，不良的卫生习惯，嗜烟、酒等不良嗜好，发霉食物以及环境等，都是诱发肝病的原因。相对而言，男性比女性更易患肝病。调查发现，肝病高危人群男女性别比为3.7:1；低危人群男女性别比约为2.4:1；肝癌高发区男女性别比约为3—4:1。

不安全注射 易感染乙肝病毒

“乙肝主要通过血液、体液传播，因此要注意接种乙肝疫苗，尤其母亲是乙肝病毒携带者的新生儿，注射乙肝疫苗可以大大降低感染的几率。已感染乙肝病毒的患者，建议半年体检一次，尽量做到肝癌早发现早治疗。”郑进方说。

郑进方透露，前些年，在我省的一个乡村，全家7个孩子都感染了乙肝病毒，而父母却没有感染。初步调查显示，是由于乡村卫生院给婴儿打防疫针的时候没有做到“一人一针一管一消毒”，造成了大面积的病毒交叉感染。

据介绍，海南很多乙肝感染者除了通过母亲在分娩时传播给新生儿以外，主要还是因为接受了不安全的注射、手术、注射吸毒而感染了乙肝病毒。郑进方呼吁，确保安全注射，提倡使用合格的自毁型或一次性注射器，预防乙肝病毒大面积传播。

接受治疗或疫苗接种群众和儿童家长，要提高自我保护意识，监督医务人员是否使用的是一支全新的注射器或手术器具，如使用的是只换针头不换针管，或使用包装破损、来历不明的注射器等刀、具，应拒绝使用。发现情况严重的不安全

注射现象，应立即向当地或省级卫生行政部门报告。

肝病具有较强的传染性

有的人得了肝病后，认为不是大病，就掉以轻心。对自己的病情不管不问，不去检查和治疗。因为他们不了解肝病会给大家带来什么样的危害，只有了解了肝病的危害，才会对肝病加以重视。

郑进方说，第一，肝病具有较强的传染性。乙型肝炎病毒是可以随着病人排出体外的各种体液传染给其他健康人，在病人尿液、唾液、乳汁、羊水中可以分离出肝炎病毒，正常人接触这些分泌物，通过血液或溃疡面极易感染。第二，肝病具有一定的突发性。肝炎病毒侵入人体后，具有一定的潜伏期，当外界条件成熟，可突然爆发，而且具有不可抑制性。第三，肝病具有难治愈性。现在肝炎制剂市场品种繁多，但是患者使用后有明显效果的很少，主要是因为治疗乙肝是要正规系统化的治疗，抗病毒无法从根本上阻断乙肝病毒的复制程序，最多只能起到一个抑制的作用。第四，肝病具有一定的家族聚集性。在有乙肝病史的家庭内得病概率比普通家庭多25.2%，我国患乙肝的幼儿中有22%—50%的母体通过胎盘或产道传染给胎儿的垂直传染，已成为攻克肝炎的一项世界性难题。第五，肝病具有恶性性。乙肝病毒携带者如果治疗不及时将有31.6%—60.1%转化成慢性肝炎，20.8%—56.3%的慢性肝炎患者将恶化成肝硬化、肝腹水，16.5%—51.1%的肝硬化患者将癌变。

新生儿要接种乙肝疫苗

当前社会上对乙肝病毒携带者有一种恐惧感，“谈肝色变”。郑进方表示，其实乙肝病毒携带者并不是乙肝病人，在工作和生活能力上与一般健康人没有区别，在日常生活、工作、学习和社会活动中不会对周围人群或环境构成威胁。他们在升学、就业、婚姻、社会活动方面均不应受限制，更不能歧视。

乙肝与其他呼吸道、消化道传染病有很大的区别。乙肝病毒主要是通过血液传播，不会通过空气、食物、水、一般生活接触和母乳喂养传播。大家要正确认识乙肝病人和乙肝病毒携带者，没有必要“谈肝色变”，也没必要恐惧和歧视乙肝病人和乙肝病毒携带者，只要健康人群及时接种3针乙肝疫苗就可以有效地预防乙肝。

此外，母亲应爱护自己的孩子，保证所有新出生的儿童在24小时内接种上第一针乙肝疫苗，并确保3针全程接种。其他没有接种过乙肝疫苗的所有人群，应提高自我保护意识，主动自费接种乙肝疫苗，使自己免受乙肝病毒的侵袭。



能力很强，在60℃的水中，可以存活一个小时，即使经过10多个小时，也有一部分被杀死。人食用了这种半生不熟的食物或温水就可能感染。而当水、食物被加热到100℃时，只要一分钟左右就可以将其中的甲型肝炎病毒全部杀死。

预防甲型肝炎其实很简单，不喝生水、不生吃食物，尤其是海产类食物如蚌、蚝等，就可以预防甲肝侵袭。

一项欧洲最新研究表明，即使空气污染处于较低水平，哪怕在欧盟标准之内，长期处于颗粒物空气污染环境也会增加人们罹患肺癌的风险。

瑞典卡罗林斯卡医学院在一份公报中称，该医学院和欧洲其他国家科研机构的研究人员对涉及欧洲9国31.3万人的追踪调查结果进行了分析，这些人在13年中有2095人患了肺癌。通过对调查对象生活环境的可吸入颗粒物PM2.5和PM10浓度进行估测发现，患肺癌风险与长期吸入空气中的可吸入颗粒物浓度成正比。在研究中，研究人员建立了数据模型，排除了吸烟、体重以及职业等因素对研究结果的影响。

分析表明，每立方米空气中PM2.5每增加5微克，患肺癌的风险增加18%；每立方米空气中PM10每增加10微克，患肺癌特别是肺腺癌的风险增加22%。即使可吸入颗粒物浓度低于欧盟标准时也是如此。欧盟规定的PM2.5和PM10最高限值分别为年均浓度每立方米25微克和40微克。研究人员说，他们发现没有一个绝对无风险的安全值。（大河）

专家提醒，如发现上述肝炎症状时，应及时到医院检查，以免耽误病情。

健康提醒

远离传染性肝炎

预防有招：饭前便后洗手 勿食生冷食物 生活规律不生气

■ 本报记者 王黎刚

春季是肝炎的高发季节，但夏季也不能掉以轻心。日常生活中应该注意饮食卫生和良好习惯，避免酗酒，远离肝炎的威胁。

海南杏林医院院长林锋表示，夏季气温高且潮湿，暑气难耐，是多种传染性疾病的流行高发季节，这其中包括，经肠道传播的病毒性肝炎——甲肝和戊肝。夏季，人们经常游泳、吃大排档，这大大增加了感染肝炎病毒的机会。

对此，应该养成良好的生活方式，注意饮食健康和自身的健康习惯，防止病从口入，注意饭前便后要洗手，勿食生冷食物。尤其注意切勿大量饮酒，夏季人们酷爱饮用啤酒，以为啤酒对肝脏伤害小，

其实不然。无论白酒还是啤酒，其所含的酒精都会对肝脏造成负担，长期大量饮用，容易引起酒精性肝炎。正所谓小酌怡情，大饮伤身，切不可因为消暑而无节制饮酒，一旦引发酒精性肝炎，则为时晚矣。

甲型肝炎是一种传染性很强的传染病，且危害很大。患上甲肝也很难治愈。预防甲肝一定要注意个人卫生。

林锋说，勤换衣服勤洗澡，勤晒被褥。特别是加强饮食卫生，如外面买回来的肉类和熟食，必须加热后再吃。不喝生水，饭前便后洗手，预防病从口入。生活规律，情绪愉快乐观，不生气发怒；适当活动，如散步、打太极拳、跳迪斯科舞等，以利于新陈代谢，增强体质，提高机体非特异性免疫功能。

40岁以上的人应该检测甲肝抗体

水平，低者应该接受免疫球蛋白预防注射。中老年人平时应采取保护措施，讲究平衡膳食和劳逸结合，慎用对肝脏有损害的药物，如四环素族抗生素、辛可芬及长效磺胺等。同时要戒烟、不喝烈性酒，以保护肝脏功能，提高肝脏的抗病能力。

甲肝主要是通过消化道传染，与甲肝患者密切接触，共享餐具、茶杯、牙具等，吃了肝炎病毒污染的食品和水，都可以受到传染。如果水源被甲肝病人或大便或其它排泄物污染，往往可以引起甲肝爆发流行。

大部分的肝炎患者都是由于不小心吃了一些被甲型肝炎病毒污染的水、生冷食物，或者是没有煮熟的海产如贝类、蚌等海鲜。甲型肝炎病毒的存在

之间的相互传染。乙、丙型肝炎可转为慢性，并可能演变为肝硬化甚至肝癌。

二、非肝炎病毒感染：如巨细胞病毒、EB病毒感染后所致的肝脏损害，预后良好。

三、酒精性肝损害：大量和长期喝酒，肝脏负担过重，会导致肝细胞损伤，发生肝细胞的坏死和炎症。

四、药物性肝损害：此型肝炎与药物有关。药物引起的肝损害有两种情况：一种是药物的毒性作用，如多种抗癌药可能直接或间接损伤肝细胞。另一种是与病人的特异性体质有关，也就是说，某一类人用某种药后会发生肝损害，发生率较低，但无法预测。有青

肝炎分为5大类

■ 本报记者 王黎刚

海南杏林医院院长林锋表示，肝炎分为五大类，不同肝炎的症状表现各不相同。

一、病毒性肝炎：最常见也是危害最大的一类肝炎，传染性强。引起肝炎的病毒主要有甲、乙、丙、丁、戊五型。甲型和戊型肝炎病毒通过肠道传染，病毒污染水源或食物后可形成大流行，不过不会发展为慢性，也不会引起肝硬化，并且患病后有终身免疫力。乙、丙、丁型病毒性肝炎均通过血液传播，少数也可因密切接触病人的唾液、精液、乳汁等感染，如夫妻之间、母婴

健康资讯

海南现代妇婴医院获 JCI 国际认证

本报讯（记者 卓兰花）7月25日，我省首家通过 JCI 国际认证医院揭牌活动在海南现代妇婴医院举行，该院成为全国第26家 JCI 国际认证医院，为海南打造国际旅游岛提供高品质医疗服务添彩。

据介绍，JCI 标准是世界公认的医疗服务标准，代表了医院服务和医院管理的最高水平，也是世界卫生组织认可的认证模式。JCI 标准涵盖368个，主要针对医疗、护理过程中最重要的环节，同时也重视公共设施及安全管理、员工资格与培训、质量改进、医院领导层的协调合作以及信息管理。

医院通过 JCI 认证后将带来什么好处？海南现代妇婴医院叶琳院长表示，JCI 标准的应用，院内工作和沟通将变得更加顺畅，为全院职工创造良好的工作平台。通过 JCI 标准认证，意味着院内整体的医疗体系将会更加规范和高效，病人可以获得系统化、国际化品质的安全医疗保障，这也是病人能够看到和感受到的，患者的满意度也会大大提高。

据悉，JCI 是国际医疗卫生机构认证联合委员会用于对美国以外的全球医疗机构进行认证的评鉴组织，总部设在美国芝加哥。JCI 的核心目标是“以病人安全为中心，持续改进医疗安全质量”，每3年要重新审核一次，达不到要求的医院将被取消 JCI 认证资格。

国产艾滋病疫苗进入二期临床实验

“目前我国自主知识产权的艾滋病疫苗已进入二期临床实验。”北京佑安医院院长李宁日前做客城市服务管理广播“市民对话一把手”时透露，我国正在研制自主创新的艾滋病预防疫苗，佑安医院承担着这一国家重大研究课题，在通过第三阶段验证后即可临床使用。

李宁强调，目前国际上已有生物治疗、细胞治疗、基因治疗等艾滋病治愈的个案报道，这些都说明艾滋病是可防可控可治的。随着医学科技进步，新药品和新治疗方法不断产生，根据病人不同的发病时间和发病状况，艾滋病治疗已有六大类30多种抗病毒药物。

李宁介绍，进入临床实验后，随着研究的深入，目前已经开始临床第二阶段的实验，主要进行疫苗有效性和安全性的实验。国产艾滋病疫苗从去年8月进行临床实验，这个过程中往往一个小的阶段性实验就要90多周的观察。因此更多的是需要等待。他表示，如果顺利，试验阶段能在3至5年左右的时间里完成。（据人民日报）

研究称风雨天更易头痛

据美国“福克斯新闻网”7月6日报道，美国《健康》杂志最新载文称，偏头痛和天气关系密切。

美国俄亥俄大学和密苏里大学研究人员发现，有闪电的天气，偏头痛发作率更高。大气压和空气湿度等气候因素，可能是偏头痛增加的部分原因，而闪电产生的电磁波可能是诱发偏头痛的罪魁祸首。加拿大阿尔伯塔大学的研究也发现，刮大风是另一种可能诱发偏头痛的天气。研究表明，风速超过每小时23英里（约合37公里）的日子里，偏头痛发作几率明显上升。

另一项研究还发现，总体而言，大约一半的偏头痛患者对气温、湿度和气压等天气因素很敏感。（圣石）

低水平空气污染同样增加肺癌风险

一项欧洲最新研究表明，即使空气污染处于较低水平，哪怕在欧盟标准之内，长期处于颗粒物空气污染环境也会增加人们罹患肺癌的风险。

瑞典卡罗林斯卡医学院在一份公报中称，该医学院和欧洲其他国家科研机构的研究人员对涉及欧洲9国31.3万人的追踪调查结果进行了分析，这些人在13年中有2095人患了肺癌。通过对调查对象生活环境的可吸入颗粒物PM2.5和PM10浓度进行估测发现，患肺癌风险与长期吸入空气中的可吸入颗粒物浓度成正比。在研究中，研究人员建立了数据模型，排除了吸烟、体重以及职业等因素对研究结果的影响。

分析表明，每立方米空气中PM2.5每增加5微克，患肺癌的风险增加18%；每立方米空气中PM10每增加10微克，患肺癌特别是肺腺癌的风险增加22%。即使可吸入颗粒物浓度低于欧盟标准时也是如此。欧盟规定的PM2.5和PM10最高限值分别为年均浓度每立方米25微克和40微克。研究人员说，他们发现没有一个绝对无风险的安全值。（大河）