



不同医院之间能否“一卡通用”？ 国家卫健委：将逐步打通“一院一卡、互不通用”等就医堵点

不同医院之间，能否“一卡通用”？国家卫生健康委规划司司长毛群安7日表示，我国在技术上已经具备了居民在就诊过程中使用任何一种身份证件都能实现“一卡通”的能力，下一步将推动电子健康卡与其他卡、码协同应用，进一步解决“一院一卡、多卡并存、互不通用”等就医的堵点问题。

在国家卫生健康委当天举办的新闻发布会上，毛群安介绍，国家全民健康信息平台已基本建成，省级统筹区域全民健康信息平台不断完善，基本实现了国家、省、市、县平台的联通全覆盖。

据介绍，目前已经有8000多家二级以上公立医院接入区域全民健康信息平台，20个省份超过80%的三级医院已接入省级的全民健康信息平台，25个省份开展了电子健康档案省内共享调阅，17个省份开展了电子病历省内共享调阅，204个地级市开展了检

英国四男子被控盗窃 丘吉尔庄园金马桶



18K金制成的金马桶

(据新华网)

两架国产L-15A亮相迪拜

第18届迪拜航展即将开幕，11月6日，全新涂装的两架国产L-15A抵达阿联酋迪拜，这是与阿联酋成功签约后，该机型首次公开亮相。

当地时间11月6日，由航空工业洪都研制生产的两架L-15A攻击/战斗教练机披新“战袍”越过喀伦昆仑山，于当地时间11时在阿联酋迪拜的阿勒马克图姆国际机场顺利降落。据悉，本次两架参展飞机的涂装，以阿联酋国旗颜色为主色调，并添加了金色。

本届迪拜航展，全新涂装的两架L-15A，一架将参加静态展示，另一架将在迪拜上空进行飞行特技表演。

(图文据央视军事)



湖北襄阳通报“医院贩卖出生证”问题

医院院长已被采取刑事强制措施

11月7日下午，湖北襄阳市卫健委针对媒体反映“襄阳健桥医院公然贩卖出生证婴儿”问题作出情况通报。通报称，6日晚，工作专班进驻涉事医院，连夜询问了相关人员，并封存了相关资料作进一步核查。

目前，涉事医院妇产科已停业整顿，相关责任人已被控制，医院院长已被采取刑事强制措施并接受调查。工作专班已约谈举报者获取了相关材料。相关问题正在进一步调查核实中。

11月6日，有网友举报湖北襄阳健桥医院涉嫌贩卖出生证明，称经过一年多的暗访发现，襄阳健桥医院院长叶某某勾结多地中介团伙，利用社交平台

(据央视新闻)

美方邀请俄罗斯参加APEC峰会

11月11日—17日，俄外交部称，美国当局此前不愿在会议上看到俄罗斯的态度“令人遗憾”。8月中旬有消息称，华盛顿拒绝向俄代表发放APEC参会签证。

俄外交部指出，该事件表明“美方缺乏诚意”且“对多边经济合作持对抗态度，将纯粹的经济论坛政治化”。

上一次APEC领导人非正式会议于去年11月在泰国举行。在会议的最终宣言中，大多数与会者谴责了俄罗斯在乌克兰的军事行动。同时，该文件指出，“也存在其他观点，以及对局势和制裁的不同评估”。

据报道，马特·默里表示，此次会议主办方计划“依照APEC精神和原则，以及美国的法律法规”行事，其中必然“包括考虑制裁”。

美国总统曾于7月表示，不打算邀请俄总统普京参加此次APEC领导人非正式会议。

(据参考消息、财新网)

株洲晚报 文摘·健康 07

许多人认为，牙齿松动了就不能恢复了，只能拔除后镶牙。从医学角度来说，保留自然牙有利于口腔系统的稳定和健康，对于松动的牙齿不要轻易拔除，牙齿松动应查明病因，积极治疗，有的可以重新发挥咀嚼功能。

牙周病引起的牙齿松动，若轻度松动，通过有效的牙周病治疗，多可恢复正常；若中度松动，在治疗牙周病的同时，还应该把松动牙与相邻牙结扎固定在一起，以减轻松动牙的负荷，阻止牙齿松动加重；若重度松动，也就是说牙齿无论上下左右均明显松动，这时多采用拔除患牙的方法，避免加重相邻牙齿不必要的负担。

外伤引起的牙齿松动，若轻度松动，可服用消炎药(螺旋霉素、林可霉素等)，一旦炎症消退，牙齿即可自动恢复稳固状态。

(据《燕赵老年报》)

不同年龄有“最佳步数” 走路请记住“5要5不要”

己的步速。

3.要注意膝、踝关节的姿态

走路除了要抬头挺胸外，膝关节、踝关节的姿态容易被忽略。建议，走路要注意膝关节、踝关节的姿态，有助于保护好膝盖。脚步过大时，脚后跟先着地，很容易出现膝过伸，可能造成脚后跟甚至膝关节的损伤。

此外，不要出现“外八字”“内八字”、膝关节外翻和内扣的姿势。

4.要注意重视鞋子和路线选择

如果运动中出现心慌、胸闷、头痛、头晕、疼痛等不适，须立即停止运动原地休息，如10分钟不缓解需即刻去医院就诊。

5.要注意补充水分

走路锻炼前，可先喝50—100毫升水；走路锻炼过程中或刚走完时，若感觉口渴可补充1—2口水，要小口慢咽，防止因喘息出现呛咳。

◎走路锻炼“5不要”

1.不要上来直接走 在正式运动前必须进行充分的热身活动，时间5—10分钟。

2.走路时间不要太早 老人不宜过早锻炼。过早锻炼可能会诱发疾病，尤其是温差大的秋冬。

3.不要饭后立即走 餐后应休息30分钟至60分钟再去运动，有冠心病者尤应注意。

4.走路不要单着 老年人运动要选择一个安全的运动环境，尤其患有心脏病的老年人忌单独活动，一定要有家人或者朋友陪伴。

5.走路不要背脊

有些老人习惯背手溜达走路，上身重心前移，会形成含胸驼背的体态，不能充分活动身体。

(据《老年生活报》)

每周吃两份红肉 患2型糖尿病的风险更高

究通过对大量受访者数据进行分析，进一步确认这种联系。

研究团队分析了美国几个长期健康研究项目超过21万名参与者的健康数据。在相关项目长达36年的跟踪研究期间，参与者每隔2到4年通过问卷接受饮食等方面评估，超过2.2万名参与者在此期间患上2型糖尿病。

据哈佛大学陈曾熙公共卫生学院日前发布的新闻公报，2型糖尿病发病率近年来在世界范围内迅速上升，情况令人担忧。2型糖尿病本身带来疾病负担外，也是心血管疾病、肾脏病、癌症和痴呆症等疾病的重要风险因素。此前研究已发现红肉摄入与2型糖尿病患病风险之间存在联系，新研

一份加工红肉会导致2型糖尿病患病风险增加46%，而每天多吃一份未加工红肉可使2型糖尿病患病风险增加24%。

研究还发现，用坚果、豆类等植物蛋白或适量乳制品代替红肉，可能降低2型糖尿病患病风险。每天用一份坚果和豆类代替一份红肉可使2型糖尿病患病风险下降30%，用一份乳制品代替一份红肉可使患病风险下降22%。

相关论文已发表在新一期《美国临床营养学杂志》上。

(据新华网)

她活了107岁 秘诀是每天出门走一走

前不久，浙江台州市卫健委公布了全市的百岁老人数量及相关情况，其中最长寿的寿星是107岁的严桂凤。经过多番打听，我得知她生活在温岭市城南镇，于是便专程登门拜访。

严桂凤一生养育了四儿四女。二儿子郑福林介绍，母亲身体很健朗，没有高血压、糖尿病等常见老年病。让我诧异的是，严桂凤虽年事已高，但平时洗衣服、做饭这些活都是自己上手。“母亲非常能干，我们都让她别操劳了，她说不干活的话手要痛。”郑福林这样说。

提及长寿秘诀，严桂凤笑着说：“没啥养生秘诀啊，实在要说的话，每朵出门走一走算不算？”原来，严桂凤喜欢热闹，每天喜欢到处串门、走动。家旁边的学校、老年协会等都是她的活动场所，“每天走动走动，找人聊聊天，既能锻炼筋骨，还能活动脑子”。如今，老人家已是五世同堂，最小的玄孙13岁了。每逢过年过节，全家人聚在一起，思维清晰的严桂凤能一个个叫出晚辈的名字。

(据《快乐老人报》)

入境航班中混进 一只活蝙蝠

近日，北京海关所属首都机场海关在一架入境航班客舱内捕获活体蝙蝠1只。海关关员第一时间排查机组及旅客有无被蝙蝠抓伤、咬伤情况，并监督该航空器进行卫生处理，同时将捕获的蝙蝠送实验室进行种类鉴定和病原体检测。经鉴定，此次捕获的蝙蝠为大棕蝠，为北京口岸首次在入境航空器上截获。

大棕蝠：为蝙蝠科、棕蝠属的动物。大棕蝠体形中等大小，前臂长49毫米—57毫米，体背面毛茶棕色，毛基色较浓。分布遍及亚欧大陆、北非等地。大棕蝠列入世界自然保护联盟(IUCN)2008年濒危物种红色名录。

(据海关发布)

美国国务院警告说，乌克兰局势给与会方带来了大量问题。与此同时，由于对当前形势的评估存在分歧，今年APEC领导人非正式会议的最终宣言或将无法通过。

据报道，马特·默里表示，此次会议主办方计划“依照APEC精神和原则，以及美国的法律法规”行事，其中必然“包括考虑制裁”。

美国官员曾于7月表示，不打算邀请俄总统普京参加此次APEC领导人非正式会议。

受了外伤，该如何急救处理？

冰敷伤口，每次15分钟~20分钟，以减轻肿胀程度。

○刺伤

通常是由皮肤和组织被锐器刺破引起的外伤，伤口可能较小但较深，具体治疗方法如下。

立即将异物从伤口中取出，然后用消毒液对伤口进行消毒。确保伤口干燥，使用无菌纱布或绷带覆盖伤口。若伤口较深或污染，应及时接种破伤风疫苗。

○撕脱伤

这可能导致手套撕脱和大面积皮肤缺损，通常伴有深部组织损伤现象，治疗方法如下。

1.止血 如果伤口出血，需要先进行止血。可以使用纱布轻轻按压伤口，直到停止出血为止。

2.清洁 用冷水冲洗伤口，确保干净，再用酒精或碘酒进行消毒。

3.医疗处理 轻微的撕脱伤，可以在伤口上涂抹一层抗生素软膏，预防感染。

4.覆盖伤口 使用无菌纱布或绷带覆盖伤口时，应保持清洁。定期更换绷带，预防感染。

○挫伤

通常是由于人体撞伤后造成局部组织损伤，治疗方法如下。

3.及时治疗 严重的烫伤需要尽快就医，医生会根据烫伤的程度，及时采取相应的治疗措施。

总之，在面对任何外伤时，一定要谨慎处理。对于严重的外伤，如骨折、深度创伤或大面积烧伤，应立即拨打急救电话或前往医院就诊。

(本报综合)