

元旦到,一批新规护航新生活

新华社北京 1 月 1 日电 (记者 齐琪) 元旦到,一批新规护航新生活!

2025 年假期总天数增加 2 天,渐进式、以较小幅度逐步推进延迟退休开始施行,职工养老保险增加病残津贴……哪条你最关注? 一起来看!

2025 年假期总天数增加 2 天

根据 2024 年 11 月修订的《全国年节及纪念日放假办法》,自 2025 年 1 月 1 日起,全体公民放假的假日增加 2 天,即农历除夕、5 月 2 日,放假总天数由 11 天增加至 13 天。

渐进式、以较小幅度逐步推进延迟退休

《全国人民代表大会常务委员会关于实施渐进式延迟法定退休年龄的决定》1 月 1 日起施行。根据决定,从 2025 年 1 月 1 日起,用 15 年时间,逐步将男职工的法

定退休年龄从原 60 周岁延迟到 63 周岁,将女职工的法定退休年龄从原 50 周岁、55 周岁,分别延迟到 55 周岁、58 周岁。

2025 年起职工养老保险增加病残津贴

《企业职工基本养老保险病残津贴暂行办法》明确,自 2025 年 1 月 1 日起,企业职工基本养老保险参保人员达到法定退休年龄前,因病或者非因工致残经鉴定为完全丧失劳动能力的,可以申请按月领取病残津贴。

91 种新药进国家医保,更好为患者减负

新版国家医保药品目录 1 月 1 日起正式实施,共新增 91 种药品,其中有 26 种肿瘤用药、13 种罕见病用药以及 15 种慢性病用药等,药品总数增至 3159 种。

大中型客货车准驾年龄延长至 63 岁

新修订的《机动车驾驶证申领和使用

规定》1 月 1 日起实施,将大中型客货车驾驶证的申请年龄上限由 60 周岁延长至 63 周岁,大中型客货车准驾车型的年龄上限由 60 周岁延长至 63 周岁。

能源法开始施行,保障国家能源安全发展

《中华人民共和国能源法》1 月 1 日起施行。作为我国能源领域基础性、统领性法律,能源法突出加快能源绿色低碳发展的战略导向,在法律层面统筹高质量发展与高水平安全,将为加快构建清洁低碳、安全高效的新型能源体系提供坚强法治保障。

学位法开始施行,保障学位工作高质量发展

《中华人民共和国学位法》1 月 1 日起施行。学位法规定,国家实行学位制度。学位分为学士、硕士、博士,包括学术学

位、专业学位等类型,按照学科门类、专业学位类别等授予。专业学位既可以通过学位论文答辩申请,也可通过规定的实践成果进行申请。

加强烈士纪念设施保护管理

修订后的《烈士褒扬条例》1 月 1 日起施行。条例完善抚恤优待和服务保障,明确一次性抚恤金发放渠道,并对烈士老年子女发放定期生活补助。条例加强烈士纪念设施保护管理,强调不得侵占保护范围内的土地和设施,增加在周边进行工程建设的限制规定等。

规范网络数据处理活动

《网络安全法》1 月 1 日起施行。条例要求网络数据处理者履行建立健全网络数据安全管理、安全风险报告、安全事件处置等义务。明确处理个人信息的规则和应当遵守的具体规定。

谈谈幽门螺旋杆菌

榆次区人民医院消化科副主任医师 乔震江

作者简介

乔震江,男,中共党员,毕业于天津医科大学。1998 年 3 月入职榆次区人民医院,从事消化专业工作近 30 年。现任山西省医师协会消化内镜分会委员,山西省老年医学会消化、消化内镜分会委员,山西省抗癌协会大肠癌整合筛查委员会委员,晋中市医学会消化、消化内镜委员会委员。

幽门螺旋杆菌,是存在于胃及十二指肠球部的一种螺旋状细菌,是世界上人群感染率最高的细菌之一。据统计,中国是幽门螺旋杆菌感染最大国,一般人群中幽门螺旋杆菌的感染率高达 50%至 80%,HP 感染者患胃癌的危险与正常人群相比可增加 4 至 6 倍。

一、幽门螺旋杆菌的危害

1.胃炎:幽门螺旋杆菌侵入人体后,破坏胃黏膜保护屏障,从而损伤胃黏膜导致胃炎的发生,患者会表现为上腹部饱胀感、腹痛等症状。

2.消化性溃疡:患者的机体受到幽门螺旋杆菌的刺激后,胃黏膜的自我保护机制以及修复功能破坏,造成过多的胃酸及胆汁分泌,从而侵蚀胃黏膜和十二指肠黏膜,引起消化性溃疡。

3.胃癌:世界卫生组织认定幽门螺旋杆菌为 I 类致癌物。如果幽门螺旋杆菌持续感染,随着病情的发展,使胃黏膜受到严重损害,从而恶变诱发胃癌。

二、幽门螺旋杆菌感染症状

1.消化异常:感染幽门螺旋杆菌,会使体内的气体升高,造成腹胀,会引起消化不良。

2.口腔异味:口臭最直接的病菌之一就是幽门螺旋杆菌。幽门螺旋杆菌在牙齿斑中生存,在口腔内发生感染后,会直接产生有臭味的碳化物,引起口臭。

3.反酸烧心:幽门螺旋杆菌会伤害胃黏膜,导致大量的胃酸反流引起反酸烧心症状。

4.腹部疼痛:当胃黏膜的保护屏障失去后,会出现消化性溃疡和胃炎引起腹痛。

三、哪些人群需要检查幽门螺旋杆菌

1.拒绝胃镜检查者;
2.预防胃癌和有胃癌家族史者;
3.不明原因消瘦、乏力、消化不良;
4.口臭、口干、口苦、口腔异味、口腔溃疡;

5.经常反酸、烧心、消化不良、食欲不振或胃痛;

6.患有慢性胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡等胃部疾病;

7.长期服用非甾体类抗炎药(如阿司匹林、布洛芬等);

8.30 岁以上,居家带孩子老人,计划备孕的夫妻也需检查;

9.经常外出就餐,不使用公共碗筷者;

10.其他与幽门螺旋杆菌有关疾病。

四、幽门螺旋杆菌检查方法

幽门螺旋杆菌检查方法分为侵入性

1.尿素呼气试验(C13 C14):这是检测幽门螺旋杆菌最常用的非侵入性检测方法。患者口服含有标记的尿素胶囊,如果胃中有幽门螺旋杆菌,它们会将尿素分解成二氧化碳,随后通过呼吸排

出。通过收集呼出的气体来检测二氧化碳的标记物,从而确定是否存在幽门螺旋杆菌感染。

2.粪便抗原检测:这是一种非侵入性检测方法,通过检测患者粪便中的幽门螺旋杆菌抗原来确定感染情况。

3.血清学检测:通过检测血液中的幽门螺旋杆菌抗体来诊断是否感染。这种方法可以判断患者是否曾经感染过幽门螺旋杆菌,但不能确定当前是否仍然感染。

4.胃镜检查:这是一种侵入性检测方法,通过胃镜取胃黏膜组织进行快速尿素酶试验或组织学检查。尿素酶试验可以快速检测幽门螺旋杆菌,而组织学检查可以观察胃黏膜的炎症和细胞变化。

5.幽门螺旋杆菌基因检测:通过聚合酶链反应技术检测胃黏膜组织或粪便中的幽门螺旋杆菌基因,这种方法灵敏度高,可以用于确认幽门螺旋杆菌是否存在。

五、幽门螺旋杆菌感染治疗

我国有 50%至 80%的人群有幽门螺旋杆菌感染,但不是所有人都必须根除幽门螺旋杆菌。

(一)以下人群建议根除幽门螺旋杆菌

1.有消化性溃疡;
2.有胃黏膜相关淋巴组织淋巴瘤;
3.有慢性胃炎伴消化不良症状,慢性胃炎伴胃黏膜萎缩及糜烂,早期胃癌已行内镜下切除或手术胃次全切除;
4.有胃癌家族史、计划长期服用消

炎药;

5.不明原因的缺铁性贫血、特发性血小板减少性紫癜;

6.个人有强烈意愿要求的患者。

(二)幽门螺旋杆菌感染的治疗

1.幽门螺旋杆菌感染的治疗方法有三联疗法、四联疗法。三联疗法是最早使用的,是联合使用三种药物来根除幽门螺旋杆菌,因为耐药率高,不容易被根治,已被淘汰。

2.目前常用适合我国人群的根除幽门螺旋杆菌感染的四联疗法,即联合四种药物连续 14 天来根除幽门螺旋杆菌,常见的药物有奥美拉唑、胶体果胶铋、阿莫西林、呋喃唑酮。如果患者对青霉素过敏,可以换用克拉霉素分散片、盐酸左氧氟沙星片、甲硝唑等药物。请在医生指导下用药。

六、幽门螺旋杆菌传播途径及预防

1.传播途径:儿童高感染现象与家族聚集性是幽门螺旋杆菌感染的显著特征,家庭内传播可能是幽门螺旋杆菌感染的主要特征。幽门螺旋杆菌可通过口口传播,如口对口喂饭、共用餐具、水杯。也可粪口途径传播,如没有养成饭前便后洗手的习惯。

2.预防:需要注意饮食习惯健康,不要过饱过饥,避免辛辣食品。公众聚餐养成使用公筷习惯。生冷食品洗净后方可食用。注意补充维生素 A,有利于保护胃黏膜,增强胃部自我保护的能力。



名医话健康

主办单位:晋中市卫生健康委员会

第 240 期