

Health FOCUS 健康聚焦

蔬菜不必谈“核”色变

自从菠菜等蔬菜被测出含放射性物质之后,有民众为此心存疑虑:现在的蔬菜还能放心吃吗?平常饮食中,我们应该注意些什么呢?

为何会出现“碘蔬菜”

目前检测出来含有放射性物质的大部分是叶菜,比如菠菜、莴苣菜等。日本在检测所有蔬菜的时候,最早也是从菠菜中检测出来的,为何菠菜容易被“污染”?卫生部解释说,既往核事故中蔬菜放射性污染监测经验表明,露天生长的大叶、表面有微小绒毛的蔬菜,容易吸附空气中沉降的放射性物质。因此,选择菠菜检测可以较早地发现蔬菜是否被放射性物质污染。

在蔬菜中发现的极微量碘-131放射性污染物,可能与前段时间出现降雨,大气中的微量放射性核素降至地面有

关。但这并不代表食用这样的叶菜就会对人体造成伤害。

2000公斤菠菜辐射量相当于做一次胸透

既然菠菜等蔬菜含有放射性物质,那么,我们还能放心地吃吗?对此,专家称人们大可放心。卫生部核事故医学应急中心主任苏旭研究员指出,每天食用一斤这样的蔬菜,给我们产生的辐射剂量负担相当于天然辐射本底一天量的千分之一到三左右。

权威数据显示,京津冀三地菠菜中每公斤仅含碘-131大约1.3Bq/kg(贝克勒尔/公斤),食用这样的菠菜2000多公斤才相当于去医院做一次胸透;要食用这样的菠菜

193公斤,才相当于每天天然辐射的照射量。而事实上,平时我们每天都在接受一定量的天然辐射,主要来自宇宙的射线。我们周围的土壤、空气、房屋、海洋、粮食、蔬菜和饮用水等都含有微量放射性核素。

铯-137不会危害环境及公众健康

据最新的消息,一些省份检出极微量的铯-137,权威部门同时指出,这些物质不会危害环境及公众健康。铯-137是核反应堆内核裂变的产物之一,也是核废料 γ 放射性的最主要来源。碘-131的半衰期有8天,并且会在几个月内衰减很快。而铯-137则引起

人们更大的关注,它的半衰期是30年,而且预计需要一个多世纪才会显著衰减。

军事医学科学院研究员杨国山指出,铯-137对人体的影响取决于其辐射强度、暴露时间和受影响的人体细胞种类等,只有超量辐射才能造成确定性伤害。目前日本关东地区居民受到的影响,可能仅仅类似于每天吸一支烟和不吸烟者,他们之间并没有明显的患病几率差异。杨国山认为,中国境内因福岛核电站事故增加的辐射量更是微乎其微,不会对人体造成影响。

水洗三次可去除放射物

目前对于大叶蔬菜和辐射不必产生任何恐慌,包括婴幼儿。山东省千佛山医院核医学科李文主任指出,放射性碘-131容易挥发,目前是很微量的污染,并且可以清洗掉,因此不必恐慌。如果仍不放心,叶菜类蔬菜吃前最好浸泡,多洗几次。据有关实验证明,把检测到放射性碘-131的菠菜放到水中浸泡10分钟左右,再清洗一次后就检测不到碘-131了。微量的情况下清洗一次,能够清洗到50%左右,清洗三次就可以基本去除放射物。

另外,有些人认为露天蔬菜不安全,而食用带皮蔬菜和大棚蔬菜就安全。对此,专家认为,蔬菜是依靠空气、水和土壤存活的,一

旦我们的环境遭受了辐射污染,不管哪类蔬菜都是不能幸免的。

(整理 佟霞)

最新动态

卫生部通报,截至4月13日,北京、天津、河北、上海、江苏、浙江、山东、河南、湖南、广东、广西、海南等12个省(区、市)先后从菠菜、莴笋叶、油菜菜、苜蓿菜、小白菜、白菜等不同蔬菜中抽检发现极微量放射性碘-131。专家分析认为,蔬菜中检出的放射性碘-131不会对公众健康造成危害。饮用水放射性污染抽样监测未发现异常。

帕金森病摆脱长期服用西药

经调查,超过80%的帕金森病患者因贪图“吃上药立刻就不颤不僵”,单纯服用以美多巴为代表的“补充外源多巴胺”的药物,治疗初期能立即改善多巴胺不足的状况,但很快病人会对这

种补充产生依赖,自身分泌功能进一步降低。病情持续加重,5-8年就发展到III期:手抖身僵,行动迟缓,小碎步。在III期治疗关键期如果仍未针对病因治疗,病情发展迅速,1-2年瘫痪在床,

再想治就困难了。帕金森病又称震颤麻痹,是多巴胺神经元受损,导致多巴胺分泌不足引起的。修复多巴胺神经元是最好的治疗方法。目前医学界权威认定修复神经最有效的

物质是神经节苷脂,是神经细胞膜的重要组成部分,能促使神经元再生,保护周围神经的再生功能。

目前中国科学院已成功研制神经节苷脂口服制剂,患者服用1-2疗程,震颤得

到控制,肌强直开始缓解,同时精神好转、失眠、多汗、便秘等症明显改善或基本消失;服用2-3个疗程后,运动功能及精细动作恢复,患者基本实现自主穿衣、吃饭、上厕所,摆脱西

药依赖,减轻家属负担。健康提示:本周权威脑病专家分析病因,将针对恶心、口干、失眠、幻觉、抑郁等西药副作用,调整用药方案。咨询预约热线:4006-979-929

380元起解决 秃发稀发白发 不用生发染黑



五项织秀,补黑,镶稀技术的全新服务能快速、优效、永久解决各类男女秃发,白发,稀发

烦恼,无需生发染黑,轻便舒适,自然逼真,潇洒优雅,一劳永逸。
●济南市朝山街49号(二楼) 0531-86918195
●张店0533-2154505
●青岛0532-82868916
●淄博怡露0533-4182242
●上海总部电话:021-67681797
网址:www.cnhair.net

老失眠 切忌乱服药

研究表明:失眠、抑郁对人体最大危害是对疾病的抵抗力降低,容易诱发冠心病、脑中风等。患者切忌长期服用安眠药等精神类西药,以免脑神经受损越来越严重。治疗时应首选安全无依赖的正规国药。

纯中药制剂立效神康宁是西安交大医学院研制的失眠特效经典OTC国药,精选当归(补血活血)、丹参(活血祛瘀)、合欢花(舒郁理气)、合欢皮(解郁和血)、大枣(补脾和胃)、珍珠母(平肝潜阳)、首乌藤(解毒消痛)、远志(安神益智)、五味子(补肾益

气)、地黄(养阴生津)等药材配伍,配以从花粉中高纯度萃取的一种高科技成分“花果素”,采用中医治养结合疗法,具有滋阴养血,平肝安神,滋养脑细胞,修复脑神经,调节植物神经紊乱,治疗顽固性失眠效果独特。

热线:0531-82576668 (买3赠1,买5赠2,免费送货)
地址:宏济堂参茸药店、泰安神农、临沂华康、聊城颐生堂、枣庄金星、滕州同仁、德州三易、滨州康乐、菏泽曹州、东营供销商场、潍坊华芝堂、济宁太东、烟台联生

面瘫面抽动治一个笑一个

面瘫、面肌痉挛特效药【面康保】是由麝香、琥珀、豹骨、威灵仙等36味名贵中药材,经高科技低温萃取神经蛋白激活素和多种神经蛋白营养因子,可全面改善面部微循环,疏通连接神经通道,彻底恢复神经蛋白传导功能,从根本上解决各种原因引起的面瘫、面肌痉挛、抽搐、麻痹、口眼歪斜及面瘫后遗症。

专家咨询:0531-82989771
济南:华东大药房、长清恒济堂 潍坊8978385 青岛85757951 泰安6151980 淄博8285866 济宁2691966 德州2896689 聊城8898528 东营8774177 滨州3660006 临沂8885577 枣庄6161932 日照8229192 烟台6243128 莱芜万泽药店 菏泽阳光大药房

医药信息

血小板减少特效药问世

血小板减少成因很多,如免疫性血小板减少、骨髓病(白血病、再障性贫血等)、脾脏功能亢进等,临床表现为身上皮肤有出血点,紫癜,瘀斑,牙龈出血,鼻腔出血,咯血,便血,女性月经增多,外伤出血不止等症,血小板严重减少的患者可

诱发颅内出血,消化道大出血等危及生命的并发症。出口企业、兰州太宝制药生产的国药“唐龙维血宁”颗粒专治血小板减少出血症。服用该产品可快速激活骨髓造血功能,提高免疫力,消除血小板抗体,柔肝止痛,抑制脾亢及放、化疗造成的

血小板减少,使血小板达到正常水平。该药的问世解决了患者长期依赖西药、激素而导致的多种副作用,以确切疗效赢得了广大血液病患者的信赖,轻度患者1-2周期血小板明显提高,中重度患者3-6周期即可。专家热线:0531-86555886

靶向定位—脑细胞激活术治疗癫痫病

济南军区司令部机关医院癫痫病治疗中心在山东全省独家采用“ICAUS靶向定位—脑细胞激活术”治疗癫痫病。采用精确靶向定位治疗系统,精确锁定癫痫病灶组织,产生快速修复受损神经的关键物质,修复癫痫患者受损的神经细胞,快速恢复神经系统功能,达到从

根本上治疗癫痫的目的。因此靶向定位—脑细胞激活术这种最先进、科学的治疗方法已成为广大癫痫患者的福音。山东省专业治疗癫痫病医院,济南军区司令部机关医院癫痫病治疗中心联合中国癫痫病研究院,用权威、专业的诊疗技术为广大癫痫病患者提供高标准、高

疗效、高水平、合理费用的诊疗服务。专家咨询电话:0531-82022120
医院地址:济南市市中区济南南大街二路口南首、建国小经三路(市委南大门对面即是)。我院特邀北京、上海三甲医院神经内科癫痫病专家来院会诊。会诊时间:4月5日—4月30日

行业动态

抗癌勇士汇聚淄博 万杰开启抗癌周活动

日前,在第十七届全国抗癌周到来之际,百余名抗癌勇士也从全国各地汇聚淄博,参加由万杰抗癌联盟主办的“第17届抗癌宣传周启动仪式暨抗癌明星表彰会”。

本届抗癌周活动以“科学抗癌,关爱生命”为主题。淄博市民政局、博山区民政局、万杰集团、崮山集团和淄博万杰肿瘤医院等领导出席会议并为抗癌明星颁奖,共计10名抗癌勇士荣获抗癌明星,受到万杰抗癌联盟的表彰。据悉,万杰抗癌联盟抗癌宣传周启动仪式之后,将展开一系列惠民措施,联盟

将组织会员进行免费查体、专家复诊、抗癌知识讲座等一系列活动。活动期间,万杰抗癌联盟还组织会员开展了春季趣味运动会,通过群众喜闻乐见的形式,增强万杰抗癌联盟的凝聚力,让更多的癌症患者敢于战胜癌症,微笑面对人生。

耳聋 耳鸣 一滴见效

上市四周年康复七万人

由中、日、美联合研制的千里耳激活液,采用超细微液态分子技术生产,让传统中草药提效12倍,在日、美上市广受好评,是新一代耳聋耳鸣国际新品。千里耳通过介入导融技术直接进入受损细胞内部,激活麻痺状态听神经细胞发挥正常功能。千里耳使用方便药效神速,轻症患者当天就可以看到效果,1个周期就可恢复听力,重症患者2-3个周期听力可以完全恢复正常。千里耳适用于久治不愈的神经性、突发性、老年性、中毒性耳聋、耳鸣;中耳炎、美尼尔氏综合症、脑鸣、耳内沉闷堵塞感。凡打咨询电话订购两盒者送千里耳助听器(省内免费送货)。

省内免费咨询电话:4006-186198 0531-66825200
经销地址:济南:宏济堂药品超市(大观园商场东门对面) 淄博:春天大药店 潍坊:惠康大药店 济宁:太东大药店 聊城:颐生堂药店 菏泽:牡丹连锁中心药店 德州:颐寿五店 泰安:永宁药店 枣庄:瑞福祥大药店 东营:欣隆药店 烟台:联升大药店 滨州康乐药店 临沂国药堂大药店