

花样年华,如何对“艾”说不?

2020年12月1日是第33个世界艾滋病日,我国宣传活动的主题是“携手防疫抗艾,共担健康责任”。日前,长期开展青少年性与生殖健康教育的中国计划生育协会围绕这些问题,组织了一场圆桌讨论。

科学使用药物阻断,防“艾”理念在更新。中国性病艾滋病防治协会药物预防与阻断专业委员会秘书长、深圳市艾滋病诊疗质控中心秘书张路坤说,艾滋病防治除了行为干预和治疗以外,专业医生还有一项措施,就是使用药物对发生高危性行为的人员进行HIV阻断,而对其他长期或有多次高危性行为的人员提前使用药物进行预防。

为实现到2030年消除艾滋病,联合国艾滋病规划署已提出到2020年实现“三个90%”的目标,即90%艾滋病病毒感染者自己知情,90%确诊艾滋病病毒感染者获得抗逆转录病毒治疗,以及90%接受治疗者体内病毒受到抑制。

张路坤说,第一个“90%”的目标最难实现,HIV易感人群规模不断增大,很多人没有意识到自己会感染HIV。这就需要推广自愿的HIV快速检测,让更多人及时了解自身健康状况,防止病毒二次传播。

“爱惜自己,也要珍惜别人的生命。”深圳市性学会会长陶林认为,应通过宣传教育加强青年群体对艾滋病的了解与认识,消除恐惧,提倡主动检测、主动治疗。

中国疾控中心数据显示,近年来我国新诊断报告艾滋病感染者中95%以上通过性途径感染,

15岁至24岁的青年学生每年新诊断报告艾滋病病例在3000例左右。

为此,张路坤建议,青年人要加强安全防范意识,没有保护的性行为属于高危性行为。

“艾滋病和毒品问题也往往交织在一起。”陶林说,预防艾滋病的措施应该是全方位、整合性的。

专家呼吁,青少年要远离毒品,包括酒吧、KTV里青年人喜欢使用的迷幻药等新型毒品,远离这些可能发生危险的地方,因为在神志不清的状态下很容易“做出出格的事”。如果不小心发生了高危性行为或遭受了性侵害,要尽快到所在城市的艾滋病正规治疗机构进行阻断治疗。

中国计生协党组成员、国际合作部负责人洪莘表示,艾滋病感染不分职业和年龄,大学生要提高防范意识。

针对青少年群体,防“艾”宣传如何才能更有效?洪莘介绍,中国计生协已累计在全国600多所高校、上万所中学以及流动人口较为集中的工厂、企业和社区开展青春健康项目,取得一定成效。中国计生协2019年发布的一项调查结果发现,超过90%的大学生没有做过HIV自愿咨询检测,但在开展了青春健康项目的高校,有意愿或做过自愿咨询检测的大学生相对更多。

和青少年生活密切相关的家长和老师,同样也是青春健康教育的目标人群。据了解,中国计生协同时针对青少年的家长开展培训,希望孩子与家长能多沟通交流,形成良好的亲子互动,为青少年健康成长保驾护航。

专家:肺小结节不等同于肺癌,随访不能随便

新华社南京12月1日电(记者邱冰清)“医生,我这个肺小结节是不是早期肺癌?”“我的磨玻璃结节怎么办,一想到就睡不着”……拿到体检报告后,不少人会陷入“结节焦虑”。

“临床上,不少患者的肺癌是由磨玻璃结节发展而来,因此很多人看到‘磨玻璃结节’几个字就非常紧张。”江苏省肿瘤医院胸外科主任医师李明表示,磨玻璃结节中,确实有10%左右可能会恶化,但大多数磨玻璃结节是安全的。含有实性成分的磨玻璃结节一定要小心,半磨半实

是一个早早癌。如今淋巴转移,治疗难度变大,预后也不好。”

李明表示,一般来说,绝大多数肺小结节是良性的,根据医嘱规范随访观察即可。“随访不是随便。当医生说随访时,请一定按医嘱执行,否则容易酿成恶果。”

“这两种态度都不太科学。”李明告诉记者,前段时间他遇到一位两年前即查出磨玻璃结节的患者,当时告知患者需定期随访。患者并未放在心上,再到医院检查时,已经是“淋巴转移”。“真的很可惜,如果定期随访,只

是一个早早癌。如今淋巴转移,治疗难度变大,预后也不好。”

李明表示,一般来说,绝大多数肺小结节是良性的,根据医嘱规范随访观察即可。“随访不是随便。当医生说随访时,请一定按医嘱执行,否则容易酿成恶果。”



从新疆旅游归来,学会了一道当地的美食——大盘鸡。周末家人聚餐时做给大家品尝,吃完之后大家赞不绝口。美食应该与大家共享,在这里把作法分享给大家,有兴趣的朋友可以试着做一下。

准备一只白斩鸡,四个中等大小的土豆,三人份的指头宽的面条,青红柿子椒各一个,洋葱半个,花椒一把,朝天椒一把,葱、姜、蒜、八角、桂皮、香叶、郫县豆瓣适量。

将洗净的白斩鸡切成三、四厘米大小的块,土豆切滚刀块,洋葱、青红柿子椒切块,宽面条煮熟过水备用。锅内放入能没过鸡块的水,再放入葱段、姜片,一小勺料酒,将鸡块略焯一下,只要焯出血水即可,捞出控水备用。焯水的目的是去除鸡块中的腥味。

周末美食汇



2020年12月7日 农历十月廿三 大雪

新华社华盛顿11月24日电(记者谭晶晶)美国儿科学会和儿童医院协会联合发布的一份最新报告显示,新冠疫情暴发至今,美国已有近120万名儿童确诊感染新冠病毒。近期,美国儿童感染病例快速增加,一周内新增超14万例。

这份报告统计了美国各地公布的儿童新冠感染情况。截至11月19日的数据显示,美国累计报告1183609例儿童新冠确诊病例,占新冠确诊病例总数的11.8%,每10万名儿童中约有1573人感染。

11月12日至19日的一周内,美国新增儿童新冠确诊病例144145例。这是自疫情暴发以来儿童新冠确诊病例增幅最大的一周。11月5日至19日的两周内,儿童新冠确诊病例增长了约28%。

数据还显示,美国儿童新冠住院病例占所在州新冠住院病例总数的1.2%至3.1%不等,儿童新冠死亡病例占所在州新冠死亡病例总数的0.23%以下。

美国各地对儿童年龄的界定不尽相同,大部分州将儿童年龄界定为0至19岁。美国儿科学会说,目前看来,儿童新冠重症病例非常少见,但迫切需要收集更多有关新冠疫情对儿童长期影响的数据,包括新冠病毒如何损害儿童患者的身体和心理健康等。

美国疾病控制和预防中心24日公布的数据显示,全美23日报告新增新冠确诊病例157531例,新增死亡病例1058例。这是美国单日新增确诊病例连续第16天超过10万例。美国过去7天平均日增确诊病例数近来持续攀升,目前已超过17万例,创疫情暴发以来新高;过去7天平均日增死亡病例数也呈上升趋势,目前超1500例,为自5月中旬以来的最高纪录。

美国约翰斯·霍普金斯大学统计数据称,截至美国东部时间24日傍晚,美国累计新冠确诊病例超过1255万例,累计死亡病例近26万例。

美国近200万儿童感染新冠 周增2万余例

房产手续挂失

李峰,不慎将大钢滨河小区7-2-0703的购房计算表、收据和购房合同遗失,特此声明。

王凤群,不慎将大钢滨河小区6-2-0801的购房发票和计算表遗失,特此声明。

张建平,不慎将大钢滨河小区2-1-3002的购房发票和计算表遗失,特此声明。

李爱红,不慎将大钢滨河小区6-2-1801的购房收据和计算表遗失,特此声明。

郭凤英,不慎将大钢二十三宿舍22-2-32的全套房产手续遗失,特此声明。

宋元生,不慎将大钢滨河小区7-1-0904的计算表遗失,特此声明。

挂失

炼钢二厂张永红,卡号:30801325

炼钢二厂庞晨光,卡号:03301593

阿克苏轧辊公司杜云,卡号:21400054

比欧西气体公司孟语甜,卡号:20100826

不锈钢轧厂杨旭,卡号:08303026

不锈钢轧厂温强,卡号:30380079

信息与自动化技术有限公司武振江,卡号:22200118

采购部张毅超,卡号:02800532

修建公司郭金钢,卡号:20218583

电气公司刘永洁,卡号:30500143

炼铁厂李新刚,卡号:09202566

炼铁厂毛彩霞,卡号:09204054

炼铁厂张磊,卡号:09204047

焦化厂白福光,卡号:30522359

钢企建安机电公司刘强,卡号:30430075

钢企机电工程公司胡金龙,卡号:20222181

钢企第三金属制品厂刘佳,卡号:20222999

钢企炼铁厂分公司,卡号:20202950

钢企第二金属结构厂谈东,卡号:20223664

规划发展部姚永林,卡号:09600012

加工厂王子君,卡号:04201824

加工厂王志辉,卡号:04201774

不锈钢线材厂李建波,卡号:30427722

饮料公司吕惠勇,卡号:30428590

能源动力总厂田茂林,卡号:30429417

能源动力总厂赵利平,卡号:07601959

以上职工大钢出入卡遗失或注销,特此声明。

远离慢阻肺 从戒烟开始