



扫码到腊八第八火
扫码关注腊八

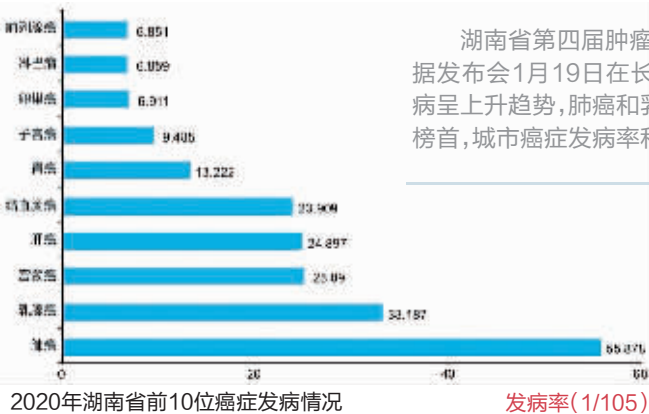
A06

民生

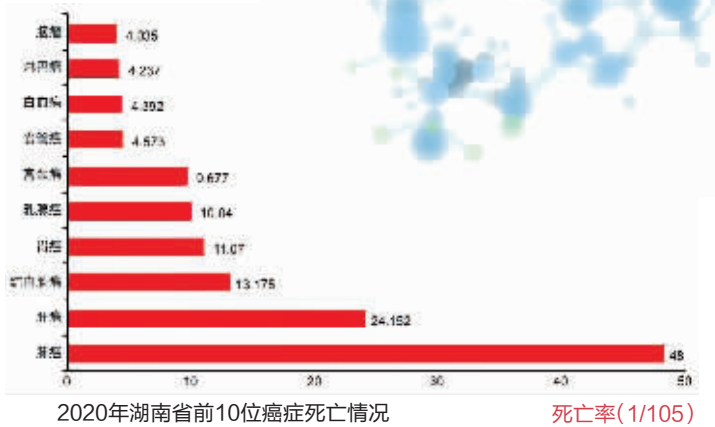
三湘都市报 2021年1月20日 星期三
编辑/曾梓民 美编/叶海玲 校对/张郁文

肺癌乳腺癌分列男女癌症发病率榜首

2020年湖南肿瘤登记年报数据出炉 城市癌症发病率和死亡率高于农村



湖南省第四届肿瘤防控大会暨2020年肿瘤登记数据发布会1月19日在长沙召开。数据显示,恶性肿瘤发病呈上升趋势,肺癌和乳腺癌分别占据男女癌症发病率榜首,城市癌症发病率和死亡率高于农村。



“腊八”巧遇“大寒” 看腊八粥正确打开方式

本报1月19日讯 俗话说,“过了腊八就是年”。作为过年的开端,在这一天大家都会喝上一碗腊八粥,期待来年能有更好的收获。1月20日,腊月初八,巧合的是这一天还是“大寒”节气的开始。作为腊八节的主角,腊八粥的正确打开方式是怎样的?三湘都市报记者就此展开了调查。(扫报眉二维码看腊八粥制作视频)

“其实腊八节的由来有多种民间传说,腊月初八这一天吃腊八粥,寓意来年风调雨顺获得丰收。通常我们素食店就会在这天免费向大家提供腊八粥。”上午10时许,记者来到了位于长沙市开福区的一间素食餐厅,餐厅的老板吴江正在厨房热火朝天的忙碌着,他告诉记者,在腊八节到来的前一天,他们店内一定会提前准备好腊八粥需要的五谷七味。“腊八粥又叫七宝五味粥、‘福慧粥’,是由多样食材熬成的粥。不同地区的腊八粥的材料也不同,但基本上都是由大米、小米、糯米等谷类,红豆、绿豆等豆类,花生、莲子等干果组成的。”吴江说,往年会有很多人特意来店吃一碗热气腾腾的腊八粥,在他看来,免费施粥是一种福气的传递,“希望明天我的腊八粥能给大家带去一份冬日的温暖。”

记者通过检索外卖软件发现,很多粥铺也推出了腊八粥套餐,价格在10元到30元不等。比起外卖软件的火热,超市内腊八粥原材料的销售情况却有些冷清。记者走访发现,虽然不少超市内设置了专门的腊八粥销售区,但销售人员均告诉记者,此区域鲜少有人驻留,销售情况不如预期。

提醒

这两类人吃腊八粥悠着点

“腊八粥营养丰富又好吃,但是有两类人群在食用时需要多多注意。”湖南省中医院呼吸内科副主任医师华光提醒。从中医的角度来说,腊八粥的食材都是药食,有养脾胃、补气血的功效,它也是养生粥。

但糖尿病患者食用过多的腊八粥可能会导致血糖波动较大,所以建议这类朋友在做腊八粥的时候不要放糖,另外可以将糯米、大米换成五谷杂粮。还有对于消化系统有疾病的朋友来说,食用过多的腊八粥可能会导致肠道胀气,以及消化不良,建议这类人群在做腊八粥的时候少放糯米、豆制品。

■记者 田甜 实习生 吴慧敏
视频 刘品贝 顾荣 实习生 任杏梓

数据 肺癌和乳腺癌分别占据男女癌症发病率榜首

湖南省肿瘤医院副院长王静发布了湖南省肿瘤登记的最新数据:肿瘤登记点从2019年40个增至2020年的80个,肿瘤登记覆盖的户籍人口数增至了5158万人。登记点数量和人口覆盖率的翻倍,意味着肿瘤登记的数据更加全面、更具代表性,也将为全省肿瘤防控工作提供更全面详实的本底数据。

根据2020年年报数据显示,2017年湖南省恶性肿瘤粗发病率为229.03/10万,粗死亡率为152.91/10万,比往年略有上升。估计全省每年有超过16万的新发癌症病例和约11万的癌症死亡病例,癌症防治形势日趋严峻。

湖南癌症发病前5位为:肺癌、乳腺癌、宫颈癌、肝癌、结直肠癌;死亡前5位为:肺

癌、肝癌、结直肠癌、胃癌、乳腺癌。其中,男性癌症发病前5位为:肺癌、肝癌、结直肠癌、胃癌、食管癌;女性癌症发病前5位为:乳腺癌、肺癌、宫颈癌、结直肠癌、肝癌。

我省癌症年龄别发病率40岁后快速提升,80岁达到高峰;癌症年龄别死亡率45岁后快速提升,80岁达到高峰。依据发病率和死亡率年龄特点,我省重点人群癌症早诊早治工作仍需加大力度。

湖南省城市癌症发病率和死亡率均高于农村,癌种构成也存在一定差异,因此,城市和农村的癌症防控工作需有针对性的开展。我省是口腔癌的高发区,具有地域化特点,要进一步依托口腔癌筛查项目探索口腔癌的危险因素和干预模式。

对策 多措并举,构筑“三早”坚实屏障

“癌症早诊早治项目已经日益成为一项维护全省人民健康、促进社会和谐民心工程和德政工程。”湖南省肿瘤医院院长、湖南省肿瘤防治办公室主任肖亚洲介绍。

2019-2020年度的癌症早诊早治项目克服了疫情影响,完成了农村上消化道癌症早诊早治项目、城市癌症早诊早治项目和口腔癌早诊早治项目三项重点工作,累计完成高危人群评估4.85万例,临床筛查2.91万例,检出癌(可疑癌)和其他阳性病变2868例,阳性检出率达9.86%,取得了很好的筛查与早诊早治效果。

同时,肿瘤登记项目点翻倍,覆盖户籍人口比例从2019年末的37.1%升至目前的70.4%,使肿瘤登记数据的代表性进一步增强;成功组织实施了全省慢病管理——癌症筛查与早诊培训项目,为全省规范开展癌

症早诊早治工作培养了人才队伍;集合了全省的科普资源制作了科普视频,发表了科普原创文章,组织开展肿瘤科普进学校、进社区活动20余场,通过线上、线下的各种形式开展了宣传教育活动,运用新媒体手段打造线上肿瘤防治科普盛宴,极大提高了居民对健康的科学认识;坚持科研创新,积极开展了多个科研项目,省肿瘤医院启动了“科研攀登计划”,加大科研支持力度,将针对肿瘤综合防治的热点、难点,有计划、有重点地遴选支持一批肿瘤医学领域的科研人才、团队。

肖亚洲建议政府能构建相应的肿瘤防控体系,进一步完善省、市、县三级“癌症防治领导小组”和“癌症防治专家委员会”,为肿瘤防控提供技术标准和规范,培养更多肿瘤防控人才。

■记者 李琪
通讯员 彭璐 颜仕鹏

7部门、29省份@在外务工的你 留下过年可好?

继29省份倡议“就地过年”后,人力资源和社会保障部等7部门近日印发通知,将于1月21日至3月底在全国开展“迎新春送温暖、稳岗留工”专项行动,鼓励引导农民工等务工人员春节期间安心留在就业地。

据不完全统计,目前已有北京、上海、广东、浙江、河南等29省份陆续发出“春节期间非必要不返乡”的倡议。一些地方针对外来工推出了免费邮寄年货、减免景区门票、发放购物券等多项鼓励政策。

用工大省广东,各级人社部门早早发出“致务工朋友们的信”,建议大家“过节不回家,把平安捎回家”。各级工会计划投入至少2600万元,向留下的工友们赠送18万份以上慰问年货或新春网购券。

链接

每人1000元留岗红包、发放消费旅游卡…… 望城真“薪”挽留务工人员就地过年

本报1月19日讯 千元留岗红包,消费旅游卡,还有新春贺礼带回家,只为留你在望城过年。今天,长沙市望城区政府、望城经开区联合出台《关于支持企业有序生产、鼓励外省员工就地过年的若干措施》,以条条干货支持企业有序生产、鼓励员工就地过年。

外省务工人员发放每人1000元留岗红包、寄送新春贺礼“回家”、发放消费旅游卡、免费赠送大礼包……该《措施》通过八条政策真金白银支

持企业春节期间稳定生产、引导鼓励省外务工人员就地过年、开展春节期间暖心关爱系列活动、常态化抓好企业疫情防控和各类服务保障。

据悉,该《措施》将由企业统一组织申报,适用范围为工商税务关系在望城区的规模以上工业企业、规模以上服务业企业和限额以上批零住餐企业;补贴对象为政策发布之日起至2021年2月28日一直在望城的外省户籍员工。

人社部相关负责人表示,1月21日至3月底专项行动期间,将鼓励企业发放“留岗红包”“过年礼包”,落实好失业保险稳岗返还、职业培训补贴等政策,适当提高补贴标准,支持中高风险地区、重点行业,引导企业不裁员少裁员。

■据新华社

提醒

这两类人吃腊八粥悠着点

“腊八粥营养丰富又好吃,但是有两类人群在食用时需要多多注意。”湖南省中医院呼吸内科副主任医师华光提醒。从中医的角度来说,腊八粥的食材都是药食,有养脾胃、补气血的功效,它也是养生粥。

但糖尿病患者食用过多的腊八粥可能会导致血糖波动较大,所以建议这类朋友在做腊八粥的时候不要放糖,另外可以将糯米、大米换成五谷杂粮。还有对于消化系统有疾病的朋友来说,食用过多的腊八粥可能会导致肠道胀气,以及消化不良,建议这类人群在做腊八粥的时候少放糯米、豆制品。

■记者 魏灿 实习生 凌玉霞
通讯员 李杨鸣