



本报讯（记者 金恒）昨天下午，新民健康大讲堂来到黄浦区淮海中路街道社区文化活动中心，为百余位社区居民带来了贴近时令的“漫谈冬病夏治”健康话题，两位受邀的西医、中医专家，分别就常见冬病的认识、预防和治疗等问题与市民们热烈互动。

中华医学会上海儿科呼吸学组委员、复旦大学附属儿科医院呼吸科主任王立波以“呼吸道过敏和儿童哮喘”为题，介绍了这类最常见的儿童慢性呼吸道疾病，从西医的角度帮助市民认识了哮喘的诱因、症状和治疗等问题，同时指出夏季是哮喘的少发时节，用药较少，正好以中医中药辅治治疗，起到互补作用。随后，中华中医儿科学会委员、上海中医药大学附属曙光医院儿科主任医师朱盛国围绕“冬病夏治”的主题，介绍了穴位敷贴疗法的机理和方法。

本次新民健康大讲堂由市卫生与计划生育委员会、市体育局和新民晚报社主办，黄浦区淮海中路街道、黄浦区卫生局、市健康教育所和上海东方宣教中心承办，并得到了尚体育发展公司的支持。

相关链接

新民健康大讲堂每月举办一次。每期讲堂的精彩内容将刊登在新民晚报《康健园》专刊上。大讲堂实况将由东方宣教中心全程录制，并派送光碟到各社区文化活动中心，新民网同时上线。

三伏天 冬病夏治正当时

新民健康大讲堂昨邀请中西医专家与市民互动

家有哮喘儿 晒好被子隔天盖

专家释疑哮喘诱因传授生活妙招



王立波（左）和朱盛国（中）漫谈冬病夏治
本报记者 孙中钦 摄

申城昨天下午发布高温红色预警，而在淮海中路街道社区文化中心剧场里，聚集了许多社区居民。说起“冬病夏治”，他们都非常关心，家里的小宝贝患上了哮喘怎么办？家庭怎么清除尘螨？多大的孩子可以敷贴？两位嘉宾从中西医两方面答疑解惑，为他们送去了实用的健康知识。

中西互补治冬病

朱盛国医生介绍说：“像哮喘、慢性咳嗽、鼻炎等呼吸道疾病，还有颈椎病、腰腿痛、关节炎，天一凉就开始找上门来，而夏天这些麻烦就比较少，如果抓住人和自然界阳气升腾的大好时节，用传统方法穴位敷贴、针灸、吃药，能对这些冬病起到预防和缓解的作用。”

王立波医生从西医的角度介绍说，病人对药物往往有抗拒心理。从哮喘发病来讲，夏天是最少的季节，因此也是用药最少或不用药的时候，在西医“休养生息”之时，中医治疗就可以起到互补的作用。

重视室内过敏原

近年来，上海儿童哮喘高发，他们也成了冬病夏治的主要群体之一，王立波医生指出：“大部分哮喘是由过敏引起，尽管有些病人找不到过敏原。”

针对城市儿童哮喘高发的现象，社会上有一种“卫生学说”，也

就是太整洁的环境下，儿童反而容易过敏。王立波解释说，很多房子看似干净了，但实际上室内的过敏原却多了。因为室内过敏原主要是尘螨，环境越好、温度适宜，它们繁殖越快，尘螨广泛存在于被子、地毯、绒毛玩具中，“尘螨的排泄物就会诱发过敏。”

王立波医生特别强调，如果父母都患有哮喘，婴儿遗传的可能性较大，但只要控制过敏原，就不一定会发作。因此，预防哮喘，婴儿出

生的第一年特别关键。

家庭除螨有讲究

那怎么消灭尘螨呢？有的听众在提问时说：“可以用吸尘器把尘螨吸掉吗？”“空气净化器有用吗？”

王立波医生表示：“无论是吸尘器还是空气净化器，对消灭尘螨都没有明显效果，因为尘螨的个头非常小，无法吸走，也无法完全过滤。”不过，56℃以上的高温就能杀死尘螨，所以，在阳光下暴晒可以

有效杀灭尘螨。

然而有市民发现，晒完被子后，孩子往往容易诱发哮喘，这是怎么回事呢？王立波医生解释说，诱发哮喘的是尘螨的排泄物，而不是尘螨本身，就是我们拍打被子时飘出来的“灰尘”，晒完被子后，这些“灰尘”来到表面，飘浮在空气中，就容易诱发哮喘。因此，晒完被子应该在室外拍打干净后再拿回家中，如果是哮喘患者，最好是隔一天再盖。 本报记者 金恒

沪急性肝炎发病率处于历史最低水平

慢性肝炎防治形势仍然严峻

本报讯（首席记者 施捷）本市今年“世界肝炎日”宣传周主题活动之一的“大学乙肝免疫联盟”活动，今天在松江大学城立信会计学院正式启动，首批加盟的学校有同济大学、上海大学、华东理工大学、立信会计学院、东华大学和上海师范大学。

7月28日是第3个“世界肝炎日”。今年“世界肝炎日”的宣传主题是：“这就是肝炎。了解它。面对它。”市卫生计生委、市健康教育所等昨天下午还联合在市医学会礼堂举行健康大讲堂特别专场，邀请市公共卫生临床中心巫善明教授、新华医院范高建教授为市民作专题科普演讲。

据了解，自上世纪90年代以来，本市逐步形成了肝炎三级防治网络和人员梯队，并建立起了完善的肝炎流行病学监测和预防控制体系。经过有效控制，本市近10年以来急性肝炎的发病率呈显著下降趋势，急性肝炎的发病率由2000年的83.41/10万降至2012年的9.66/10万（下降88.42%），处于历史最低水平。然而慢性肝炎的防治形势仍然严峻。据估算本市约有HBV携带者80-100万人、HCV感染者12万人，两者中约20万人将会发展成为慢性肝炎，其中每年约有4000名慢性肝炎患者发展成为肝硬化和肝癌。本市每年用于肝炎和肝病治疗的直接医疗费用高达数十亿元。

目前，本市结合居民健康档案管理和家庭医生制度建设等工作，选择部分区县开展了对慢性肝炎患者的签约管理的试点工作。试点工作以社区卫生服务中心为基础，通过为乙肝和丙肝签约患者免费体检、社区医生

个性化家庭访视、健康教育宣传和消毒指导以及为患者家庭成员提供免费乙肝疫苗接种等服务，降低慢性肝炎转化成为肝硬化和肝癌的可能，并减少家庭内疾病传播。截至目前，黄浦区、徐汇区、长宁区、静安区、普陀区、虹口区、杨浦区、闵行区、浦东新区、松江和崇明等11个试点社区，已完成对1478户慢性肝病患者家庭的调研和慰问，第一阶段完成493名患者的签约管理，并为其中304名慢性肝病患者和161位患者家属提供了免费体检（含：转氨酶、乙肝两对半、乙肝和丙肝病毒和甲胎蛋白等检测）和乙肝疫苗接种服务。

相关链接

本市儿童乙肝疫苗接种率全国领先

本市自上世纪90年代初起，逐步推进乙肝疫苗免疫工程，除对新生儿实行免费接种外，在全国第一个将免费接种人群扩大至18岁人群以下所有人群以及特殊人群（大中专新生、临床医生等），2010年起又按照自愿、免费的原则推广至全市18岁以上的常住成年人群。目前本市儿童的乙肝疫苗全程接种率达到99%以上，在全国处于领先。监测显示本市5岁以下儿童乙肝病毒携带率已由1992年的2.44%降至2006年的0.98%。

上海市经济管理学校首开幸福课程 倡导幸福德育

www.sems.cn

新昂立1号 重磅登陆东方购物

保持肠道年轻态 加固免疫防线

新昂立1号，集交大20年益生菌科研精华，补充人体必须益生菌，清除肠道垃圾，提高肠道排毒能力，助您的肠道充满年轻活力，从而恢复并增强机体免疫力。

项目	新昂立1号益生菌颗粒	老昂立1号口服液
菌源种类升级	具有国际身份的嗜酸乳杆菌+长双歧杆菌	植物乳杆菌及其代谢物
菌量数量升级	每条生产日活菌总数达到200亿个	每毫升生产日活菌1亿个
活性保持升级	常温下保持活性长达2年	开瓶后须冷藏，并在一周内喝完
服用携带升级	独立条装，撕开即可直接口服，服用携带都方便	瓶装液体，开瓶后须冷藏，服用携带较不便
口感体验升级	酸甜的苹果口味，可与果汁、牛奶、温水搅拌均匀饮用	有发酵味，口感较涩

新品登陆 超值优惠

7月27日 11:40 东方购物1套

昂立健康之家 即日推出：
凭指定包装盒，最高享受50元换购活动！

咨询及产品订购热线：4008201001 昂立天猫旗舰店：angli.tmall.com