

中医药产业升级助力精准医疗

新华社北京12月4日电(记者陈芳、胡喆)“医院把药方传递至药房,药房按照药方配比智能煎药,快递小哥根据用户需求准时将热腾腾的汤药送达……”中医药服务正向精准治疗转型升级。科技部有关报告表明:我国未来五年精准医疗年增速预计达15%,精准医学的推广及应用将大大提高药效,消除不必要的治疗、减少药物副作用。

在精准医疗时代,人们对中医药服务产生了“井喷式”需求,个性化特征日益明显。2日在京举办的“2016健康中国与中医药发展高峰论坛”上,与会的近百位专家学者从中药材种植、流通、加工到养生、治未病、治已病和康复等各环节探讨了互联网

时代中医药产业升级助力精准医疗发展的新理念、新举措。

国家中医药管理局副局长于文明表示:中医药服务正由主要提供医疗服务向提供“医疗、预防、保健、养生、康复”于一体的全链条服务方向发展,未来将以疾病为中心向以健康为中心发展。

目前,中医养生产品、小型保健理疗设备等正越来越多进入家庭;越来越多的国家和地区重视开发和利用中医药,对中医药的“走出去”形成推动作用。

数据显示:近年来,中医类医院总诊疗人次达5.31亿,中药生产企业达3813家,中药工业总产值7302亿元。有机构预测,随着供给侧改革的深入,

未来的中医药产业将是万亿级别。

“互联网+中医药”将重构全产业链发展模式。大连理工大学系统工程研究所所长郭崇慧教授认为:中医药电商平台的发展让产业更加扁平化,健康医疗大数据使消费行为被充分挖掘,进而指导健康保护、监测区域病情等。同时,中药材种植的网络化全流程监控使药材种植规模化、标准化和规范化。

中医药产业也逐步迈向“新常态”。于文明指出:未来要深入挖掘中医药宝库中的精华,发挥中医药的优势,以“疗效”为核心,以“创新”为根本动力,不断提升中医医疗服务水平,推进中医药现代化发展,推动中医药走向世界。

专家提醒: 反复感冒不好可能诱发心衰

新华社重庆11月26日电(记者黎华玲)11月26日是第二个“全国心力衰竭日”,今年的主题是“认识心衰,早诊早治”。专家指出,部分患者,尤其是心功能不好的,冬季气候转冷后反复感冒,可能诱发心衰,需引起高度重视。

重庆沙坪坝区72岁程奶奶最近一直感冒咳嗽,吃感冒药也只能缓解下症状,但总是复发。本来有高

血压的程奶奶,咳嗽厉害时常会引起胸闷胸痛,经检查发现心衰的早期表现。

第三军医大学附属新桥医院心血管内科、全军心血管病研究所王江副教授介绍,心衰是各种心脏疾病的严重和终末阶段,发病率、死亡率,病因以冠心病居首,其次为高血压。感冒、病毒细菌感染会导致呼吸功能减退,缺氧等因素将导致

心脏功能下降,增加心衰风险。老年人往往患有高血压、冠心病、糖尿病等,一旦发烧、咳嗽,会加重心脏负担,甚至发生急性心梗、重度心衰等,危及患者生命。

专家提醒,在感冒流行季节或气候骤变的情况下,心脏病患者要减少外出,出门应戴口罩并适当增添衣服。还应少去人群密集之处,避免罹患病毒或细菌感染。有心肺病史的人应注意尽早诊治感冒,预防心衰。

「大雪」过后须当心「寒从脚下起」

新华社天津12月5日电(记者周润健)“小雪封山,大雪封河。”《中国天文年历》显示,12月7日零时41分迎来“大雪”节气。此节气内,影响我国的冷空气活动将更加频繁,天气更冷,我国北方地区开始出现大幅度降温降雪的天气。

保健专家提醒说,此时节,公众在饮食起居方面,须注意防寒保暖,尤其是脚部的保暖。

大雪在每年公历的12月7日或8日,此时节,冷空气活跃,天气越来越冷。气象资料显示,大雪时节,东北、西北地区平均气温零下10摄氏度以下,黄河流域和华北地区气温稳定在0摄氏度以下。

气象专家表示,进入“大雪”节气后,冬天气候就已覆盖我国大部分地区。从我国最北端入冬的那一天算起,到最南端入冬要经历3个月的漫长

时间。天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲提醒说,大雪节气过后,患有心脑血管病、关节炎、消化系统疾病的人更要注意防寒保暖,尤其是要注意脚部的保暖,当心“寒从脚下起”。

对于有些畏寒怕冷的人,除了多穿衣服和加强体育锻炼之外,在日常饮食中,如能多吃些含碘和含铁的食物,可以提高机体的御寒能力,如海带、紫菜、大白菜、动物肝脏、菠菜、蛋黄、黑芝麻等。

此外,还应多吃一些温热补益的食物,如羊肉、牛肉、鸡肉、红枣等,既能补充营养,也可以抵御风寒。

房产手续挂失

邢存怀,不慎将太钢兴华街北区西宿舍3栋8单元6层12号的购房发票遗失,特此声明。

刘宏宇,不慎将太钢新钢苑宿舍8-1-0303的购房发票遗失,特此声明。

渣土证挂失

山西钢建机械施工公司,不慎将车牌号:晋AB1749的渣土证遗失,特此声明。

骨灰寄存证挂失

王喜凤,不慎将其前夫梁宝虎的骨灰寄存证及钥匙(永安殡仪馆三楼西厅501号)遗失,特此声明。

王喜凤,不慎将其母梁俊贤的骨灰寄存证(永安殡仪馆二楼西厅30516号)遗失,特此声明。

车辆出入证挂失

钢运物流赵晋,车牌号:晋AY6046

不锈钢冷轧厂李晋涛,车牌号:晋AHT735

矿业分公司李鹏强,车牌号:晋A3P633

以上单位、个人不慎将车辆厂区通行证遗失,特此声明。

挂失

山西钢建机械施工公司韩相,卡号:30418912

金属结构厂邢润生,卡号:20202839

协友钢业有限公司邢文科,卡号:20212943

炼钢一厂郭玉山,卡号:12501230

炼铁厂马新兰,卡号:09201970

热连轧厂李经华,卡号:04001863

营销部周利萍,卡号:02300053

第三金属制品厂梁栋,卡号:30522022

炼铁厂李勇,卡号:09203243

制氧综合厂来建红,卡号:20209029

劳务市场党志强,卡号:11106688

热轧冶金设备修造厂阎利光,卡号:30815390

钢建安公司刘星,卡号:30416948

冷轧硅钢厂赵建青,卡号:30421587

炼钢二厂刘亚东,卡号:03302648

钢建安公司张建功,卡号:20900266

钢建梁力飞,卡号:21000035

钢建杨瀚宇,卡号:20600969

以上职工太钢出入卡遗失或注销,特此声明。

我的武当山之行

■文/图/吴雪



朝天宫一分为二。左侧是清古道,右侧是明古道。清古道据说缓一些,而明古道坡度更为陡峭,却可以经过一天门、二天门、三天门等景点。休息间隙,一行人在这里开始了登顶的选择。出于安全和体力的考虑,我和另外一个朋友选择了走清古道。其余的友人毫无意外地选择了更为艰难的明古道。

事实证明,清古道也没有想象中的容易,只不过在陡峭过后总有一段平缓过度,让你在绝望之际又升起一丝希望。长久的攀登拉远了行人的距离,往前或回首望都看不见人影,青色的石阶安静地向前延伸,一直陪伴着我的只有风

吹过林梢的声音。时间久了,高喊一声友人的名字,远远地从前方传来回应,还有低低的笑声。真是“空山不见人,但闻人语响”啊!紧走一阵追上友人,又是一阵长长深深的喘息。太阳的照射已经有些肆无忌惮,却烘不干已经湿透的衣服,坐在石阶上休息片刻,起身时,石头上都留下了清晰的汗渍。发梢一缕一缕地黏住了,汗水一滴一滴掉落在青石阶上,脸颊也热得发烫。

起初还有兴致左拍右照,这时所有的身外之物都成了累赘。我和终于聚在一处的友人早已顾不上形象,也没有了交流,只是机械地拖着沉重的脚步一步一步地给自己加油。就在觉得体力耗尽登顶无望的时候,前方传来一阵欢呼,抬头望去,绿色从中露出一面朱红色的墙壁,转过这道山脊就看清了,原来,那处朱红色的墙壁就是建在峭壁上的殿宇,在蓝天白云下醒目张扬地俯视着脚下的人们。知道了金顶就在触手可及的前方,一路寂寂攀登的人们兴奋起来,我迫不及待地拿出手机同另一条道上的友人联系。不曾想,我们竟然走在了他们前面。

红墙碧瓦的金殿屹立峰顶,气派庄严。这座由永乐皇帝的驸马历时四年修建成的殿宇,历经几百年的风雨依旧挺立,散发着迷人的风采。站在金顶,放眼八百里武当,看着“七十二峰朝大顶”一揽众山小,默默地感受着武当山的魅力和灵气。在几百年间是什么吸引着各地的芸芸众生,是这座大山巍然屹立的伟大建筑,还是如山峦般波澜壮阔的武当山历史和传奇?千年的演变,让武当山从无名到兴盛,不断丰富着武当文化,看着远道而来的登上者,许下美好的愿望,此时我眼中的武当山已经不再是一座山,而是寄托了更多向往和信念的庄严所在。



武当山中的清晨

春末夏初的武当山之行,来得突兀和急促。没有计划,没有准备,上午还在上班,中午就已经登上了前往的火车。对于这样一个没做功课没有准备就出发的旅行满怀喜悦和信任,只因同行者全都是相识许久并且兴趣相同的人。

来到武当山的脚下,已经是经过了一夜的休整,一行人精神很好。站在山下等待景区进山车辆的时候,我们真切地体会到了湘楚文化悠久历史以及道教文化对这里的人们产生的影响。同样是人头攒动,同样是长长的排队等待,却没有嘈杂没有焦躁,排队、上车、礼让,谦和而平常,仿佛理所当然。

景区车辆在绿树茵茵中盘旋而上,我看清了一条道路就在山边上被凿通,山被绕过,人亦到达。太阳慢慢升起,笼罩在武当山的大雾缓缓散去,逐渐露出了真面目。除去郁郁葱葱茂密的林木和只闻其声不见其形的溪流赋予了武当山钟灵毓秀的景色。武当山还承载了太多的中华历史文化。自唐太宗自称是老子后代崇尚道教开始,武当山开始成为皇家道场。到明朝,武当山建筑的规制与北京明代皇宫相仿,更有武当山的紫金宫与北京的紫禁城交相呼

应。经过几百年的兴衰,如今的武当山,还保留有当年兴盛时期的部分建筑,但是很多地方都已经难寻当年的辉煌,这些断壁残垣仿佛在安静地看着时代变迁给这座大山带来的变化。这座大山见证了历史文化的不断更迭,这才最吸引我,让我魂牵梦绕。

为了能够有充裕的时间游览武当山最精华的景观,一行人选择了先登金顶的线路。此时正是早晨八九点钟的光景,阳光随着登山石阶左曲右转,时而透过树木的缝隙洒下丝丝缕缕的明媚,时而钻到山的另一面藏匿了温度,光与影的投射下不时地传出不知名的动物发出的鸣叫,循声望去却只能看到林深幽幽。无数次地转首寻找金庸先生描述过的精彩场景,幻想着能够在绿树茵茵中与衣袂飘飘的大侠不期而遇,一折一转中却只能听闻溪流潺潺,只有那天地山水树木石阶还有踽踽独行的爬山人映入眼中,与武当山神秘空灵的自然环境融为一体。

到达朝天宫日光已高,路程过了一半,体力也消耗了一半。朝天宫斑驳褪色的墙壁、高低不平的石阶无声地呈现着岁月风霜的痕迹。通往金顶的石阶在