



湖南医保：

退休人员个人账户可代扣大病保险

12月6日,记者从湖南省医疗保障局获悉,该局联合国家税务总局湖南省税务局已正式印发《关于规范退休人员个人账户代扣职工大病保险费工作的通知》(以下简称《通知》),明确各州市可从个人账户统一代扣退休人员职工大病保险费。退休人员个人账户代扣大病保险费与个人账户发放工作同步进行,按月代扣,代扣标准与职工大病保险筹资标准一致(目前为15元/月)。

《通知》明确,退休人员个人账户代扣本人大病保险费工作由税务部门授权委托医保部门办理,各级税务部门配合。

各州市可从个人账户统一代扣退休人员职工大病保险费。用人单位自愿向参保地医保经办机构统一申

请办理单位退休人员个人账户代扣大病保险费业务。经办机构审核通过后将退休人员大病代扣标识发送税务部门,税务部门不再计算用人单位退休人员大病保险费应缴金额。

原建立了个人账户的灵活就业退休人员(含参照管理的退休人员,下同)统一从其个人账户代扣大病保险费,无需个人申请办理。

《通知》指出,尚未缴纳2023年度大病保险费的灵活就业退休人员,各级医保部门应于12月底前统一为其办理大病保险费代扣并补发2023年度代扣后剩余的个人账户金额。未建立个人账户的灵活就业退休人员大病保险费仍由税务部门负责征收。

(据新湖南客户端)

并不并入争议领土？ 委内瑞拉举行公投

委圭边境争端升温
背后有美国身影



12月6日,外交部发言人汪文斌主持例行记者会。法新社记者提问,委内瑞拉总统马杜罗上周举行公投后称,委方95%的公民支持其对圭亚那大部分领土的主权主张。请问中方是否支持马杜罗总统的主张?中方是否担心委方可能会入侵圭亚那?

“中方一贯尊重各国的主权和领土完整,历来支持委内瑞拉和圭亚那两国通过友好协商,妥善解决边界划分问题,这符合委圭两国人民的利益,也有利于拉美和加勒比地区的稳定、合作与发展。”汪文斌说。



两国争议领土
(埃塞奎博地区)

埃塞奎博地区。

公投结果： 同意并入有争议的领土

据《华盛顿邮报》12月3日报道,委内瑞拉当局3日晚宣布,委内瑞拉人民3日同意了马杜罗政府发起的全民公投,该公投要求对与邻国圭亚那有争议的一块石油和矿产资源丰富的土地宣示主权。

公投向委内瑞拉人提出5个问题,内容主要是决定是否宣布该领土为委内瑞拉的一个州,收复领土并向当地13万居民发放身份证。在靠近圭亚那的边境地区,委内瑞拉已经加强部署兵力。

报道称,委内瑞拉长期以来一直认为,这片领土在一个多世纪前划定边界时被窃取。但是圭亚那认为这次公投是委内瑞拉向吞并该地迈出的一步,投票让圭亚那的居民感到不安。

委圭两国边境争端问题的背后

目前埃塞奎博地区的实际控制权属于圭亚那,但委内瑞拉从未放弃过领土诉求。

今年4月,国际法院曾经声称对委内瑞拉和圭亚那之间的这场争端拥有管辖权。但委内瑞拉方面坚持认为,此事应由两国政府解决。对于圭亚那要求委内瑞拉停止公投的动议,委内瑞拉副总统德尔西·罗德里格斯表示,这是委内内政,圭亚那无权干涉。

12月1日,国际法院对圭亚那政府提出的终止委方公投的申请作出回应,要求委方不要采取改变现状的行动,但没有明确禁止公投。两国都认为这一裁决是对本国立场的支持。

另据美国曼哈顿研究所拉美问题学者丹尼尔·迪·马蒂诺分析,最近两国边境局势之所以升温,主要原因有三点:

1. 旷日持久的争端,将在不久后得到国际法院判决,而结果很可能会支持圭亚那一方。
2. 圭亚那在海岸发现石油,开始允许在有争议的

地区进行钻探。

3. 马杜罗可能会利用这一政治争端来加强对委内瑞拉人民的控制或暂停明年的选举。

但问题是,力挺圭亚那的不仅仅有美国政府,而且还有古巴政府。前者是马杜罗政权的敌人,自不必说。但后者是马杜罗政权的重要盟友。

据俄新社、塔斯社报道,委内瑞拉外长伊万·希尔11月23日说,美南军方司令部试图在委内瑞拉与圭亚那之间有争议的领土上建立军事基地,以加剧地区紧张局势并从该地区掠夺自然资源。

谈及美国,希尔在演讲中说,“我们谴责美国政府关于将(埃塞奎博地区)局势军事化的图谋。美国政府希望通过埃克森美孚公司侵占我们的石油资源,埃克森美孚公司已将圭亚那政府列入交易目录,后者授权在未划定边界的海域开采石油,这一做法违反国际法。不能单方面管理有争议的领土,但圭亚那政府仍坚持采取违法行为。”

(据北京日报客户端、澎湃新闻)

1.3亿年前的雄蚊子也吸血

我国科学家发现已知最古老的蚊子

12月4日,国际知名期刊《当代生物学》在线发表了由中国科学院南京地质古生物研究所黎巴嫩籍研究员丹尼·阿扎领衔的一项最新研究成果——在距今约1.3亿年前的黎巴嫩琥珀中发现了已知最古老的蚊子化石。这项新发现还证明了在蚊科演化的早期阶段,雄性的蚊子也是吸血的,并揭示昆虫的早期吸血行为比我们想象的更为复杂。

雄性蚊子口器退化,一般都是吃“素”的,主要以花蜜为食。雌性蚊子吸血的主要原因是要进行繁殖。早白垩世的黎巴嫩琥珀保存了已知最古老的琥珀生物群。研究人员通过南京古生物所的激光共聚焦显微镜、荧光显微镜等先进科学仪器的仔细观察,发现这两只雄蚊均保存了特有的刺吸式口器;包括呈尖锐三角形的下颚及延长的具有小齿的构造等。

丹尼·阿扎表示,“现今雌蚊具有刺吸式口器用于吸血,而雄蚊口器则只吸食花露。根据此次发现的雄蚊刺吸式口器推测,在1.3亿年前雄蚊也是吸血昆虫。”上述现象可能和被子植物大量出现有关,雄性蚊子就不用冒着“生命危险”去“偷袭”这些大型动物了。

(据扬子晚报)

英国科考船遇上世界最大冰山

12月4日,英国极地考察船“大卫·阿滕伯勒爵士号”与世界上最大冰山相遇。船上的科学家拍下壮观一幕。

这座冰山代号“A23a”,于1986年从南极洲菲尔希纳冰架脱落,但当时并未漂走,而是就地“搁浅”,此后约30年一直留在威德尔海。

这座冰山覆盖约4000平方公里,比3个纽约市还大,自上世纪80年代以来长期保有“世界最大冰山”的称号,只在2017年、2021年等少数时候被其他冰山超过,但那些冰山往往很快缩小、消融,又将榜首位置让给“A23a”。

(据都市快报)

驻日美军军机坠海

8人全部死亡

据日本时事通讯社12月6日报道,美国总统拜登于5日发表声明,称11月29日在日本鹿儿岛县屋久岛附近海域坠毁的“鱼鹰”运输机上的8人已全部死亡,并称美方将继续搜集相关信息,对坠毁原因展开彻底调查。

美军方面5日公布了坠毁的“鱼鹰”运输机上全部8名人员的信息。这8人分别隶属于驻日美军位于东京的横田基地和位于冲绳县的嘉手纳基地。8人年龄在24岁至36岁之间。

截至目前,这8人中,已有6人的遗体被发现,其中3人的遗体已被打捞出海。

(据参考消息)

常见却易被忽略的 各类中毒



在我们日常生活中,可能会遭遇各种潜在的中毒风险。这些中毒源头有时很常见,如家中的清洁产品、常见植物,甚至是我们经常摄入的药物和饮料。然而,由于大众对这些常见物品的了解不足,导致中毒事件时有发生,尤其是在儿童群体中。

碳酸饮料中毒

碳酸饮料中毒可能很多人都未曾听说过,但实际上,过量摄入饮料中含有的咖啡因和糖分确实可能对人体造成危害。

1. 原因

(1)咖啡因摄入量过量:大多数人认为咖啡因只存在于咖啡和茶中,实际上许多碳酸饮料也含有咖啡因。当摄入量过多时,可能导致心率加快、恶心、胸痛、焦虑、失眠等症状。

(2)糖分摄入量过量:现代碳酸饮料中的糖分含量极高,短时间内大量饮用可能导致血糖急剧升高,出现心跳加快、尿频、口渴、头晕等症状。

2. 急救方法

(1)让患者躺下,确保呼吸畅通;过量摄入咖啡因或糖分可能使人突然感到不适,确保他们处于安全和舒适的位置,有助于缓解症状。

(2)为患者提供大量清水:水可以帮助稀释体内的咖啡因和糖分,促进其排泄。

(3)如症状持续,应尽快就医;特别是对于那些有心脏病问题或糖尿病风险的人来说,应立即寻求专业医疗援助。

家用清洁剂中毒

家中的清洁产品通常摆放在易拿的地方,是中毒的常见原因。

1. 原因

(1)误食或误饮:儿童特别容易误将清洁剂当饮料或食物摄入。

(2)皮肤接触:一些清洁剂可能对皮肤有腐蚀性,导致灼伤或过敏反应。

2. 急救方法

(1)如果是摄入,不要为患者催吐:因为这可能会造成更大的伤害,尤其清洁剂是腐蚀性类型的,催吐可能会导致化学品进入肺部。

(2)提供清水漱口:这可以帮助稀释和去除口中的化学品。

(3)如接触皮肤,立即用大量清水冲洗:确保冲洗的时间足够长,以彻底去除化学品。

(4)如果有明显不适,立刻就医:如患者感到胸痛、呼吸困难或头晕时,应立即寻求医疗援助。

药物中毒

在医学领域中,药物中毒是一个经常被提及的议题。随着人们生活水平的提高和

对健康的追求增加,药物的使用也变得日益普遍。但是,误用、过度使用或几种药物间的相互作用可能导致中毒。

1. 原因

(1)非医学用途:在没有医生的建议和指导,有些人尝试过量摄入药物来达到某种“高潮”或“麻痹”的感觉,或用药物作为一种休闲娱乐的方式。

(2)过量摄入:这可能是由于误解说明、剂量错误或故意尝试的结果。尤其是在老年人和儿童中,这种情况较为常见。

(3)使用多种药物:当患者被开多种药物处方时,可能没有充分了解这些药物之间的相互作用,某些药物组合可能增加中毒的风险。

2. 急救方法

(1)保持患者清醒,避免其入睡:某些药物中毒可能导致患者昏迷。要尽量与患者保持沟通,确保其保持意识。

(2)不要让患者催吐:有些药物可能会导致化学烧伤,如果再次被吐出,很容易伤害到食管和嘴巴。除非专业医务人员建议,否则避免这一步骤。

(3)立即拨打急救电话,并提供药物的相关信息:如药物名称、摄入量、时间以及患者出现的症状。

有毒植物中毒

许多看似无害的植物实际上含有对人类有毒的化合物,尤其是某些花园和室内植物。

1. 原因

(1)误食:儿童或宠物可能会误食花园或家里的植物。

(2)皮肤接触:某些植物的汁液或毒素在与皮肤接触时,可能会引起刺激或过敏反应。

2. 急救方法

(1)如果是摄入,让患者漱口,但不要催吐:催吐可能导致更大的伤害,尤其是植物属于腐蚀性或刺激性类型的。

(2)如果接触皮肤,用清水冲洗:这可以帮助去除可能的刺激物质或毒素。

(3)及时就医,并尽可能提供植物的详细信息,如植物的名称和特性等,以帮助医生确定最佳的治疗方法。

中毒事件常常发生在我们意料之外,科学的救治知识和措施是在紧急情况下保护生命的关键。通过对常见中毒原因和其对应的急救方法的了解,我们不仅能够在自己或家人遇到中毒事件时迅速采取措施,还能够日常生活中采取预防措施,减少中毒的风险。如果发现自己或他人可能已经中毒,应尽快联系医疗机构,及时的专业干预能够提供最佳的治疗结果。

(网络综合)

如何预防和改善磨牙？

磨牙症是指人在睡眠或醒着时有无意识的上下牙齿彼此磨动或紧咬的行为。由于牙齿磨动时常伴有“咯吱咯吱”的声音,且多发生在夜间睡眠时,因此又叫“夜磨牙”。人在6岁至13岁都处于替牙期,为适应上下牙齿磨合都会有磨牙现象。但过了替牙期的青少年和成人,若常有磨牙的现象发生,即是一种病态。由于夜磨牙致使牙齿强烈地叩击在一起,又没有食物缓和,造成牙齿表面的牙釉质过分磨损,轻者对冷、热、酸、甜等刺激食物过敏,重者可导致牙床经常出血、发炎、牙齿松动甚至脱落,因此需要引起足够重视。以下为大家介绍磨牙的原因以及如何预防和改善磨牙,希望能对广大患者有所帮助。

磨牙类型

1. 磨牙型 患者常在夜间入睡以后磨牙,就是人们常说的夜磨牙。睡眠时,患者做磨牙或紧咬牙动作,由于牙齿磨动时常伴有“咯吱咯吱”的声音,通常也叫“咬牙”。这种情况下,患者本人多不知晓,常为别人所告知,因影响他人特别是配偶,而比较受到重视。
2. 紧咬型 常有白天注意力集中时不自觉地将牙咬紧,但没有上下牙磨动的现象。
3. 混合型 兼有夜磨牙和白天紧咬牙的现象。

影响因素

1. 心理因素 当大脑长时间处于高度兴奋和紧张状态,患者的各种情绪在睡眠状态下可下意识地表现出来,夜磨牙就是这种表现形式之一。
2. 牙颌因素 包括牙齿畸形、缺牙、牙齿缺损或过长、单侧咀嚼等,可引起咬合障碍。所以在深睡眠时,机体就会增加潜意识的下颌运动,通过摩擦牙齿这一自纠性动作,以求达到咬合平衡。
3. 其他因素 寄生虫、血压波动、缺钙、胃肠功能紊乱、遗传因素等,都有可能引起夜磨牙。概括来说,造成夜里磨牙的原因,一是精神因素,如白天过度兴奋、紧张、愤怒以及神经受了刺激,使得夜间睡觉时精神不能安静而发生磨牙。二是肠里有寄生虫,人在夜晚熟睡时,寄生虫在肠腔里蠕动,使得神经受到了某种刺激,引起神经反射作用。但并非是有寄生虫病的人夜里都磨牙。三是牙齿接触的异常。

注意事项

1. 睡前尽量放松自己,尤其是在入睡前。可以适当做些体操、泡泡热水澡、听听轻音乐等。
2. 避免兴奋性食物以及吸烟,改善睡眠环境。
3. 尽量避免含有咖啡因等饮料或食物,如咖啡、巧克力、可乐等。
4. 多吃些含维生素丰富的食物。
5. 学会缓解压力,放松心情,调整心态。
6. 热敷上下颌,可松弛咬合肌肉,也可减少头痛的机会。
7. 保持正确姿态,弯腰驼背也会导致磨牙。
8. 日常饮食注意补充钙质,定期驱虫。

主要危害

夜间磨牙虽然不像有些疾病危及人的生命,但却给人体健康带来危害。其主要危害有以下个方面:

1. 牙体组织严重磨损 每个牙齿分为三部分,长在牙槽里的是牙根,露在外面的是牙冠,牙根和牙冠之间是牙颈。构成牙齿的主要物质是牙本质,在牙冠部分牙本质的外层有乳白色、坚硬的牙釉质。牙齿中央的腔为牙髓腔,其中充满了牙髓,有丰富的血管和神经。夜里磨牙,上下牙直接接触,不仅力量大,且持续时间较长,造成牙釉质磨损,就会出现对冷、热、酸、甜感到刺激,疼痛不适,甚至牙髓坏死。
2. 牙齿周围组织破坏 夜间磨牙可引起齿龈炎和牙周炎,使牙齿过早地松动脱落。
3. 影响颞下颌关节 由于长期磨牙,不仅对颌关节有影响,严重时还会使整个关节骨质受损。
4. 面痛和头痛 大多数磨牙的患者醒来后,感到下颌酸软或头痛。疼痛也可以发生在咀嚼、咬合、打哈欠或说话的时候。
5. 造成精神负担 磨牙会对人造成一定的精神负担。

改善方法

1. 缓解精神 当患者出现了磨牙症,有可能是睡觉前进行过度紧张或者兴奋的事情所引起,可以通过适当的散步或者听音乐来放松心情缓解。
2. 养成良好睡眠习惯 如果在睡觉前有一些不良的习惯,比如吃东西,可能会导致磨牙出现,在睡觉前尽量不要吃东西,保持良好的作息习惯。
3. 药物治疗 患者可以在医生指导下,通过用甲钴胺片、谷维素片等药物改善情况。
4. 其他方法 除以上方法外,还可以通过佩戴磨牙套来改善病情。

(据《大众卫生报》)