

科学就在身边 擦亮您的双眼 我们与您同行 共创美好空间

### ■ 热点评说

文·新华社记者 杜宇

## 让病人少跑冤枉路的要求算不算太高？

近日一次有点堵心的就诊经历，如鲠在喉，不吐不快：不知让病人少跑点冤枉路，这样的要求算不算太高？

因为皮肤过敏，记者来到位于5层的河南省人民医院皮肤科就诊，挂的是专家号，整个看病过程不到5分钟，医生给开了3种药，需要到负一楼取药。

记者拿着处方，到了取药窗口时，大夫刷完就诊卡说：“‘安络血’这种药没有。”“那就算了，取其他两种

吧。”记者答：“没法取，需要医生改处方。”听了大夫的话，记者不禁问道：“医生开药时，电脑里就不显示没药吗？”“不知道，快点找医生改处方吧，一会儿就下班了。”大夫答得倒是干脆。

看着后面还有排队的人，记者只好再折回去，又从负一楼到了5楼，找到刚才看病的医生，告诉了缘由。医生一边嘟囔着：“没有显示没药啊”，一边顺手修改了处方，交给记者，就开始给其他病人看病。

拿着改后的处方，记者又从5楼来到负一楼，这才取到了其他两种药。

回想在诊室看病的时间不到5分钟，来来回回取药却花了近20分钟的时间，心里着实有点“堵”。整个过程中，没有任何人对病人表示一点歉意，似乎都是电脑惹的祸。

说句心里话，皮肤过敏这样的病例不影响记者多跑点路。但是，倘若操作他人呢？发着高烧的、腿脚不

便的，就这样一趟趟来回折腾，心里又该如何想？

记者亲属中也有做医生当护士的，闲聊聊起医患之间的冲突，有时真不是多大的事造成的，反而是因为一句话、一个细节造成的隔阂，日积月累，形成信任鸿沟。相反，若是处处为病人着想，服务热情周到，自然也就收获更多信任与理解。

记者更愿意相信，自己的这次经历是个案，是偶然。

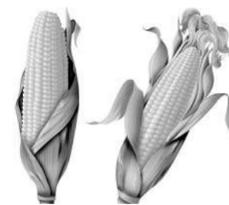
### ■ 健康视窗

#### 蔬果减肥误区

文·荣斌

减重时，除了少吃多动外，许多人认为蔬果含有丰富纤维素，少脂肪及蛋白质，可以无节制食用。但有些蔬果的淀粉质或糖分很高，可能一不小心吃进过多热量，并导致营养摄取不均。

#### 玉米是主食而非蔬菜



许多人会误以为玉米是蔬菜类，但玉米的主要成分是淀粉，容易转化成脂肪储存在体内，且玉米在营养学上算是主食，热量也比一般蔬菜高，想要减重的人不适合多吃。

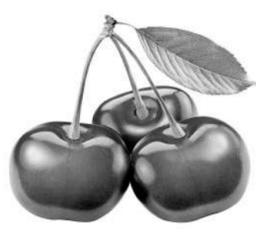
一根玉米的热量约是一碗八分满的白饭，如果吃了玉米，则应同时减少主食类的摄取量。

#### 地瓜含大量糖分淀粉



地瓜含丰富纤维质，能帮助肠胃蠕动，促进排便顺畅，但一份中型地瓜就有半碗饭的热量。一般人常有地瓜养生的观念，也有人吃地瓜餐减肥，但地瓜、马铃薯、芋头等根茎类食物，主成分是淀粉，尤其地瓜含糖量高，加上午后人体新陈代谢率降低，最好避免在傍晚过后吃，且食用时应和平日吃的米饭、面食替换，不应多吃。

#### 樱桃粒小香甜宜控制量



樱桃含丰富维生素和膳食纤维，且单颗樱桃的热量不高。但樱桃颗粒小，吃多才会有饱足感，在吃樱桃时容易不知不觉增加数量，一碗樱桃的热量有71大卡，约是三分之一碗饭的热量。

8颗樱桃的热量就占每天摄取水果分量的一半，如果不想吃进多余热量，建议一天不要吃超过16颗。(一)

# 害人奥美定 久久不愿退出美容“江湖”

文·实习生 李婕

屡次被禁的奥美定再次惹祸。近日，据新华网等媒体报道，解放军455医院整形外科今年以来，已接到十余名女性的求助，要求取出被注射到胸部、脸部、鼻子上的被禁用的奥美定。

国家食品药品监督管理总局10月21日发布警示通知，再次强调，严禁将聚丙烯酰胺水凝胶(俗称“奥美定”)用于医疗美容手术。

### ——新闻缘起——

## 奥美定当作玻尿酸 患者叫苦不迭

9月21日，央视《每周质量报告》报道称，从2006年被禁用之后，俗称“人造脂肪”的奥美定仍作为整容材料冒充玻尿酸。专家表示，这是目前整形美容行业违法成本过低导致的，多部门需从销售源头上把控好，让不具备资质的个人和机构买不到整形美容所需要的各种材料。

随后多家媒体对此事进行了跟踪报道。据报道，一年前，山东的王女士在当地的一家美容院进行了隆鼻手术，没想到鼻子却变硬红肿，时而流脓。她来到正规医院检查后，被告知她隆鼻手术使用的材料不是玻尿酸。

中国整形美容协会民营分会专家判断称，王女士隆鼻手术所使用的所谓玻尿酸，其实是用已经被禁止的材料奥美定假冒的。奥美定发生感染后，使组织非

常质密、坚硬，形成了疤痕挛缩，疤痕牵拉着鼻头发生了严重的变形。

北京同仁医院主任医师张友平说：“我国早就禁用奥美定了，市场上的奥美定都是通过非法渠道获得的。”奥美定，学名聚丙烯酰胺水凝胶，是一种无色透明类似果冻状的液态物质。玻尿酸别看名字很可怕，可它并非酸类，而是一种黏多糖，性质温和无刺激，同时也是最稳定、最易于保存的一种保湿剂。

2006年4月30日，国家食品药品监督管理局撤销了奥美定的医疗器械注册证，全面停止其生产、销售和

使用。酰胺水凝胶是一种化学合成物，构成它的单体有剧毒，而化合物无毒性，但注入到人体内后，会分解产生剧毒。

### ——核心关注——

## 玻尿酸缘何成为美容圣品？

什么才是真正的玻尿酸？它为什么会应用于美容行业？

张友平解释说：“玻尿酸，学名为透明质酸或称醣醛酸，由双糖单位组成的直链高分子多糖，是一种组织中自然存在的物质，玻尿酸是人体真皮组织的成分之一。”自然界中玻尿酸广泛地存在于脊椎动物的结缔组织、粘液组织、眼球之晶状体及某些细菌的荚膜中，在人类皮肤的真皮层中扮演了基质的角色，无论是对组织结构上整体的保养，或是细胞之间的运送，其都具有很重要的功能。

1937年，美国哥伦比亚大学眼科教授迈耶首次从牛眼玻璃体中分离得到了透明质酸。在此后的研究中，科学家发现它是由葡萄糖醛酸和乙酰氨基葡萄糖两种单糖彼此聚合而成的直链大分子多糖。在水溶液中，透明质酸的糖链彼此纵横交联形成网络，使之如同一块海绵，能吸收并保持大量水分。注射型透明质酸在2003年被美国食药局(FDA)批准用于皮肤除皱。

原本玻尿酸只用于保湿作用，已列入除皱整形材料的行列，这种整形技术可以达到除皱与修饰脸部的效果。张友平说：“整容技术很早就有，据传整容手术起源于公元前1500多年的印度‘鼻子复原术’。如

### ——专家提示——

## 女性整形更需谨慎

张友平说：“从医生的角度来讲，我们不建议年轻人做整形手术，因为大自然赋予你的面容就是你的本来面貌，何必非要做一个人造美人呢？现在很多美容

院都会涉及注射整形，但操作很不规范，容易造成感染等不良反应，严重的可能会造成皮肤坏死，所以即便非要进行整形手术，也一定要到正规的三甲医院。”

如今，这项原本用来为先天畸形或后天变形患者解除痛苦的手术，已摇身变为纯粹美学意义上的美容手术。”目前，美容整形外科学会、美容整形外科杂志、美容整形外科学籍在各发达国家纷纷出现，过去不太受重视的美容整形外科，已经成为外科的一个“热门”。但是，整容手术中也出现了许多差强人意的现象，尤其是在最近几年，因整容出现的事件时有发生。

玻尿酸，原来就以胶状形态存在于人体皮肤的真皮组织中，负责储存水分、增加皮肤容积，让皮肤看起来饱满、丰盈、有弹性。但玻尿酸会随着年龄增长而消失，使皮肤失去储水的能力，逐渐变得暗沉、老化，并形成细小的皱纹。而拜生物科技之赐，从脊椎动物的结缔组织，如鸡冠、眼球、脐带、软骨等部位，可以萃取出玻尿酸。过去玻尿酸的来源多萃取自动物身上，如今由人工合成，摒除过敏及感染等问题。但是张友平表示：“天然的玻尿酸和合成的玻尿酸有很大差别，从效果来看，天然的玻尿酸效果可能会更好一些。”

随着科技的发展，玻尿酸已经不只是能注射填充使用了，外用玻尿酸也被研制成功。市面上的很多化妆品上都会写着“含玻尿酸”，由于假冒伪劣产品太多，是否可信以及安全程度很难下定义。”张友平说。

注射玻尿酸美容的作用原理是，将玻尿酸以填充物的方式，注入到真皮褶皱，凹陷或者是想丰满的部位，可以补充流失的玻尿酸减少皱纹，甚至可以填充组织的缺乏，改善脸部的外型与轮廓，达到即刻除皱与改变容貌的效果。玻尿酸的成分更能锁住肌肤中的水分，让肌肤布满弹性和光泽。据介绍，玻尿酸的特征是可以完全降解，所以很安全。注射用玻尿酸效果因人而异，一般一次注射维持时间在8—12个月，医生一般建议第一次注射6—8个月，再补打一次，补打后玻尿酸效果可以维持一年半到两年。

玻尿酸也常被用在女性的隆胸手术当中，但张友平表示，由于大多数玻尿酸是人工合成的，不建议多次注射，尤其是未生育的女性，可能影响比较大，所以一定要慎重。非做不可的话，也要到正规的医院，因为正规医院的玻尿酸都是通过正规渠道进来的，外面的美容机构因为不具备资质可能会给消费者使用劣质产品。

专家指出，奥美定之所以会冒充玻尿酸重出江湖，关键还是目前整形美容行业违法成本过低所导致的。

### ——延伸阅读——

## 欧美对注射美容填充剂的管理有紧有松

美国食药局(FDA)自1981年首次批准牛胶原用于皮肤填充剂至今，已相继批准上市16个皮肤填充剂产品上市，正在临床验证等待批准上市的透明质酸类皮肤填充剂还有不少。在今后几年，美国FDA还会相继批准透明质酸类填充剂上市。

在欧洲，由于注射美容填充剂类产品只需经过CE认证即可在欧洲市场上市。所谓CE认证，即是只限

于产品不危及人类、动物和货物的安全方面的基本安全要求，而不是一般质量要求，CE标志是安全合格标志而非质量合格标志。因此，欧洲上市的注射美容填充剂产品已达标上百种。最近欧洲国家已经对通过CE认证就能上市注射美容产品提出了质疑，呼吁要求能参照美国FDA那样对注射美容填充剂产品严格审批。

同时，消费者也需要加强辨别能力，找到正规的医疗机构，避免受到不应有的伤害。张友平说：“奥美定流入市场，主要问题是进货渠道，冒充玻尿酸的奥美定多是一些地下作坊非法生产的。而且，非正规的美容机构里，给前来美容的人进行注射的人员，也大多没有执业医师资格。所以相关部门应该对包括三甲医院在内的美容科及美容机构进行不定期的检查，并且严查进货渠道。”

食品药品监督管理总局强调，医疗美容机构须遵守《医疗器械监督管理条例》的有关规定，禁止使用未经批准的非法医疗器械用于医疗美容手术。对医疗美容机构使用聚丙烯酰胺水凝胶(注射用)的违法违规行为，食品药品监督管理部门将依据《医疗器械监督管理条例》第四十二条的规定依法查处，对涉嫌犯罪的，依法追究刑事责任。

## 2013年健康传播最佳实践发布

科技日报讯(记者段佳 于春)11月16日，由清华大学发起主办的第八届中国健康传播大会发布2013年健康传播最佳实践。协和医院章蓉娅、中国农业大学范志红、中国疾病预防控制中心中心马冠生当选“健康传播V影响人物”；原铁道部辟谣“高铁辐射致不孕不育”当选“健康语言最佳干预”；此外，大会评出今年“中国十大健康传播热门话题”。

“这项评选的目的是鼓励健康传播领域的正能量，唤起科学、理性和社会公益精神。”清华大学国际传播研究中心科研部部长、健康传播研究所副所长苏靖说。自2003年以来，中心一直对健康领域的话题、人物、谣言

干预等予以传播效果评估。

评估指标包括议程力、影响力、干预力3个一级指标，活跃指数、持续指数、扩散指数、关系指数、科普指数、态度指数、行动指数、动力指数、敏锐指数、情绪指数10个二级指标，以及42个三级指标。经过指标建模、数据挖掘、智能统计和专家校正的研究方法，最终评选出十大健康传播热门话题、健康传播V影响人物和健康语言最佳干预实践。

“当选人物是社交媒体活跃人物，但健康传播领域活跃人物的影响力仍然微薄，粉丝数量远不及明星名人，我们呼吁更多的科学家、医生投身健康科普公益事业。”苏靖说。

研究报告将健康谣言界定为信源模糊、措辞绝对、扩散性强、活跃于舆论场的健康信息。报告指出，有太多的健康谣言无疾而终、莫衷一是、反复出现，主管部门的敏锐度、行动力和干预效果都差强人意。原铁道部辟谣“高铁辐射致不孕不育”当选最佳实践，是对辟除谣言、尊重科学的鼓励与倡导。

转基因、雾霾、H7N9、胶原蛋白、PX、恒天然、镉大米、GSK、大部制、温岭杀医当选今年十大健康传播热门话题。

本次发布由清华大学国际传播研究中心、清华大学智能技术与系统国家重点实验室、源清智库科技有限公司联合完成。

## 新型冠状病毒死亡病例上升至66例

据新华社消息，世界卫生组织11月15日发布公告称，中东呼吸综合征冠状病毒再添两例死亡病例，使全球因感染这种新型冠状病毒死亡的总人数上升到66人。

据介绍，其中一例死亡病例来自阿联酋，阿曼籍。这名75岁男性此前就有潜在的健康

问题，他于10月1日发病，12日入院治疗，11月10日死亡。

此前阿曼向世界卫生组织报告的该国首例新型冠状病毒确诊病例也宣告不治身亡。此外，卡塔尔还向世界卫生组织报告了一例确诊病例，61岁，男性，有潜在健康问题，于11月4

日发病，7日入院治疗。世卫组织说，患者目前病情严重，初步流行病学调查显示他曾和牲畜养殖场有过接触。

自2012年9月至今，世卫组织共收到全球各地报告的新型冠状病毒确诊病例达155例。

## 农村糖尿病患病率上升速度高于城市

据新华社消息，记者11月15日从中国农村地区糖尿病防控论坛获悉，我国农村地区糖尿病患病率8年上升6.6%，上升速度高于城市地区。农村地区糖尿病防控已经成为我国慢病防控工作的重点。

中国疾控中心慢病中心常务副主任王临虹在论坛上介绍，2002年我国成人糖

尿患病率为2.69%，2010年上升至9.7%，而糖尿病知晓率、控制率分别为36.1%和34.7%，反映了我国糖尿病高流行趋势、低水平控制的现状。随着现代化城市化进程加速，农村生活水平改善，机械化种植方式使身体活动远不如前，不合理膳食和不良生活方式导致肥胖、血脂异

常等危险因素增多，加之农村卫生资源及居民知识水平都相对较低，农村地区糖尿病患病率由2002年的1.8%上升至2010年的8.4%。

据介绍，2010年全球糖尿病总患病率为6.4%，共计2.85亿患者；预计到2030年患病率将攀升至7.7%，达到4.39亿患者。

## 河南区域医疗协同共享平台将进一步完善

科技日报讯(刘可 记者段佳)郑州大学第一附属医院将携手北京万方数据有限公司，计划未来5年逐步完成河南省远程医学中心区域医疗协同共享平台的建设和完善。

郑州大学第一附属医院是河南省最大的集医疗、教学、科研、预防、保健、康复为一体的三甲医院，于1996年率先建设河南省远程医学中心区域医疗协同共享平台。该平台可开展远程会诊、双向会诊、远程手术指导、远程培训、数字资源共享等多种服务。通过远程PACS、病理、心电联合会诊中心、实现远程影像、心电、病理等诊断，

并实现心电图的村卫生室、乡镇卫生院、县级医院和郑大一附院的四级联合会诊，使偏远地区的病人也能得到省城大医院医生更专业、更有效、更优质的诊疗服务。

目前，区域医疗协同共享平台在硬件网络及基础软件布局已基本完成，郑大一附院将携手万方数据，在未来5年逐步完成内容资源建设等信息服务的软实力布局，重点是基础学术资源数据库及共享平台、远程教育以及科研协同平台建设。平台的进一步建设和完善，是希望助力区域医疗的知识资源实现共享，提升医院的临床科研能力，提高协作医院医护人员的专业素质，探索可持续发展的远程医疗服务模式。

未来投入使用的平台将成为集远程医疗服务、远程教育、协同科研、应急防控系统与在线患者服务5大功能于一体的综合性区域医疗协同共享平台。按规划，第一年建成并运营基础学术资源共享平台、基本建成科研学术资源仓储平台、河南省医护人员远程教育平台、第二年建成河南省远程医学中心知识共享与服务平台，并启动运营；第三年建成河南省公众健康信息服务平台、基础学术资源共享平台正式推广至50家区县医院。