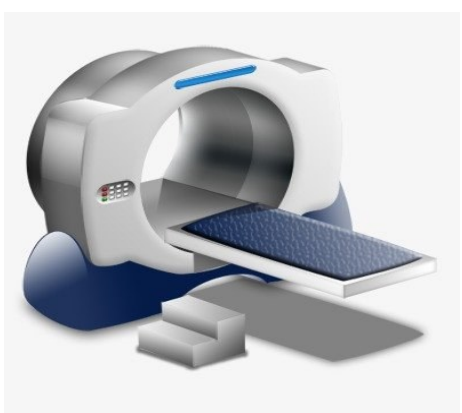


从“首秀”“首展”看医疗领域前沿“黑科技”

——进博会医疗器械及医药保健展区前瞻

新华社记者 杜康 周蕊



距离第七届中国国际进口博览会开幕还有不到一周。今年进博会，医疗器械及医药保健展区将集聚全球十大医疗器械企业、十一家世界500强制药企业，大量“首秀”“首展”亮相。

汇聚医疗“黑科技” 大量“全球首发”“中国首展”吸睛

进博会是汇聚全球创新的绝佳舞台。今年进博会将展示400多项代表性新产品新技术新服务，其中不少就集中在医疗展区。

进博会“全勤生”诺和诺德将带来15款创新药品及5款注射装置，其中胰岛素周制剂诺和期（依柯胰岛素注射液）将进行中国首展，这一用于治疗成人2型糖尿病的

创新药，一周仅需注射一次，可改善胰岛素治疗依从性。

法国企业赛诺菲今年将携囊括12款潜在重磅产品的全球研发管线，以及7款免疫领域的变革性创新成果亮相。其免疫炎症领域明星产品——达必妥今年将携携阻肺病新适应症首展。赛诺菲大中华区总裁施旺表示，达必妥是“中国速度”的见证者。“今年9月，达必妥新适应症在华获批，此次获批先于美国，而且相较欧盟和美国，中国审批用时最短。”

今年，强生将携旗下医疗科技、创新制药两大业务的百余款创新产品亮相，明星产品展区重点展出2款“全球首发”。600平方米的展台上，还有不少通过历届进博会落地中国的明星展品。

瓦里安医疗今年进博会带来的“全球首发”，是体表影像引导下的乳腺癌精准短程大分割放疗创新方案。据悉，这一放疗创新方案可以将放疗疗程从常规的5到6周缩短至1到3周，显著提升患者术后生活质量。

从“图片”到“药盒”再到“处方单” 进博会强大“溢出效应”让创新加速落地

众多大型跨国药企和医疗器械企业为何选择进博会作为其“首发”“首展”的舞台？答案是进博会强大的“溢出效应”。

自2018年首次举办以来，进博会让医疗展区的诸多展品快速完成了从“图片”到“药盒”再到“处方单”的华丽转身。

诺华公司中国区总裁兼董事总经理李尧介绍，自2018年参加首届进博会以来，诺华已有近40款创新药及适应症在国内获批，是进博会“溢出效应”的见证者。

“2020年和2021年进博会上，诺华与博鳌乐城国际医疗旅游先行区连续签署战略合作备忘录，携手将全球新产品、新技术加快引入国内。”李尧说。

武田制药全球高级副总裁、武田中国总裁单国洪说，从2020年到2024年，武田在中国已经成功获批并上市了超过15款创新产品，覆盖肿瘤、消化以及罕见疾病领域，“今年我们将带来血友病B基因疗法一款新品“全球首秀”。

今年是雅培连续第五年参加进博会。通过进博会这一“中国之约”，雅培展示的数百款创新生命科技中已有不少陆续落地中国市场，比如用于治疗心动过缓的雅培AVEIR VR单腔植入式无导线心脏起搏器，今年在中国成功获批上市并完成首批植入手术。

重大投资不断落地 外企坚定深耕中国市场

从展品到商品，再到重大投资及落地，

进博会的“溢出效应”更加坚定了跨国药企长期深耕中国市场的信心。

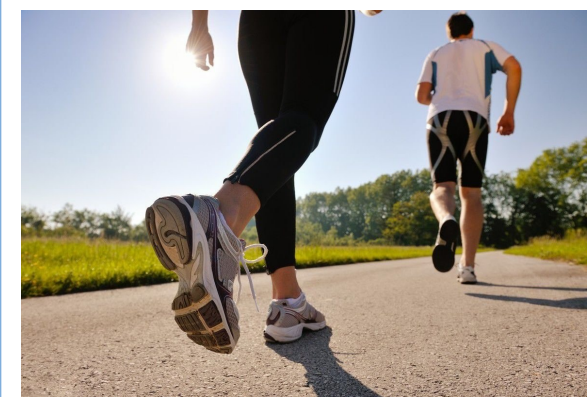
10月18日，美敦力康迪与常州国家高新技术产业开发区签署投资合作协议，共同打造集高端外科产品及设备生产制造与创新研发孵化于一体的“智造”基地和“创新中心”。美敦力全球高级副总裁及大中华区总裁顾宇韶表示，得益于进博会，美敦力加速引入并落地了众多全球领先的创新医疗科技和解决方案，“我们期待通过本届进博会进一步扩大中国医疗生态‘朋友圈’，与各方合作伙伴进一步深化合作。”

“本土创新是西药子医疗中国战略的核心部分。”“进博全勤生”西药子医疗大中华区总裁、全球领导委员会成员王皓说，西药子医疗上海创新中心与本土科创力量共同助力加速研发创新步伐，累计赋能中国企业64家，孵化相关知识产权87个，助力5家中国企业获得1.65亿元社会资本投资。

阿斯利康不断在中国市场深耕发展，近两年来投资超12亿美元，现在通过在无锡、泰州、青岛三大生产基地，向全球70多个市场出口“中国造”创新药。阿斯利康全球执行副总裁、国际业务主席及中国总裁王磊表示，以进博会为契机，阿斯利康持续助力中国创新“走出去”，自2023年以来，阿斯利康已与10家中国创新药企达成全球授权合作，累计总金额超85亿美元。

健康科普

“原地超慢跑”真能减肥吗？



减肥似乎是永不过时的话题。近日，又有一项堪称“高效低强度”的减脂运动火了起来，叫原地超慢跑。简单、不受时间和地点限制、无需任何器材、相对安全是它的特点，不少网友表示自己或身边的亲戚朋友通过这个运动瘦了下来。不过，南京市中医院(南京体育学院)运动处方师刘浩升提醒，任何有腾空过程的运动对体重基数较大的人群都不太友好，且如果需要达到减脂效果，必须要有一定的运动强度。

原地超慢跑，顾名思义，就是在原地进行的超慢跑运动。与传统跑步相比，它的速度更低，在家中或办公室的小空间内即可完成，因此受到不少人的追捧。

但在刘浩升看来，这个运动和普通的慢跑相比并没有太大差别，只要是跑步运动，都会有身体腾空的动作，而这个动作必然会对膝关节有冲击，只是冲击程度有高低之差，超重人群更建议从快走、游泳、蹬车等运动开始。

“每个人最大心率的60%~80%是减脂心率。”刘浩升告诉记者，想要达到这个心率，就不存在真正意义上低强度的说法，只是可能原地超慢跑的步幅、步频更容易被一些人所接受。运动强度和减脂效果也并不成正比，需要根据个人的身体情况合理选择运动方式和控制运动的强度。

但作为一个确实很便捷的运动，中老年人、长期久坐的办公族、焦虑人群、产后康复人群等可以把它作为一项日常的减脂运动。刘浩升建议，可以每次35~45分钟，每周3~4次，随着身体适应度的提高，再逐渐变为每周4~5次。“需要注意的是，在任何运动之前，都需要进行适当的热身，如轻松地伸展和关节活动，为接下来的运动做准备。”

此外，原地超慢跑也是一种消耗性运动，在这个运动项目前，还可以搭配10到15分钟左右的肌力训练能提升整体效果。“‘高效又低强度’的说法并不正确。想要减肥，任何一项运动都需要长期的坚持搭配合理的饮食，这必定是一场持久战。对于大多数超重和轻度肥胖症患者，可设定为每3~6个月之内，将体重降低5%~15%并维持，不要急于求成。”（来源：扬子晚报）

深秋时节养好脾胃 为健康过冬打基础

在中医理论中，脾胃是“后天之本”“气血生化之源”，其主要生理功能大致相当于消化、吸收功能，也包含物质和能量转化等代谢功能。江苏省中医院消化(脾胃病)科副主任中医师陆琳琳在接受人民网采访时表示，深秋时阳气渐收，脾胃功能相对较弱，要注重调理脾胃，增强消化能力，更好吸收食物营养，以保持健康，安然过冬。

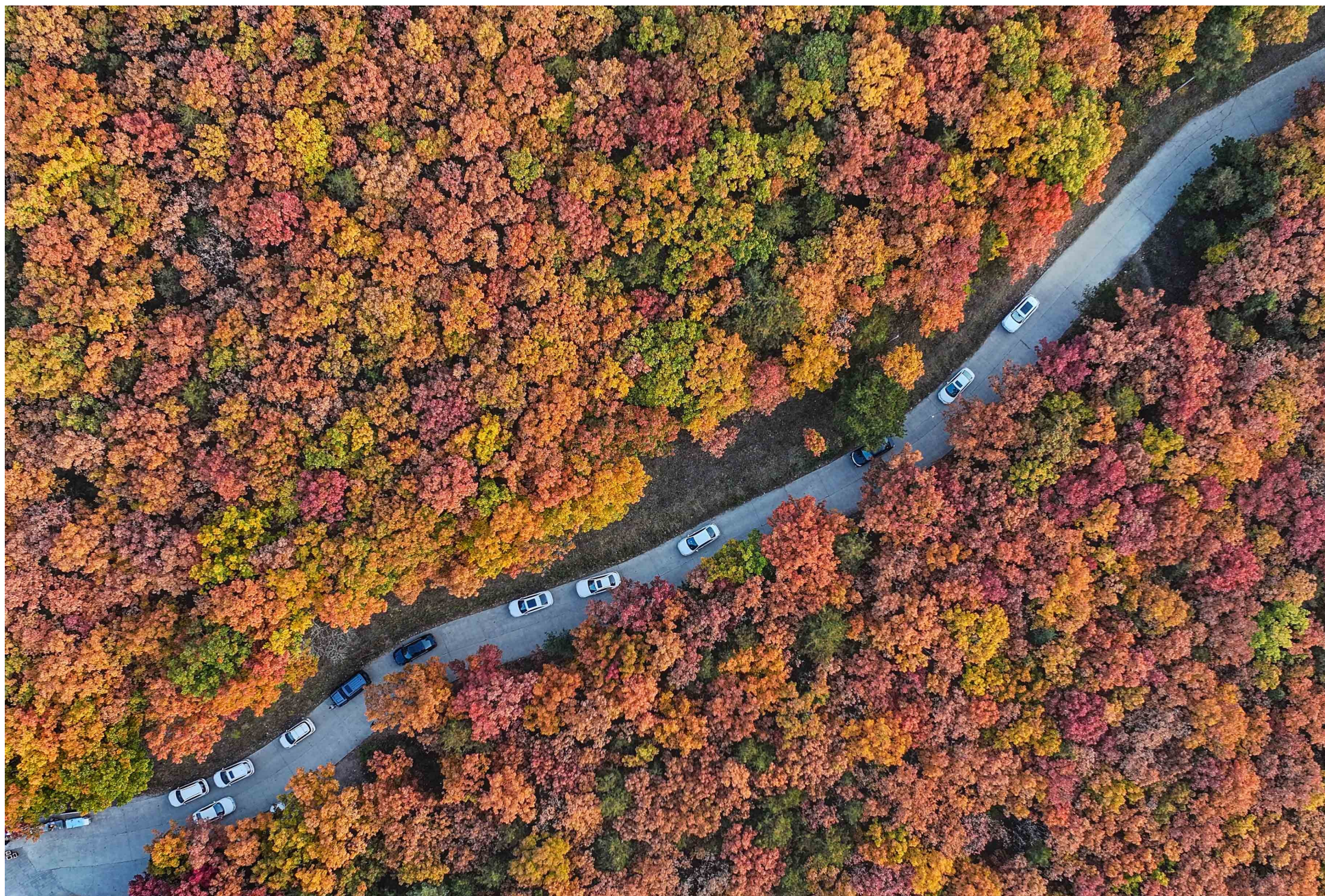
脾胃强健养五脏，脾胃是人体内水谷吸收转化的第一站，能让营养物质到达全身各处，濡养身体各个器官，让其发挥作用。若脾胃强健，气血供应就会充足，脏腑功能正常，身体状态自然较好。若脾胃虚弱，运化失常，精微物质化无源，则会出现神疲乏力、气短头晕、腹泻腹胀等症状。

规避风寒暖脾胃，深秋时节，阳气由收到藏，已不适合“秋冻”，而是要注意防寒保暖。特别注意胃部保暖，适时添衣，睡觉盖好被子。必要时除了穿衣保暖，还可以用热敷贴贴于靠腹部的衣物表面。

温润饮食养脾胃，此时饮食应以保暖润燥、健脾养胃为主，以汤类、粥类最为适宜，如小米南瓜粥、莲子百合粥、枸杞银耳粥、莲藕排骨汤等。避免过度进食辛辣刺激、生冷寒凉、油腻高脂食物。

规律运动健脾胃，运动可改善腹腔脏器的血液循环，还能促进胃肠道的蠕动，调节整个消化道。特别是饭后休息10至30分钟后散步有助于促进消化，增强脾胃功能。此外，日常还可进行太极拳、步行、慢跑等缓和的运动。

艾灸温阳调脾胃，艾灸相应穴位，有助于脾胃的运化，如艾灸三里，能起到健脾化湿助运的作用。足三里在小腿前外侧，当犊鼻穴(外膝眼)下3寸，距胫骨前缘旁开一横指。每周艾灸足三里穴1至2次，每次灸15至20分钟。（来源：人民网）



10月29日拍摄的河北省秦皇岛市海港区北港镇圆明山山野森林公园景色。秋日里，各地层林尽染，宛如一幅幅绚丽的秋日水彩画。（新华社发 曹建雄 摄）

秋日水彩画

视野

中国邮政发布《乙巳年》特种邮票图稿

中国邮政10月30日发布《乙巳年》特种邮票图稿，该套邮票将于2025年1月5日正式上市发售。

《乙巳年》特种邮票由潘虎、张旺设计。邮票以敦煌壁画和传统民俗为灵感来源，将蛇的形象与吉祥寓意巧妙结合，既体现了生肖文化的独特魅力，又凝聚了朴素灵活的民间智慧。

第一枚图名为“蛇呈丰稔”，画面提炼了中华传统文化中盘蛇的灵动意象，加以喜庆装饰和年节氛围。金色的蛇蜿蜒，口中衔着一束“嘉禾”，象征着“仓廪实，衣食足”的美好图景。蛇身金光熠熠，与璀璨的麦穗交相辉映，仿佛绘就了一幅丰收时节金光灿烂、富饶满溢的画卷，寓意着风调雨顺之年，五谷丰登之景，以及国泰民安的盛世祥和。

第二枚图名为“福纳百祥”，画面以草书笔意将三条蛇创意性地构成了“福”的字形，简练洒脱、柔美顺通。两大一小三条蛇之间情感细腻流动，顾盼生情，生动展现了阖家欢乐的温馨场景，寓意着和合共生、福满人间，寄托了人们对美好生活的无限追求与诚挚祝愿。两枚邮票不仅是对生肖之美的再次诠释，更是对盛世安康、福泽四季的深情祝福。

中国邮票讲述中国故事、塑造中国形象、弘扬民族精神，生肖邮票一直以来都深受广大人民群众喜爱，它不仅是传承和弘扬中华优秀传统文化的重要载体，更是联结古今、沟通心灵的桥梁。（新华社记者 赵文君）

这些“秋冬限定”美食不宜大量吃

秋冬季是山楂、柿子、黑枣、螃蟹等美食大量上市的时节，这些美味虽好，但吃多了可能引发危险。

“狂炫”半斤山楂，男子胃里长了结石

47岁的张先生近半个月感觉食欲不振、腹胀、恶心，发现腹痛加剧并有黑便后，张先生怀疑自己“患上肠癌”，紧急来到医院就诊。

进行胃镜和结肠镜检查后，医生发现，张先生的肠道很健康，但胃里却出现了一个5*8cm的结石。这么大的结石究竟是怎么来的？

医生仔细复盘张先生的饮食，这才发现端倪：一到秋天，张先生就喜欢吃板栗和山楂。两天前，他甚至一口气吃了半斤山楂。

这样的“秋冬限定”美食，不止张先生一人喜欢。进入秋季，很多人都会买酸甜可口的山楂品尝，不少网友曾发文称，自己大量食用山楂后出现胃部不适。

一口气吃四只螃蟹，女子患上急性胰腺炎3个月前，杭州一位25岁的姑娘小慧在

体检时查出患有胆囊结石。近日，一次吃饭时，小慧一连吃了4只清蒸大闸蟹。饭后不久，她突然感到上腹部隐隐作痛，半个多小时后疼痛加剧。

根据各项检查结果，结合小慧患有胆囊结石的既往病史，医生诊断她正是急性胰腺炎。医生表示：“患有基础疾病的人群应避免过量进食螃蟹，小慧正是吃了大量的蟹黄、蟹膏，导致重症急性胰腺炎发作。”

这些“秋冬限定”美食不宜大量吃

大量食用山楂、柿子、黑枣容易长结石，秋冬季是山楂、柿子、黑枣等成熟上市的季节，这些果实中含有大量的鞣酸、果胶、果胶及膳食纤维。鞣酸可以与蛋白质结合形成鞣酸蛋白，当胃酸较多时，鞣酸蛋白会和食物中的果胶、纤维素等成分聚合成团，形成胃石。

医生表示，是否产生结石在很大程度上受个体差异和食用量影响，而且通过脱涩处理的山楂，鞣酸含量会降低。对健康的人而言，即使产生少量鞣酸蛋白沉淀物，也可随

着胃肠蠕动排出体外。但秋冬季，进食高鞣酸食物仍需多加注意。

如何避免胃里“长石头”？食用鞣酸含量高的食物时，谨记“四不要”：

- 1.不要空腹食用。
- 2.不要大量食用。
- 3.不食用未成熟的果实。在选购山楂、柿子、黑枣等食物时，应确保其果实已成熟，以降低鞣酸含量。
- 4.有胃手术史者、糖尿病患者、甲减患者，以及老人和儿童，应适量或减少摄入鞣酸含量高的食物。

此外，还要提高胃动力：规律饮食、适当运动、保持心情愉悦，以增加胃的蠕动，提高消化能力。

这几类人群不宜过量吃螃蟹：《中国居民膳食指南》建议，成人每周吃300~500克水产品，平均每天吃40~75克水产品，约1个螃蟹。如果觉得不解馋，健康成人可酌情食用不超过2只。

患有基础疾病的人群，如胆石症、肥胖、血脂异常、糖尿病等，应避免过量进食螃蟹，尤其是蟹黄和蟹膏。

螃蟹属高敏食物，有过敏史或过敏体质的人群不建议食用。

脾胃虚寒人群、孕妇、儿童、老人也应控制螃蟹摄入量，以免影响肠胃功能，引发腹泻、腹痛、呕吐等症状。

螃蟹属于高嘌呤食物，高尿酸血症患者、痛风发作期患者不建议食用。



遗失声明

▲枣庄市嘉特商贸有限公司财务专用章丢失，编号为：3704053000273，声明作废。

欢迎刊登

中缝

广告

电话：3316016