



# 韩国“医生辞职潮”再发酵

## 政府拒绝让步,医学界要追究政府责任

韩国实习医生和住院医师为反对政府扩招医学生发起的“辞职潮”从2月19日发酵至今已持续三周有余,韩国医疗系统危机加剧。

### 医学界追究政府责任

首尔大学医学院教授协会紧急对策委员会3月11日表示,若政府不能出台解决方案,教授们将从18日开始提交辞职书。韩国医科大学教授协会12日表示,若实习和住院医师以及医科大学的学生遭受损失,医科大学教授将坚决追究政府责任,采取行动解决问题。同日,韩国实习和住院医师代表、医科大学学生、考生等对韩国政府提出集体诉讼,要求“取消医科大扩招2000人的决定”。

### 政府拒绝让步

在应对医生“辞职潮”事件上,韩国政府态度强硬。面对医生团体所提撤回扩招计划的要求,政府予以拒绝,并决定对拒绝返岗的辞职医生采取行政处罚及相关司法措施。

韩国保健福祉部12日对外宣布,截至11日,该部门已向5556名离岗的实习和住院医师发送吊销医师执照等行政处罚事前通知书,并表示“政府追究错误行为相应责任的原则没有改变”。

韩国医生“辞职潮”缘于政府2月早些时候宣布的医学院扩招计划。为应对医生短缺问题,韩国政府决定将2025学年高校医学院招生规模从现阶段阶段的3058人增至5058人。这一计划遭到医生团体和医学院学生强烈反对,他们称此举将引发过度医疗,使医保系统资金紧张。不过,一些人士指出,医疗界真正担心的是医学院扩招导致他们收入减少。



韩国首尔,医生协会成员在总统府前举行了抗议活动,反对政府扩招高校医学生的政策。 图片来源网络

此事惊动了韩国总统尹锡悦。尹锡悦表示,包括医学院扩招在内的医疗改革“不是一件可以谈判或妥协的事”,医生“以公共卫生和生命为要挟”的集体行动难言“正当”。

### 离岗率超9成 医疗系统危机加剧

韩国保健福祉部数据显示,截至3月8日上午11时,韩国100家大型综合医院中有11994名实习和住院医师离岗,离岗率为92.9%。

医生“辞职潮”持续发酵,韩国多家医院人手短缺、运转困难,政府已把全国医疗系统危机级别提升至最高级“严重”。

舆论担心,如果韩国政府和医生群体间关于医学院扩招等医改政策的分歧得不到尽快弥合,未来医生罢工的情况可能会持续下去,韩国医疗体系恐怕也将面临更多混乱。 (据环球时报)

# 深圳市原常务副市长黄敏被查

据广东省纪委监委3月14日消息:广东省深圳市委原常委、市政府原副市长黄敏涉嫌严重违纪违法,目前正接受广东省纪委监委纪律审查和监察调查。

黄敏,男,汉族,1963年8月生,广东普宁人,1986年8月参加工作。2015年,黄敏任深圳市宝安区委书记,2017年任深圳副市长,2020年7月任深圳市委常委,市政府副市长、党组成员,市残联主席,2020年8月任深圳市委常委,市政府党组成员,中国(广东)自由贸易试验区深圳前海蛇口片区管理委员会党组书记、主任等职。

2021年4月,黄敏任深圳市委常委,市政府党组副书记,2021年5月任深圳市委常委,市政府副市长、党组副书记,2023年11月,被免去副市长职务。

2022年6月1日消息,广东省人大常委会党组成员、副主任陈如桂被查,他曾于2017年到2021年任深圳市委书记。 (据澎湃新闻)

# 别在拼多多上买“五粮液”了

## 五粮液官网发布售假警示消息

3月13日晚间,五粮液官网发布声明称,近期,公司接到多名消费者关于低价从“拼多多”平台购买的五粮液产品真伪咨询。经公司核实,该平台多家店铺销售的五粮液产品为假冒,上述行为严重损害了五粮液声誉及消费者权益。

五粮液表示,目前,公司尚未在“拼多多”平台开设“五粮液官方旗舰店”,也未授权任何商家在“拼多多”平台开设的店铺名称中使用“五粮液”。

公司会持续对“拼多多”等电商平台店铺销售假冒五粮液产品的行为进行清查,一旦发现该等违法店铺,将对违法店铺及存在过错的电商平台采取行政举报、投诉或司法途径严肃追究其法律责任,维护广大消费者合法权益。

对于五粮液的打假声明,拼多多官方客服表示,对于卖家售卖假冒品牌的行为,会进行严肃的处罚,处罚措施包括但不限于商品下架、全店下架、清退等。 (据大皖新闻)

# 拜登的幕后大金主竟是一对夫妻

随着美国大选走向“拜登特朗普对决”,外媒开始分析两人的背后“金主”谁实力更雄厚,谁更能在未来几个月内获得政治话语权。

美国有线电视新闻网10日最新披露了总统拜登的幕后大金主——一对投资人工智能、看好虚拟货币的夫妻。报道称,美国的政治选举活动主要通过政治行动委员会来筹措及分配竞选经费。拜登及民主党背后最重要的政治行动委员会名叫“未来前进”组织。报道称,2022年,“未来前进”的最大资金来源出自金融大鳄索罗斯的捐赠机构“开放社会基金会”,捐赠金额高达1520万美元。排在索罗斯之后的第二大金主引发媒体关注。

“夫妻档”金主,二人就职于纽约曼哈顿一家贸易公司。这对“新贵”夫妇不仅是人工智能公司的投资人,还热衷于虚拟货币行业,近年来对联邦政府的数字货币政策兴趣浓厚,甚至曾呼吁美国证监会将比特币纳入纽约证券交易所。 (据网易新闻)



# 老年人这样选零食



图片来源于网络

老年人是容易发生营养不良的人群,营养专家建议,零食可作为有效补充。对于常常伴有基础疾病又追求健康养生的老年人群,零食应该怎么选、如何吃?

### “健康”零食可能不健康

生活中,低糖、无糖点心、各种“养生零食”,是不少老年人家中常见的零食,觉得这些零食“更健康一些”。国家高级公共营养师吴婧介绍:“市面上的产品,很多宣称不含蔗糖,但可能添加麦芽糖、海藻糖、结晶果糖等。无糖的标准是每100克(固体)或100毫升(液体)中含糖量小于等于0.5克,每100克(100毫升)中含有小于5克糖才可声称低糖。”

吴婧建议,购买加工零食前先看配料表。“麦芽糖的甜度是蔗糖的45%,但是麦芽糖的升血糖指数更高,对于有血糖问题的老人来说,吃了含有麦芽糖的糕点或者其他食物,反而对血糖的影响更大。并且,无蔗糖点心往往高油高脂肪,还会添加一定的隐形盐,需要控制食用量。”

至于“养生零食”的说法,北京营养师协会理事、注册营养师顾中一认为,这样的宣传可能具有一定误导性,因为任何零食都是“普通食品”。事实上,一种食物对健康有益与否,要回到食物本身的成分上来。

### 零食选择有讲究

选择零食要考虑到老人的基础疾病。针对老年人消化功能不好的情况,顾中一说:“如有胃酸分泌不足或者胃肠道蠕动不够的情况,建议吃得精细一点,粗粒做的零食不太适合;如果有吞咽困难之类的问题,则要警惕质感过滑的食物,比如豆腐花,警惕出现呛咳。”

吴婧建议:“如老人有血糖问题,要选择减少血糖波动的零食,比如全麦面包、藕粉、坚果、酸奶。可以在三餐之间冲一份无糖藕粉来保持血糖平稳,减少饥饿感。水果可选择草莓和车厘子,比如一次吃100克(大约12颗)车厘子。如果老人有血压高的问题,就要尽可能选择低钠零食,避免一些含盐过高的坚果或者烘焙食品。”

“比如肉松可有效补充蛋白质,但是钠含量往往较高。而有些钠含量低的海苔,既能补充蛋白质,还有多种维生素、矿物质和大量的膳食纤维,是不错的选择。”顾中一认为,选择零食,看好配料表很重要。

针对体重超标的老人,吴婧认为“可以选择一些膳食纤维含量高、含钙丰富、蛋白质含量高的零食,或低脂肪、低碳水化合物零食,比如魔芋制品或者果冻,以及圣女果、小黄瓜、含纤维和强化B族维生素的全麦麦片等”。

有些老年人因胃口不好,吃饭以素食为主,容易蛋白质不足,建议可通过零食特别是各类乳制品适当补充蛋白质。此外,“老年人可每天适量吃一点坚果,比如每天两颗核桃、一小把松子,或者把黑芝麻打碎后加入燕麦粥里。坚果含有优质脂肪酸、维生素E、烟酸、膳食纤维、蛋白质。另外,水果干如天然的杏仁、葡萄干、西梅干等,也是不错的选择。”吴婧说。

### “红绿灯”分类法

再健康的零食都不能无节制地吃,吴婧建议,老人们可以用“红绿灯”分类法,给零食贴标签。锅巴、瓜子、薯条、薯片、方便面、干脆面、甜点等可归为“红色零食”,这类零食通常高糖、高盐、高油,营养价值低,尽量少吃。“黄色零食”则是富含蛋白质、不饱和脂肪酸,有营养,同时热量也不低的食物,老年人可根据自己的情况摄入,比如原味酸奶、低糖酸奶、纯牛奶、奶酪、简单烘焙或者煮制的坚果、豆类、牛肉干、豆制品。

安全的“绿色零食”则包括水果、无添加水果干、蔬菜干等,蒸煮晒干或者烘干的原味红薯条、红薯片、贝贝南瓜条,它们相对“黄色零食”消化负担更小,每天可适量吃。

此外,正确储存零食也很重要。“要尽可能选择带壳或者部分带壳的坚果,要避免氧化,造成油脂酸败,如买的是大分量坚果,也可挤出空气再用密封夹封住。至于加工零食,尽量不要买分量太大的量贩装或者分享装,注意尽量在三天左右吃完。”吴婧说。 (据《老年健康报》)

# 常吃含酵母食物可致胃病?

网上有说法称:“酵母发酵后会产生产二氧化碳,因此,大家不要吃刚蒸好的馒头或刚烤好的面包,否则会导致胃病。”这种说法有道理吗?

酵母是一种生物膨松剂,在制作馒头、面包的过程中加入它,发酵时会产生产二氧化碳。但是,酵母的发酵和产气能力受温度、面团成分、酸碱度等多方面因素影响。

例如,当温度超过60摄氏度,酵母就无法存活了,也就没有了产生产二氧化碳的能力。而在蒸馒头、烤面包的过程中,温度明显高于60摄氏度。因此,大家不必担心刚蒸出来的馒头或刚烤好的面包中存在大量二氧化碳。这些食物是可以放心食用的,即便其中含有少量的二氧化碳,通常也不会对人们的身体造成伤害。 (据《文汇报》)

# 用“玩偶疗法”安抚患者

阿尔茨海默病会让老年人失去大部分记忆,同时合并不同程度的精神症状,如烦躁、游走、妄想、淡漠、焦虑、抑郁、失眠等。近年来,对阿尔茨海默病患者进行治疗时,没有毒副作用的非药物治疗越来越受到关注,如“宠物疗法”和“玩偶疗法”,就是以具有温情意象的宠物、玩偶为媒介,改善老年人的精神症状和情绪。

研究显示,阿尔茨海默病患者在面未知、恐惧或危险时,内心会感到无助和担忧,此时玩偶作为情感纽带可以起到镇静和安抚作用。同时,患者在和玩偶的互动中,也会觉得被需要,进而产生自我价值和被认可感。

在北京老年医院认知诊疗中心,护士们也经常会给阿尔茨海默病患者提供玩具。姜奶奶是一名高龄的重度阿尔茨海默病患者,她还患有严重的被害妄想,总是紧张不安,夜里经常难以入睡并一个人默默流泪。于是,护士长送给她一个洋娃娃,此后不管夜间睡觉还是白天坐在轮椅上,姜奶奶都要摸着洋娃娃,说这是她的孩子。

经过一段时间的综合治疗,姜奶奶的情绪慢慢有了改善,妄想发作次数越来越少。或许对于阿尔茨海默病患者来说,玩偶就像一束温暖的阳光,照进他们灰暗的世界。 (据《健康报》)

# 世上最后一名铁肺人去世 被困“铁桶”生活70多年

据《镜报》3月13日报道,美国得州,靠铁肺生活了70多年的脊髓灰质炎幸存者保罗·亚历山大于3月11日去世,享年78岁。

1952年,6岁的保罗因患小儿麻痹症造成颈部以下瘫痪,只能放在形似铁桶,被称为“铁肺”的医疗器材中维持生命。多年来,保罗在“铁肺”中自学,读完了高中大学课程,拿到大学法律学位,还成为一名作家。2023年3月,保罗被吉尼斯世界纪录认定为在铁肺中生活时间最长的人。



“铁肺人”保罗·亚历山大。 图片来源网络

铁肺是一个连接着泵的密闭铁盒子,病人的头部伸在外面。当铁肺中的空气被吸出时,新鲜空气进入病人的肺内;当铁肺中的压力升高时,肺内的空气被压出去。铁肺拯救许多人的生命。它是第一个代替人体器官功能的机器。铁肺的应用历史很短。当人类研制了有效的脊髓

(据光明网)

# 29岁独生女举报62岁父亲代孕生子

据媒体3月13日报道,湖南益阳,53岁的郭大姐下班回家,看到家里多了一位陌生女子,怀里抱着一个婴儿。

起初,郭大姐还以为走错门了,陌生女子却说这孩子是郭大姐的“宝宝”,并拿出疫苗本给她看,母亲那栏赫然写着郭大姐的名字!名下凭空多了个“亲生”女儿,郭大姐一脸懵,这时郭大姐的老公才说,这是他在外面代孕的孩子,虽然和郭大姐没有血缘关系,却得到了“官方认证”。

仔细询问后,才知道这是她老公找代孕生的。郭大姐老公代孕的主要原因,就是因为29岁的女儿不愿意结婚生子:“他说养你(女儿)有什么用,无后就等于不孝。” (据环球时报)

据郭大姐描述,这个孩子是老公在网上找的“卵妹”代孕而来,“还是一个大学生”。

女儿高女士表示,以父亲自己的能力根本无法抚养孩子,她担心如果父母离婚了,这孩子怎么办?“我觉得太离谱了!”目前,高女士已经向有关单位举报了父亲的行为。

其实,2023年6月,国家卫生健康委、中央政法委等14部门已联合制定了《开展严厉打击非法应用人类辅助生殖技术专项行动工作方案》,该方案将切实维护人民群众合法权益和正常生育秩序,保障人民群众身体健康和生命安全,严厉打击从事人类辅助生殖技术活动、代孕、伪造或买卖出生证明等行为。

(据环球时报)

# 夜尿多 憋不住有点急 关爱中老年人尿频尿急来电领

“每晚起夜四五次,甚至七八次。睡眠也不好了。一听到流水声就想尿尿,刚有尿意就穿了裤子,根本来不及上厕所。咳嗽一声就漏尿,出门要穿尿不湿。真是令人心烦意乱。”

不用怕!不用急!冬去春来保养正当时,快用【固泉肾宝】!专门针对中老年人肾亏、肾虚、尿频、尿急、尿不尽、起夜多、睡不好、尿失禁等。入冬以来,【固泉肾宝】在全国上市推广,获得夜尿频多中老年人好评。推广期间,厂家郑重承诺:【免费用一周,不满意分文不取!】  
【固泉肾宝】实用新型专利号:ZL202120418256.X采用六百年宫廷秘方,独家专

利产品,具有固肾补虚、缩尿止遗的功效。同时,本品古方新用,采用现代高科技一小分子活性肽萃取技术,将方中地道的药材进行超浓缩提取,提炼成小分子活性肽。  
【固泉肾宝】品质体验活动:每天前50名尿频、尿急、夜尿频多中老年人来电申领,即可免费体验一周(共7袋,6粒/袋)。仅限3天。  
申领热线:400-189-2991  
手机短信/微信:186-6370-7419  
惜凡生物科技 本品为食品,不能代替药品 广告