

有压力为啥会睡不好

或许与动物本能防御机制有关

本报讯 (记者王潇雨)有压力为啥会睡不好?中科院深圳先进技术研究院脑认知与脑疾病研究所、深港脑科学创新研究院王立平团队的研究认为,压力影响睡眠或许与动物本能的防御机制有关。研究还解析了小鼠大脑中相关的神经环路,相关论文近日发表在期刊《神经元》上。

睡眠分为快速眼动睡眠和非快速眼动睡眠。早在1966年,就有美

国学者提出假说,动物在有周期性的快速眼动睡眠中,常伴随着觉醒,这一现象能帮助动物检测环境中的危险,但并未有实验证据支持。对此,王立平团队设计了动物实验,对假说进行验证探索。

狐狸是小鼠的天敌,小鼠闻到狐狸尿液气味会迅速产生本能的恐惧逃避行为。在这项实验中,研究人员证实,在快速眼动睡眠阶段,小鼠闻

到狐狸尿液气味醒来的速度,明显比在非快速眼动睡眠阶段给予刺激要更快。

在此基础上,研究团队采用小动物眼动监测、内窥镜单神经元成像、化学遗传学调控等方法,在小鼠的大脑中找到了相关的神经环路。“是同一群神经元在调控睡眠和本能防御行为,这在演化上讲是极其重要的。可以假设,在自然进化过程中,机体

会对现有神经环路进行‘共享’,从而提高信号传导和能量使用效率,而不是进化出两套神经调控网络。”王立平说。

论文第一作者曾滢婷表示:“尽管本能防御的天性可能是睡不好的原因之一,然而随着社会的发展,人类并不需要应对自然状况下的天敌。原本保守的天敌防御环路可能被应用于应对社交压力等外界刺激;此外,在长期压

力下,小鼠的快速眼动睡眠时间延长,而且睡眠出现片段化。”

复旦大学基础医学院副院长、药理系主任黄志力表示,此项研究为共患睡眠障碍及本能恐惧失调相关精神疾病的治疗提供了潜在靶点。中国人民解放军陆军军医大学教授胡志安认为,该研究有望拓展人们对睡眠功能机制的认知,并为理解睡眠障碍的机理提供重要的科学依据。

甘肃开展世界麻防日活动

本报讯 (记者王耀 林丽)1月24日,甘肃省卫生健康委、省民政厅、省乡村振兴局、省残联和省红十字会联合发布《关于开展2022年世界防治麻风病日活动的通知》,开展主题为“关爱麻风患者、共创美好生活”的2022年世界防治麻风病日活动,巩固全省消除麻风危害成果,关心尊重麻风病患者和防治工作人员,提高广大群众对麻风病的认识。

《通知》明确,各地要落实政府主体责任,继续加强多部门合作,全面落实《甘肃省麻风病症状监测实施方案(试行)》,梳理麻风病防治工作情况,总结经验,巩固成绩,补齐短板。

三部门严查无底线营销食品行为

本报讯 (记者杨金伟)国家市场监督管理总局近日联合教育部、公安部启动面向未成年人无底线营销食品专项治理工作。

据悉,专项治理将严厉查处六类违法违规行为:未经许可从事食品生产,生产经营不符合食品安全标准和标签标识不合法的食品;对商品性能、功能作虚假或者引人误解的商业宣传;发布恶搞、低俗以及含有色情、软色情内容等违反公序良俗,损害未成年人身心健康的广告;为“三无产品”等法律、行政法规严禁生产、销售的产品设计、制作、代理、发布广告;生产经营侵犯注册商标专用权的商品;电子商务平台经营者不履行法定核验登记义务,对违法情形未采取必要处置措施或未向主管部门报告。

新首钢队列项目探索心血管病防治模式

本报讯 (记者付东红)近日,中国数字心脏和健康研究暨新首钢队列项目在北京大学首钢医院启动,这是一个以临床应用为目标、以创新和转化为核心的产学研一体化项目。

项目负责人、北京大学首钢医院副院长兼血管医学中心主任王宏宇教授介绍,项目将建立以血管为核心的全生命周期的管理模式,探索心脏和血管疾病预防、康复、治疗模式,逐步降低心脏和血管急性事件致死致残率。同时,项目致力于产学研联合创新,包括新型心脏和血管精准干预靶点的化学药物筛选和研发、中药开发,智慧化数字心脏和血管健康管理平台的开发和应用,不同风险评估系统对医疗费用的预测等。

冰雪运动国家队医教材出版

本报讯 (记者张磊)1月23日,中国计划出版社在京组织召开《中国冰雪项目运动伤病防治——国家队医培训教材》新书发布暨国家队医培训启动会。

《中国冰雪项目运动伤病防治——国家队医培训教材》由国家体育总局冬季运动管理中心组织北京大学第三医院崔国庆教授等一批知名专家编写,系统论述了冰雪项目运动伤病的预防、赛前检查、院前急救、诊断、康复等环节,实用性和操作性强。中国计划出版社社长、总编辑周昌恩表示,该书作为2022年北京冬奥会的国家队医专用培训教材,将助力北京冬奥会医疗保障工作。该书还填补了我国冰雪运动项目队医教材空白,是科技助力冬奥备战的重要成果。

中国城市健康生活报告发布

本报讯 (通讯员常银龙 记者胡德荣)1月24日,《中国城市健康生活报告》(2021版)由上海健康医学院、社会科学文献出版社共同发布。《报告》显示,从省际综合评价结果看,北京市、上海市连续5年领跑全国;我国的环境保护、污染治理成效日益凸显,生态环境持续改善。

《报告》显示,从省际综合评价结果看,北京、上海、浙江、江苏、广东、山东、辽宁、四川、湖北、陕西位居全国31个省(区、市)综合评价前10名。另外,位于长三角地区的上海、浙江、江苏全部进入省际综合评价前5名,说明长三角地区经济相对发达,人民生活比较富足,人民群众整体的健康生活质量较高。

《报告》显示,每千人拥有执业医师数达到《“十三五”全国卫生计生人才发展规划》中2.5人目标的城市有121个,比2020年增加了73个。在环境健康方面,生活垃圾处理率达到100%的城市共有173个,比2020年增加了21个;人均公园绿地面积达到14.11平方米,比上年增加了0.1平方米;在环保重点城市中,PM2.5平均浓度小于等于35的城市有31个,较2020年增加了7个。

2021年蓝天碧水成绩单出炉

据新华社北京1月24日电 记者高敬从生态环境部获悉,2021年,国民经济和社会发展规划中生态环境领域8项约束性指标顺利完成,污染物排放持续下降,生态环境质量持续改善。生态环境保护实现“十四五”起步之年良好开局,交出亮眼成绩单。

生态环境部新闻发言人刘友宾在24日举行的新闻发布会上介绍,2021年,全国单位GDP二氧化碳排放指标达到“十四五”序时进度要求;氮氧化物、挥发性有机物、化学需氧量、氨氮等4项主要污染物总量减排指标顺利完成年度目标。

蓝天更多。2021年,全国地级及以上城市优良天数比率为87.5%,同比上升0.5个百分点;PM2.5浓度为30微克/立方米,同比下降9.1%。

作为蓝天保卫战的重点区域之一,京津冀及周边地区空气质量持续改善。其中,北京市2021年空气质量首次全面达标。2013年到2021年,北京市PM2.5浓度从89.5微克/立方米下降到33微克/立方米,重污染天数从58天下降到8天。

水环境更好。生态环境部水生态环境司司长张波介绍,2021年,全国水质优良(I至III类)水体比例为84.9%,丧失使用功能(劣V类)水体比例为1.2%,顺利完成年度目标任务。



西安全市低风险

1月24日,陕西省西安市,市民带孩子在大唐不夜城游玩。西安市疫情防控指挥部办公室发布通告称,自1月24日起,全市降为低风险地区,恢复正常出行,离市人员凭西安一码通“绿码”出行,不需开具离市证明。交通工具全面恢复运营,有序复工复产。

中新社记者 张远摄

奥密克戎能否终结新冠大流行

据新华社伦敦1月23日电 美国华盛顿大学卫生统计评估研究所所长克里斯托弗·默里近日在英国《柳叶刀》杂志上在线发表一篇评论预测,新冠疫情全球大流行将结束。但此前一天,世界卫生组织总干事谭德塞在例行记者会上警告说,新冠疫情大流行远未结束,新的变异毒株有可能会出现。

正在肆虐的奥密克戎毒株能否成为终结新冠大流行的变异毒株,仍存争议。多位流行病与公共卫生领域权威专家强调,只有全球聚力、携手跨越免疫鸿沟,人类才会尽快走出疫情阴霾。

奥密克戎会是最后的毒株吗

目前,奥密克戎毒株已成为全球多个国家和地区的主要流行毒株。由于奥密克戎的高传染性和低致病性,一些科研人员推测这可能预示疫情“终结的开始”。但也有专家指出,新的变异毒株可能随时会在世界各地出现,疫情发展趋势仍存在不确定性。

美国国家过敏症和传染病研究所所长安东尼·福奇在日前举行的2022年世界经济论坛视频会议中指出,由于新的变异毒株随时可能出现,未来变种仍很大,因此奥密克戎能否成为终结大流行的毒株,仍是一个“开放性问题”。

流行病预防创新联盟首席执行官理查德·哈切特日前接受新华社记者采访时警告说,只要病毒传播率很高且存在未受保护的群体,就会创造一个有可能出现病毒变异的环境。这正是奥密克戎毒株出现的情景。

英国伦敦大学卫生和热带医学院新发传染病教授安妮莉丝·怀尔德-史密斯指出,奥密克戎一定不是最后一个变异毒株,随着病毒高速传播,很可能再次出现“需要关注”的新毒株。

英国帝国理工学院新冠疫苗接种项目负责人卡特丽娜·波洛克近日接受新华社记者采访时说,谈论下一个毒株还为时过早,但需要对新冠病毒变异开展全球监测和全球合作。

新冠大流行是否会演变成“地方病”

新冠大流行是否会演变为“地方病”也是专家热议的话题。大流行指

疾病蔓延到多个国家或大洲并感染大量人群,地方病则指具有地区性发病特点的一类疾病。

伦敦大学卫生和热带医学院传染病流行病学教授戴维·海曼认为,新冠正在成为“地方病”,并且会继续流行一段时间——就像其他冠状病毒一样,“有四种冠状病毒已发展为‘地方病’”。

哈切特认为,流感是“地方病”,流感病毒随着时间的推移而演变,每年都会引起流行病。从长远来看,新冠病毒毒株会表现得更像流感病毒一样。

福奇认为,“地方病”是对社会秩序没有破坏性但并未被消除的传染病。福奇将大流行分为5个阶段,即大流行、减速、控制、消除、根除,迄今人类只经历过天花。“世界不会将戴口罩作为正常的状态。所谓的新常态意味着更好的控制。”他指出,新冠病毒不会完全消除,但人们需要将其控制到“不会破坏我们正常的社会、经济和其他活动”。

怀尔德-史密斯认为,现在说新冠是“地方病”为时过早。世卫组织卫生紧急项目执行主任迈克尔·瑞安则认为,“地方病”并不意味着变得更好,只是意味着它将长期在一个地方出现。

何时能宣告新冠大流行终结

《柳叶刀》的文章预测,新冠疫情将持续存在但全球大流行很可能在不久后结束,关键时间点是今年3月,届时全球一半人口将感染奥密克戎毒株,加上疫苗接种,人类将建立免疫屏障。

谭德塞则强调,大流行远未结束。随着奥密克戎毒株在全球范围内以惊人速度传播,新的变异毒株有可能会出现。

“我们现在的处境已与两年前不同,”怀尔德-史密斯认为,“新冠疫情暴发初期,全球约77亿人口对这种病毒毫无抵抗力,而现在,全球超过50%的人口已经完全接种了疫苗。我们将有一个更好的夏天。”

波洛克说,“我认为大流行今年不会结束,但通过科学研究和全球协调努力,我们可能会进入一个更好的阶段。”

瑞安说:“降低新冠发病率,让我们的人口最大限度地接种疫苗,这样就不会有人死亡。”他总结说,这才是大流行的终结。

大连:优质妇儿健康资源“三合一”

(上接第1版)

集团领导班子还对3个院区进行了重新规划布局:希望广场儿童院区以儿科、胎儿医学及高端产科等为重点;春柳妇产院区以妇科肿瘤、妇科微创、妇产科门诊及产科急重症救治等为重点;体育新城院区以生殖与遗传医学、儿童康复、儿童血液病及传染病治疗等为重点。

赵作伟鼓励王大庆“胆子要再大一点,步子要再大一些”,比如,引进“5~8名在全国学术界有相当地位的专业性人才”。

王大庆又把这种“胆子要再大一点”的期望传导到职工身上。去年12月22日,东北首例机器人引导下儿童

颅内深部电极置入行癫痫病灶热凝消融术在集团小儿神经外科开展。从手术设计到机器人引导下电极置入,完全由集团自主完成。“机器人手术的开展,让东北地区的神经外科患者享受到国内先进的微创手术技术,也为集团的临床科研提供高端的临床数据。”执行该项手术的外科部副主任蒋飞说,之前对这种手术想都不敢想,现在却真真切切走进了现实。

此外,为了补短板,集团设立了院长基金项目,制定了科技奖励办法、横向/纵向课题管理办法,培养优秀科研骨干,孵化优秀科研项目。按照院长基金项目约定,每年遴选40个项目给予最高5万元的奖励,第一年3

个院区就申报了近200项。记者采访期间,看到一位护士桌子上放着一份大连市医学科学研究计划项目任务书,项目名称是“中医护理干预在儿童急性淋巴细胞白血病化疗后恶心呕吐中的应用研究”。“大家都很积极地申报科研项目,集团为我们营造了良好的科研氛围。”该护士说。

做好连续性医疗的大文章

妇女儿童医疗服务要对治病、防病、健康管理和个人保健等环节统筹考虑,这是连续性医疗的要求。在集团成立大会上,赵作伟说,要时常把医防融合作为研究工作的重要部分去思考。“过去大家各管一段,现在已经在一个大家庭里,我们遵循的原则就是

‘老百姓需要什么就提供什么’。”王大庆对医防融合很有信心。“三合一”让业务融合变得迎刃而解,也让整合型、连续性医疗服务水到渠成。

从2021年4月起,耳鼻喉科、消化科、心脏中心等7个专科实现专家跨院区出诊。耳鼻喉科主任宋伟团队在另一个院区开设门诊和病房,带动学科整体实力提升。以前该院区的耳鼻喉科只能简单看门诊,做不了手术。截至目前,该院耳鼻喉科门诊量达1.4万人次,同比增加3倍;实现耳鼻喉手术零的突破,手术量达768台。同时,宋伟原来所在院区耳鼻喉科的门诊量和手术量不降反增,门诊量达5.8万人次,同比增26%;手术量达2254台,为历年最高,同比增33%。

亚专科的发展标志着连续性医疗服务的精度。比如,儿科将传统的儿

外科、儿内科划分为19个学科,细分为70余个亚专科方向,进一步完善儿科建设,提高诊疗水平。产科组建6个亚专科团队,细分为母体医学、生理产科和胎儿医学三大体系,成立专科专病门诊:瘢痕子宫再分娩、复杂双胎、胎儿疾病诊治、高血压、遗传咨询、产前介入诊断、助产门诊、分娩镇痛门诊、内分泌门诊、妊娠期糖尿病门诊、产后康复门诊等,从门诊到病房一体化,实现了“孕前—孕中—产后”围孕期全周期健康管理。

2021年最后一天,集团获批国家级新生儿保健特色专科建设单位。新生儿保健特色专科是指新生儿科深入到产前会诊、产时复苏、产后新生儿救治、新生儿院后随访等一系列过程,提供全过程、全周期的服务。

“三合一”之后的“一托三”,也让集团在应对突发公共卫生事件时得心

应手。2021年11月,大连疫情期间,集团利用“一院多区、平战结合”模式开展疫情防控工作,设置了过渡病房,收治重点地区患者。“集团检出了庄河以外首例病例,安全接生了200多个宝宝,还整建制接管省新冠肺炎集中隔离大连连中两个儿童病区……”王大庆说,这场疫情也检验了医院的服务质量和水平。

“一院多区不是简单的物理合并,我们将不断完善质量安全方面的体系建设,让质量安全最大程度统一化。”王大庆和集团班子要做的事情还有很多,“发展已经加速,必须撸起袖子,只争朝夕”。

“发展是第一要务。集团组建3—5年后,再看集团组建的意义,大家会有共同的心声,很多问题和杂音会在发展过程中消除。”在赵作伟看来,这些都是“成长的烦恼”。