

健康生活

多商家被查出
销售不合格食品

本报记者 余颖

市场监管总局近日公布最新一期食品安全监督抽检结果,在抽取的食用农产品、炒货食品及坚果制品、方便食品、酒类、豆制品、蜂产品、水果制品、肉制品、冷冻饮品、婴幼儿配方食品、特殊膳食食品等11大类食品61批次样品中,检出食用农产品、方便食品、肉制品、特殊膳食食品等4大类食品5批次样品不合格。发现的主要问题是检出非食用物质、微生物污染、农药残留超标、质量指标不达标等。

其中,淘宝网潮味老店(经营者为广东汕头市龙湖区潮味食品店)在淘宝网(网店)销售的、标称广东省潮州市南春会兴食品厂生产的会兴腊肠(中式腊肠),经合肥海关技术中心检验发现,其中氯霉素不符合食品安全国家标准规定。

据记者了解,氯霉素是酰胺醇类抗生素,主要抗菌谱包括肺炎链球菌、化脓性链球菌等。我国发布的《食品中可能违法添加的非食用物质和易滥用的食品添加剂品种名单(第五批)》中将氯霉素列为在肉制品中可能违法添加的非食用物质,在肉制品中不得检出。肉制品中检出氯霉素的原因,可能是其抑菌效果好、相对廉价,养殖户在养殖中非法使用。

京东速食旗舰店(经营者为华百盛源(宁夏)食品有限公司)在京东商城(网店)销售的、标称华百盛源(宁夏)食品有限公司委托山东省枣庄市迷食品有限公司生产的黑芝麻核桃桑葚粉,霉菌不符合食品安全国家标准规定。

唯品会四月茶依官方旗舰店(经营者为安徽省芜湖四月茶依茶业有限公司)在唯品会(网店)销售的、标称安徽华国堂生物科技有限公司生产的四月茶依混合水果大燕麦片(标称销售商:安徽省芜湖四月茶依茶业有限公司),霉菌不符合食品安全国家标准规定。

淘宝网宝御食官方旗舰店(经营者为北京宝御食科技有限公司)在淘宝网(网店)销售的、标称北京宝御食科技有限公司委托广东金祥食品有限公司生产的宝御食强化铁锌钙有机米粉,经山东省食品药品检验研究院检验发现,其中维生素A不符合食品安全国家标准规定,二十二碳六烯酸检出值低于产品包装标签标示值的80%。

对抽检中发现的不合格食品,市场监管总局已责成北京、浙江、安徽、山东、广东、宁夏等省级市场监管部门立即组织开展核查处置,查清产品流向,采取下架召回不合格产品等措施控制风险;对违法违规行为,依法从严处理;及时将企业采取的风险防控措施和核查处置情况向社会公开。

健康有方

胆固醇达标,
预防再次心梗

本报记者 吴佳佳

心梗是因冠状动脉急性、持续性缺血缺氧所导致的心肌坏死,心梗后再发风险高。为帮助心梗患者预防再发心梗,9月22日,由国家卫生健康委疾控局、中国健康教育中心和中国记协办公室联合发起并指导的“中国健康知识传播激励计划”项目发布《“胆固醇达标,预防再次心梗”核心提示》,提醒心梗患者重视胆固醇达标,预防发生再次心梗。

中华预防医学会健康传播分会主任委员、原卫生部疾控局副局长孔灵芝表示,我国心血管病患病率呈持续上升趋势,管理好低密度脂蛋白胆固醇,对预防再次心梗至关重要。

中华医学会心血管病学分会候任主任委员、首都医科大学附属北京安贞医院心脏内科中心主任马长生教授表示,患者第一次发生心梗后1年内再次发生心梗、卒中或心血管疾病死亡的平均风险为20%。而低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)升高是导致心梗复发的最重要危险因素。因此,心梗患者应遵照医生建议,将低密度脂蛋白胆固醇等相关指标严格控制在合理水平。

心血管病患病风险不同人群的低密度脂蛋白胆固醇水平有不同的目标值。心梗患者的低密度脂蛋白胆固醇的目标值要更低。

绝大多数心梗患者属于动脉粥样硬化性心血管疾病(ASCVD)超高危人群。超高危人群应更加严格管理胆固醇水平,其低密度脂蛋白胆固醇目标值应降低至1.4mmol/L以下,且应比用降脂药前的水平降低至少50%,两者均应达标。对于2年内发生2次及以上不良心血管事件的患者,可考虑将低密度脂蛋白胆固醇降至1.0mmol/L以下,且较用降脂药前降幅超过50%。

由于血脂检查化验单上的正常值参考范围是针对普通人,心梗患者不能仅凭化验单显示正常就放松对低密度脂蛋白胆固醇的管理,一定要在医生指导下做到低密度脂蛋白胆固醇双达标,以预防再次心梗的发生。

中国医学科学院阜外医院陈伟伟教授表示,心梗患者应接受规范治疗和改善生活方式的干预,并提出建议:

定期测血脂。发生过心梗的患者每3个月至6个月应测定1次血脂,并在医生指导下将血脂中的低密度脂蛋白胆固醇控制在目标水平以下。

保持健康生活方式。心梗患者应在医生指导下,科学管理膳食、戒烟戒酒、控制体重和腰围、保持适量身体活动。

坚持规范治疗。心梗发生后1年内再发风险很高。心梗患者应在改善生活方式上进行规范临床治疗。尤其是超高危人群应尽早且持续做到低密度脂蛋白胆固醇控制双达标。

血脂、血压、血糖共同管理。高血压、糖尿病等均会增加再发心梗的风险。心梗患者必须对“三高”同时进行严格管理,以最大程度降低再次心梗风险。

为了身体健康和家庭幸福,请一定重视接受生活方式干预,同时在医生指导下严格控制低密度脂蛋白胆固醇水平,预防再次心梗。

四川成都市大邑县加快提升高品质康养供给水平

西岭雪山,旅居康养好去处

经济日报·中国经济网记者 刘畅

这里有国内唯一的以博物馆为特色的旅游小镇安仁镇,这里也有国家级风景名胜区西岭雪山,这里还有成都市“十大最美川西林盘”祥龙社区稻香渔歌项目,这里的东岳花苑社区居住着1万多名居民,其中有3000余名老人被悉心关怀和照料着……这里就是“雪山下的公园城市”,四川成都市大邑县。

发展康养产业,大邑县还显得有些“年轻”,但康养从来都不是一个孤立的概念,而是涵盖了大健康、养生、医疗、旅游、度假等诸多业态。依靠富足的生态资源,大邑加快推进区域转型发展,以产品服务创新推进生态价值转化,全力打造运动康养产业功能区和国家级度假区。通过探索发展“运动+康养”“文旅+康养”“医疗+康养”等模式,使得当地康养产业发展布局得以优化,区域内出现一批绿色生态的健康养老服务业基地。

运动+康养:
实现抱团发展

“窗含西岭千秋雪,门泊东吴万里船”,距离成都110公里之外的西岭雪山,有赏不尽的四季美景。

春天山花烂漫,杜鹃成林,珙桐花开如鸽子飞翔。夏天气候凉爽,绿草茵茵,最高气温不超过25摄氏度。秋天万山红遍,层林尽染。冬天这里的积雪厚度达60厘米,是冰雪世界,童话王国。

“得天独厚的自然资源,尤其是森林覆盖面积高达80%,这就是我们打造康养度假胜地的优势。”西岭雪山运动康养产业功能区管委会规划部部长李俊告诉记者,结合成都市提出的城市发展“西控”战略,地处成都西部的大邑以生态保护优先,控制性、优化性发展,景区在原有的温泉、雪山资源基础上,进一步丰富包括山地运动、森林康养在内的产品类型,探索组团式协同发展业态。

2019年6月,这里成立了运动康养产业功能区,总面积达558平方公里,涵盖5个建制镇、3个国家4A级景区。2020年7月,功能区启动了川、渝、鄂、滇四地森林康养基地和研究服务机构跨区域、跨行业合作。

以川渝两地合作为例,世界中医药学会联合会森林康养研究专业委员会副秘书长谢德智介绍,两地不仅实现医保异地就医联网结算,还会把重庆用户在社区医院的医疗档案传送到大邑县中医院,为他们制订旅居期间的健康服务和医疗保障方案。大邑还会组织重庆旅居人群积极参与体验大邑独特的历史文化资源和丰富的度假产品,通过开展交流活动,找到川渝一家“走亲戚”的感觉。

“我们正在创建国家级旅游度假区,在此过

程中我们会进一步细化旅游度假产品,住深层次做就是为发展康养产业打下坚实基础,让游客愿意来玩,让旅居度假人群愿意留下来。”李俊说。

文旅+康养:
感受别样乡愁

走进沙渠街道祥龙社区,稻田像一块块碧玉镶嵌在蜿蜒的西江河畔,青砖灰瓦的川西小院乡风浓郁,草坪花卉和全新打造的湖泊让祥和村像公园一样美丽。

在没有进行农村土地综合整治前,祥龙社区和当地很多农村一样,每户平均3亩至5亩土地,每亩地收入不足千元。2017年,祥龙社区按照“产景相融、产旅一体、产村互动”的思路,深挖农耕文化,做强特色农业,引入社会资本参与发展,致力打造独具特色的川西林盘聚落。

“以生态水乡为基底,我们共同打造包括稻乡渔歌在内的15个川西林盘,村子在变,老百姓的收入结构也发生了显著变化。”祥和村党委委员池国全以稻乡渔歌项目举例,该项目采用土地托管模式,实施“租金+红利”双重保障增收,农民土地流转租金的70%作为保底收入,30%作为股金入股。“全村户均因流转土地增收500元左右,在务工高峰期,平均每天有近300位村民就近务工,每人每天可赚150元。”池国全说。

现在,村里计划利用400亩集体建设用地发展民宿,为发展康养产业打基础,让更多游客、旅居老人愿意留下来。目前已有老人定居在此。

“我是一名销售人员,这些年跑了不少地方,带父母来祥龙社区参观的当天,老人即拍板过来养老。”梁国丰是山西人,父母都是70多岁的老人。“我爸妈说,村里除了环境好、空气好,更让他们满意的是屋外还配了一小片菜地,面积不大,但种老两口平时吃的蔬菜足够了。”

“林在田中,田在林中”,美丽的川西乡村形态还在持续打造中,祥龙社区的每一天都是新的。

医疗+康养:
打造和谐社区

“虽然腿脚不是很方便,但在社区里就能找到休闲、娱乐、学习的地方,时间一点也不难打发。”9月14日上午,在沙渠镇东岳花苑社区活动室里,66岁的康书云老人正在练习书法。他每天上午都坐着轮椅到活动室来,除了

图① 俯瞰西岭雪山滑雪场及映雪湖。

(成都文旅集团供图)

图② 大邑县沙渠街道祥龙社区经打造后的川西林盘——稻乡渔歌。 郑清源摄

图③ 油菜花时节的大邑县沙渠街道祥龙社区。 郑清源摄

用真情做好养老事业

□ 姜天骄

时间一长,家属探访、物资传递、文娱活动等受到限制,老年人长时间见不到家人,心里孤寂,再加上对病毒恐惧,对生命担忧,变得敏感、脆弱。这个时候,老年人更需要服务人员多花时间与精力陪伴。然而,我国大部分地区的养老机构都面临服务人员紧缺的情况。特别是在疫情防控常态化的背景之下,养老机构的服务人员不仅要坚守岗位,承担起照顾老人的职责,还要完成每天多次消杀、消毒工作,这些都对养老机构提出了更高的要求。可以预计,接下来高质量、智能化的养老服务需求将更加旺盛,倒逼养老机构转型升级。

社会将更看重养老机构的医疗资源。老年人基础疾病多,是各类病毒的易感人群,对医疗康养的需求也更高。经过此次疫情,社会将更加看重养老机构的医疗资源和救治能

力,因此,医疗资源与养老机构相结合的新型养老模式将成为未来养老主流。譬如,一些资源闲置的医疗机构可以将富余资源转型为养老服务,以开设老年专护病房或者直接转型为护理院、康复中心等方式提供医养结合型的医护服务。

要用智能化养老解决服务人员缺口问题。养老行业属于劳动密集型行业,服务人员、护理人员紧缺的现象普遍存在。在人工智能蓬勃发展的今天,一些智能穿戴设备等物联网技术,将会成为解决服务一线护理人员短缺的重要手段之一。这些设备可以代替护理人员从事一些重复性、重体力的护理工作,有利于减轻护理人员工作负担,同时,也可实现对老人身体数据的远程采集监控、远程诊疗。

要更加重视养老从业人员专业化配备。养老不仅是简单的衣食住行问题,而是一个

多行业多专业配合的综合化行业。一直以来,专业人员配备不足都是制约养老产业发展的关键。可调动养老机构、高校、技工院校等积极性,建立养老服务专业人才培养—就业—培训”机制。由高校和技工院校开设不同层次的养老护理专业,会同养老机构开展定向教学培训,毕业后直接到养老机构就业。这样既可为养老机构输送较高素质的专业人才,又可解决学生就业和就业后的继续教育问题。

康养产业既包括经济性又包括社会公益性,养老机构以及从业人员必须要有强烈的使命感和责任感。无论多么合理的机制,多么智能的工具,也不能替代真情的关爱和面对面的交流互动。总之,养老事业是一份爱的事业,要把关爱渗透到照顾老人的每一个细节,让他们老有所养、老有所为、老有所乐。