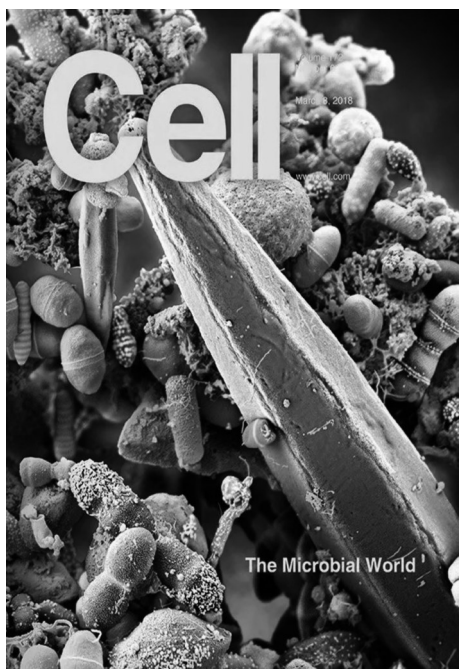


高福院士在《细胞》杂志上发表文章呼吁——

控制传染病需持续监测与基础研究



3月8日，中国疾病预防控制中心主任、中国科学院微生物研究所高福院士在国际顶级杂志《Cell》(细胞)上发表题为“From ‘A’ IV to ‘Z’ IKV: Attacks from Emerging and Re-emerging Pathogens”的评论文章，系统地评述了全球新发突发传染病形势及应对策略。

该文对于新发突发病原进行了历史性回顾，尤其开篇从今年流感流行、纪念1918大流行100年作为切入点，然后延伸到包括中东呼吸综合征(MERS)、埃博拉在内的新发突发传染病，还重点介绍了发现很早，但是直到最近几年才对人引起严重感染的寨卡。高福院士巧妙地用了从A(禽流感)到Z(寨

卡)这样的题目，既体现了新发再发病毒的不断涌现及爆发的不确定性，又预示了人类最终能战胜病毒，莫非A到Z 26个英文字母结束了，病毒没有了？

在对抗这些新发突发病原的研究和防控过程中，我国科学家近年来在传染病防控领域取得了骄人成绩，体现出我国基础研究和防控队伍的不断壮大以及大国的责任和担当。最后，高福院士提出，控制传染病的两个重要要素：持续监测与基础研究。病毒传播是没有国界的，因此必须开展国际合作。高福院士呼吁全球的科学家、临床医生及公共卫生专家等一起来攻克新发突发病原，并着重介绍了即将全面启动的全球病毒组计划(Global Virome Project, GVP)、建

立非洲CDC网络等战略部署，将对新发突发病原发起“主动出击、全面出击”，主动鉴定出病毒威胁，并采取必要的措施来预防下一次的大流行病。

此外，高福院士对由世界银行、世界卫生组织以及日本和德国政府

共同发起的流行病应急融资基金(PEF)，以及由挪威政府、比尔和梅林达·盖茨基金会、惠康信托基金会和世界经济论坛共同建立的流行病预防创新联盟(CEPI)给予高度评价。这类创新的全球性融资机制，将有效保护全世界免遭致命

性流行病影响，并加速疫苗研发进程。人类需要不断认知病原。高福院士指出对病毒的致病性、跨种传播等深入的基础研究是传染病有效防控的根本，也亟待更多的关注和基金资助。(中国科学院微生物研究所供稿)

中国病毒学会理事长郭德银对高福院士的评论文章给予了充分肯定。他指出，在1918年“西班牙流感”大流行爆发100周年之际，高福院士应邀为国际顶级学术期刊《细胞》撰写评述文章，回顾并展望新发再发病原的影响以及应对措施。文章虽然篇幅不长，但高屋建瓴，视野宽广，信息丰富，重点突出。文章内容构思巧妙，题目“从A(禽流感)到Z(寨卡)”寓意深长，一是说明新发突发病毒的多样性和复杂性，二是意指对病原监测到完全控制病原的期望。文章首先重点

介绍目前正在流行并不断新发再发的流感病毒的起因、危害和防控措施，然后依次介绍SARS和MERS冠状病毒、埃博拉病毒、寨卡病毒等的历史与现状，强调了活禽市场关闭、新技术应用(如高通量基因组测序)、国内外合作、早期检测与持续监测、尤其是基础研究在防控新发突发病毒方面的重要性。文章也提到SARS之后中国已经建立起高效的病原监测与防控体系。该文对于我国从事病原学研究和传染病防控的相关人员以及管理部门具有重要参考价值。

两会声音

解决医患纠纷需加强科普和服务

科普时报讯 3月8日，全国人大代表、安徽省芜湖市中医院急诊内科、老年病科主任张荣珍接受媒体采访时呼吁，通过医学知识普及，诊疗过程中多做就医相关知识宣讲等，提高患者对医学的认知度，增加医患的互信互助，齐心协力战胜患共患的“敌

人”——疾病，恢复健康！张荣珍说，当前医患矛盾居高不下的原因很多，除个别医生缺乏职业精神、医疗行为不规范外，从她几十年医护工作经历中感受到，增加患者健康知识的储备，引导患者准确表述疾病，引导患者熟悉就医流程、增加医患依从

性、引导患者树立恰当的康复理念等，对减少医疗纠纷、减少医患矛盾有重要作用。实际诊疗过程中，常常出现患者一方面对自己的健康和疾病一无所知，对诊疗爱盲目做主，一方面不信任医护人员，拒绝按照医生要求治疗，以致耽误治疗，产生不良后果。

因此，在解决医患纠纷方面，张荣珍表示，芜湖法院构建了医疗纠纷多元化解机制，吸纳医学专家作为人民陪审员和人民调解员，拓宽了医疗纠纷解决渠道。但随着几家大型医院设立新院区，建议法院及时调整管辖范围，方便群众诉讼。



求真解惑

洋葱可以杀死感冒病毒？

流言：洋葱具有吸收病菌的作用，在家里放两个两头都切掉的洋葱就能预防流感。

真相：曾有研究人员做过关于洋葱灭菌的相关实验。研究人员采用国家标准中公共场所微生物检验的方法，在一间30平方米的房间内选取五个监测点，然后在房间里放置洋葱，再对五个监测点的菌落数进行数量变化。实验人员准备了3个洋葱，按照网上的说法，切掉两头，放置于房间不同的位置。

结果显示，洋葱搁置后的头24小时时间里，5个监测点的平均菌落数并没有降低，反而略有提升，48小时后，房间内的菌落数才和没放置洋葱时的菌落数相等。由此可见，洋葱并没有减少房间内的细菌数量。

很多人认为洋葱可以杀菌，是因为洋葱中含有有机硫化物，如果每天吃一些，对呼吸道、肠道里面的细菌的确会有一些的抑制作用。但是房间里面放置洋葱，杀菌的作用微乎其微。况且很多流感是因为病毒感染造成的，而洋葱对病毒是没有抑制作用的。

自来水蒸食物会致癌？

流言：用锅蒸煮东西时，一定要用开水或是过滤过的水。因为自来水中含氯，经过加热后，由于锅盖是盖着的，氯被全部包在食物上，有致癌的危险。

真相：该文中所说的自来水中的氯致癌是个先入为主的误导概念。

自来水中的氯添加相当低。目前，世界卫生组织对自来水余氯标准允许含量为5mg/L。我国饮用水中消毒剂常规指标要求，出厂水的余氯含量最低不能低于0.05mg/L，最高上限为4mg/L。根据媒体此前报道，目前北京各水厂出厂水每升水中的余氯含量在0.4至0.8毫克之间，通过管网的输送，到用户家中时都会有一定消减，基本可以忽略不计。

国际癌症研究中心(IARC)在“致癌分类”中，把氯分为“第三类”，跟咖啡因同级，意为“目前尚无足够资料来确定该物质是否为人类致癌物”。如果吞下少量含氯漂白剂，会刺激食道、口腔、喉咙导致呕吐。不过自来水中的余氯远远达不到那个剂量。

另外，文中所说氯会被锅盖遮挡，包裹在食物上，这也不可能发生。首先是前面说过水中氯含量非常低，一锅水远达不到低毒的剂量。况且，在蒸煮东西时，水中极微量的氯也会主要分解成氯离子、氯酸根和氧气。前两者不会挥发，后者不会影响健康，更不可能形成包裹物。这一分解过程有没有锅盖的遮挡都会发生，所谓水开之前务必要把锅盖打开的好心提醒只是多此一举。

(蝌蚪五线谱、北京科技报、北京晚报、上海网络辟谣等单位共同发布)



食品标签的门道

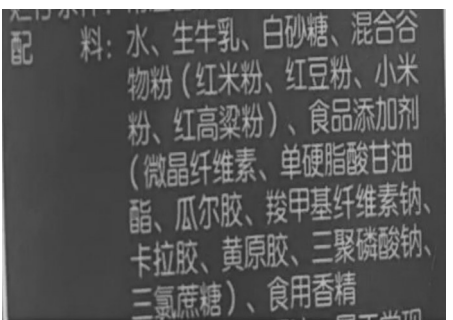
云无心

食品包装是消费者了解食品最直接的渠道。对于预包装食品，国家标准对营养标签、配料表等内容作出了统一的规定。厂家必须按照规定如实、完整地标注，既不能隐瞒，也不能乱标。

不过，这并不意味着厂家就没有操作的空间。比如有一款谷物牛奶饮料，营养标签上显示蛋白质3.3克，脂肪4.2克，成分跟牛奶差不多，而且是添加了谷物的“牛奶饮品”，似乎营养价值“比牛奶还高”。显然，这种印象是错误的。

首先，营养标签上的营养成分含量是按“每份”算的，一份是250毫升，也就是一盒。通常的营养标签是按100克或者100毫升来算的，比如牛奶营养标签上的“3克蛋白、4克脂肪”就是指100毫升中的含量。也就是说，这个“牛奶饮品”中的蛋白质和脂肪含量，远远低于牛奶。

其次，来分析这款产品中都含有什么。它的配料表如下：



前四位依次是水、牛奶、白砂糖和谷物粉(红米粉、红豆粉、小米粉、红高粱粉)、食品添加剂(微晶纤维素、单硬脂酸甘油酯、瓜尔胶、羧甲基纤维素钠、卡拉胶、黄原胶、三聚磷酸钠、二氢蔗糖)、食用香精。

需要注意的是，这些数字是250毫升中的量。如果按照通常的100毫升为单位来标注，那么它的营养标签数字是：蛋白质1.3克、脂肪1.7克、碳水化合物7.2克(其中3克以上是添加的白砂糖)、热量210千焦。相应的，牛奶的一般数字是：蛋白质3.2克、脂肪3.3克、碳水化合物5克、热量250千焦。两相比较，牛奶还是要优越一些。

(作者系食品工程博士、食品行业资深研发人员)

时间是一片海，愿大家从容

李骏虎

心灵驿站

在尚未走远的这个冬季里，我比过去的任何一个冬天都渴望去南方住几天，让身心在温暖的气息和绿色的海洋里浸润松弛一番，我知道这种冲动不比草木更高尚，不过是万物众生共有的对春天的本能萌动。

早在去年秋天以来，我同样比过去的任何一个年份都渴望能有几个月的创作假，来完成已经烂熟于胸的新长篇的写作，这种翻滚的创作激情，跟去南方的渴望一样，都不是心血来潮和迫不及待的，相反，它只在心底隐隐萌动，不时潜流涌动，让我感受到强大而持久的力量。然而，年关将近，也只是在微信朋友圈里看看朋友们晒出去深圳或者三亚的照片，失神地身临其境一番，而创作计划的搁浅就没有这么诗意和超然了；又是一年过去，当新年的钟声敲响的时候，仿佛是时光的警钟在提醒我对光阴的无效使用，紧迫感和急躁的心理成为情绪的主流。

时光是个奇妙的东西，有时候对她的态度是对生命的愉悦体验，而当我们有意识地想合理安排时间的时候，往往意味着她是不够用的。当我们站在时光的当下，回首过往的时候，他就以记忆的形式存在，而当我们展望未来，她又披上了梦想的华彩，所以时间不单单是个人生刻度，她同时也是文学艺术的题



中之义。有的时候，时光依附于一个物件，一件旧家具或者一棵树，不经意地就使我们完成对时光隧道的穿越，重温幸福或者哀伤。记得去年夏天参加中国作协“迎十九大、纪念建军九十周年”采访团，在广东省作协接机的大巴车上，我无意中从车窗外的行道树的高度吸引，就仰望起来，看它树干般硕大洁白的树干和团团簇簇的墨绿色树冠。它们并排站在低矮的灌木丛的树丛外，代表一种高蹈而俯瞰着。高远的天光照得眼睛酸涩，微微生疼，片刻后才会适应。

我有多久没有这样用心地仰望树冠了呢？大概有30年左右了吧。自从我告别那个躺在牛车上的同名少年。琢磨一下，还是很难想清楚，这30年我都仰望什么了呢？我不知道仰望了什么多久，胸中渐渐鼓荡起少年时代乡村生活的幸福。我也不记得多久没有感受过类似的幸福了。5年？10年？或者更久。但我来自北方，并不认得让我重温幸福的这些树叫什么名

早查监控 别让青光眼偷走光明

易可

专家观点

青光眼是全球第二位致盲眼病，目前中国40岁以上人群青光眼患病率为2.3%，致盲率约30%。预计到2020年，我国将有2100万的青光眼患者，产生近630万盲人及1000万的视觉残疾人，给患者家庭及社会造成沉重的负担。2018年3月6日是第11个世界青光眼日，3月11日—17日为世界青光眼周，今年的主题是“早查监控 守护光明”。

最大障碍是早期无症状 青光眼是由于眼内压超过巩膜筛板的承受能力，导致筛板扭曲变形，造成从筛孔中穿过的视神经纤维受损、变性，最终导致视神经萎缩和视野缺损，甚至失明，是一种不可逆性致盲眼病。

山东中医药大学附属眼科医院青光眼专家杜秀娟副主任表示，青

光线是一种发病极其隐匿的疾病，最大的障碍是早期无症状。青光眼主要分为原发性青光眼、继发性青光眼和先天性青光眼，其中原发性青光眼分为开角型青光眼和闭角型青光眼。慢性闭角型青光眼患者常见的症状为在下午和傍晚的时候视力模糊；眼球有胀痛；看近物眼睛易疲劳等，一般经休息或睡眠后自行消失。急性青光眼与之不同，可在短时间内视力迅速下降，甚至伴有呕吐、头痛等症状，有的患者误以为是感冒或急性肠胃炎。而开角型青光眼患者的角膜及虹膜之间的夹角是保持分开，发病隐蔽，早期完全没有症状。

青光眼不是老年人的专利 近年来，越来越多的年轻人被诊断为青光眼。这个一直被认为是老年人专属的眼病，现如今也开始追赶年轻态了。有数据显示，长期每天面对电脑9小时或以上者，患上青光眼的几率是中、低量使用者的两倍。尤其是在昏暗的灯光下看

电脑显示器，眼压会明显升高，容易导致青光眼。青少年进行性近视度数加深的、角膜厚度偏薄的，可能是青光眼的早期变化。

杜秀娟表示，根据青光眼危险性和遗传性，可将患者分为三个危险级别：一级危险人群：40岁以上的中老年人。有青光眼家族史或一只眼已患有青光眼，同时从来没有带过眼镜的远视患者，性格上出现明显的极端化，常出现头疼、雾视现象等。这类人群患有青光眼的比例较高。二级危险人群：有青光眼家族史，年龄在35岁左右，但眼压波动幅度较大，视力不明原因的下降，视野逐渐变窄。三级危险人群：无青光眼家族史，年龄较小，但看东西时色彩对比度下降，伴有眼胀者。此时出现这种状况，属于青光眼的早期。

有双“大眼睛”的婴儿可能是青光眼。如果婴儿有一双“水汪汪的大眼睛”，但有怕光、流泪、喜揉眼、眼睑痉挛、易哭闹、饮食差

或呕吐等症状，就有可能患了先天性青光眼，这双大眼睛就可能是由于眼压过高造成的眼球扩张、变大。

及早发现方能对症治疗 上海市眼病防治中心主任医师葛玲建议，当出现眼睛酸胀、有疼痛感；看发物体时周围会出现彩虹似的光环；眼球变硬，缺乏活力与弹性；近视度数不断加深、视力进行性下降、视野缺损等状况时，应该及时到医院明确诊断。40岁时应该进行一次全面的青光眼检查，40岁以后每隔2-3年检查一次，60岁以后每隔1-2年检查一次。

陆军军医大学新桥医院眼科教授梁娟提醒，平时看手机的距离应限定在30厘米左右，同时保持充足的光线，时间也不能太长，每隔1小时要休息10分钟左右。青光眼患者

不仅仅是眼压升高、视力下降等问题，全身也会有相应的变化，比如容易疲劳、偏头痛、顽固性失眠症等，情绪也会变得焦虑及烦躁。

专家建议在日常生活中要学会自我测试单眼视力的好坏，即遮住一只眼，看看另一只眼是否能看清，如果用余光看到的视野范围是否一如往常。平时自查眼球硬度，将双手轻压眼球，感觉眼球的硬度，如果一侧眼球的硬度比另一侧眼球硬度大，就要引起注意。

目前，治疗青光眼的方法主要有药物治疗、激光治疗和手术治疗。这些方法各有优势，分别适用于不同类型的患者。



不仅仅是眼压升高、视力下降等问题，全身也会有相应的变化，比如容易疲劳、偏头痛、顽固性失眠症等，情绪也会变得焦虑及烦躁。专家建议在日常生活中要学会自我测试单眼视力的好坏，即遮住一只眼，看看另一只眼是否能看清，如果用余光看到的视野范围是否一如往常。平时自查眼球硬度，将双手轻压眼球，感觉眼球的硬度，如果一侧眼球的硬度比另一侧眼球硬度大，就要引起注意。目前，治疗青光眼的方法主要有药物治疗、激光治疗和手术治疗。这些方法各有优势，分别适用于不同类型的患者。