

接种超 8 亿剂次 中国何时实现群体免疫？

疫苗专家最新回应

近日,一些地方的局部散发疫情激发了当地民众接种疫苗的积极性。广东省新冠疫苗接种单日屡创新高,6 月 5 日当日全省新增接种新冠病毒疫苗达到 280.27 万剂次。截至 6 月 6 日 18 时,全省累计接种新冠病毒疫苗已达到 7123.7570 万剂次。

据国家卫健委 6 月 9 日通报,全国新冠疫苗接种已超 8 亿剂次,从 7 亿到 8 亿仅用 6 天。

在这样的情况下,我国疫苗的可持续生产是否有保障? 现有疫苗对各种变异毒株是否有效? 第一批接种灭活疫苗的人群,是否还需要开始新一轮接种? 带着这些问题,思客专访了中国疫苗行业协会会长封多佳。

我国疫苗的可持续生产是否有保障？

封多佳:为尽早地建立起全国性免疫屏障,我国已有 7 款新冠疫苗获批附条件上市或紧急使用,这些疫苗企业的疫苗产能建设是与疫苗研发生产同步进行的。同时还有更多的新冠疫苗已经获批进入临床,估计到年底我国会成为新冠疫苗品种最全和产能最大的国家。我国新冠疫苗的产能完全能够保障国内需求,同时还将为国际社会提供更多的新冠疫苗。

疫苗对变异病毒是否有效？

封多佳:截至目前的观察,变异毒株是病毒基因水平的微小变异,尚未发生质的变化,病毒的流行特征、病毒致病的严重程度等没有发生根本性的改变。同时,根据持续的研究观察,目前为止,现有疫苗仍能有效应对已发现的变异毒株。

第一批接种灭活疫苗的人群, 是否还需要开始新一轮接种？

封多佳:根据持续观察,疫苗产生保护能力的持续时间已经超过一年,相应的观察还在持续进行中。与此同时, 考虑到应对新冠疫情可能会持续较长时间的情况, 为了防止抗体水平下降导致免疫力减弱,也为了防止病毒发生很大变异而导致疫苗的针对性下降, 多个企业已经开始了加强针的研究观察,同时产能设计也已经有所安排,以备不时之需。

中国何时能实现群体免疫？

封多佳:随着我国疫苗产能不断提升,公众接种积极性不断提高, 公共卫生体系接种服务能力不断增强。预计到今年年底前完成至少 70%的目标人群接种。

近日发生的本土病例提示,防控形势依然严峻,共筑“免疫长城”,需要你我助力。因此,我们大家要应接尽接,不要犹豫, 另一方面, 也不要以为接种了疫苗就万事大吉,应该树立与疫情长期斗争的思想准备。

科兴、国药的新冠疫苗接种获世卫组织紧急使用认证,对中国疫苗来说这意味着什么？

封多佳:继 5 月 7 日中国国药中生北京公司的新冠疫苗列入世卫组织“紧急使用清单”后,科兴中维生产的新冠疫苗于 6 月 1 日获世卫组织批准进入“紧急使用清单”。这是中国疫苗研发能力、生产能力的里程碑式的成就,标志我国不仅有为全球公共卫生做出贡献的意愿和实际的善举, 而且具备了服务全球的技术能力和质量水平。

世卫组织的认证检查代表了国际标准和国际先进水平,是对一个国家的疫苗研发、生产、质量、管理乃至产业链水平全过程的极为严格的审查,所以,我国两款疫苗被列入世卫组织的紧急使用清单,说明我国疫苗行业整体水平已经进入国际先进行列。

据新华社

澳研究发现：

多吃水果或能降低患 2 型糖尿病风险

澳大利亚伊迪斯考恩大学近日发布的一项观察性研究显示,每天多吃新鲜水果与 2 型糖尿病患病风险降低存在关联。相关论文已发表在美国《临床内分泌学与新陈代谢杂志》上。

伊迪斯考恩大学近日发表公报说,该观察性研究利用澳大利亚贝克心脏病糖尿病研究所一项研究搜集到的 7675 名澳大利亚人的数据,对他们摄入水果和果汁的量及在 5 年后的糖尿病患病率进行了分析。结果显示,每天摄入至少 300 克新鲜水果的人,5 年后 2 型糖尿病患病风险降低了 36%;每天至少摄入 300 克水果的人比每天摄入不到 75 克水果的人具有更高的胰岛素敏感性。

观察性研究可以证明事件之间存在关联,但不能证明直接的因果关系。

该公报说,2 型糖尿病成为一个日益严峻的公共卫生问题, 据估算全球约有 4.5 亿人患 2 型糖尿病,还有约 3.7 亿人患这种疾病风险增加。

研究论文主要作者、伊迪斯考恩大学营养学研究所研究人员妮古拉·邦登诺表示,这项研究发现水果摄入量与胰岛素敏感性之间存在关联,表明水果摄入量较多的人分泌较少的胰岛素就可以降低血糖水平。这对健康至关重要,因为高水平胰岛素会损害血管,增加糖尿病、心脏病、高血压等疾病的患病风险。目前尚不清楚摄入水果影响胰岛素敏感性的具体机制。

研究还发现, 如果想预防 2 型糖尿病,不能用果汁替代水果,在喝果汁的人群中并没有观察到较高的胰岛素敏感性和较低的糖尿病风险。邦登诺说,这可能是因为果汁糖含量高而纤维含量少,而完整的新鲜水果除了富含维生素和矿物质外,也是植物化学物质和膳食纤维的重要来源,植物化学物质可以提升胰岛素敏感性,膳食纤维有助延缓葡萄糖向血液中释放,并维持较长时间饱腹感。

据新华社

肥胖引起代谢紊乱 专家找到治疗新靶点

武汉大学中南医院研究发现,溶酶体相关蛋白 TMBIM1 是一个抑制脂肪生成的全新因子,对脂肪生成和肥胖相关代谢紊乱发挥关键负调控作用,是治疗肥胖相关代谢紊乱的潜在分子靶点。该研究论文 6 月 8 日在《细胞·代谢》(Cell Metabolism)杂志在线发表。

随着经济发展和生活方式变化,全球肥胖率呈持续上升趋势,而伴随肥胖引起的慢性代谢性疾病, 对健康造成重大影响。目前,用于治疗或缓解肥胖及其引起代谢紊乱的治疗方法和手段有限。

武汉大学中南医院博士赵光年在袁玉峰、李红良教授等指导下,利用生物信息学手段分析小鼠和人前脂肪细胞分化的转录组学数据, 发现 TMBIM1 在脂肪细胞分化过程中有抑制脂肪细胞分化的功能。在高脂饮食喂养诱导肥胖模型中,脂肪前体细胞特异性 TMBIM1 被敲除后,小鼠的附睾脂肪组织,表现为脂肪细胞增生并改善肥胖引起的全身代谢紊乱;而脂肪前体细胞特异性 TMBIM1 转基因小鼠的附睾脂肪组织,表现为脂肪细胞肥大且代谢紊乱进一步恶化。

研究揭示, 脂肪前体细胞 TMBIM1 缺失,可以促进营养过剩诱导的脂肪组织增生并改善肥胖引起的代谢紊乱,证实了 TMBIM1 在脂肪生成和肥胖相关代谢紊乱中的功能与作用机制,为治疗肥胖相关代谢紊乱提供了新分子靶点。

据新华社

关于洗吹头发 这些错误认识你“中招”了吗？

关于洗头发的那些错误认识

错误一:天天洗伤头发。有些人觉得天天洗头,易引发头痛、脱发等问题。其实,洗头的频率因人而异,以头发不油、不干为准。如果是“大油头”或出席重要场合,天天洗是可以的。洗头对头发毛囊本身并无影响,一般也不会造成头痛、脱发。但要注意的是,普通去屑洗发水一般可以每天使用,而含有二硫化硒或者酮康唑成分的药剂类去屑产品, 不要长期使用。

错误二:热水能生发。网上有种说法是,用热水洗头可加快血液循环,帮助毛发生长。这是误传,洗发水温建议控制在 40 摄氏度左右。

错误三:洗头时间有禁忌。洗发和洗澡、洗脸一样,并没有什么时间要求,早中晚洗都可以,怎么方便怎么来。目前并

没有研究表明, 月经期间洗头会引起痛经或头痛。

错误四:洗澡先洗头会导致脑溢血。有流言说人的血管非常薄弱,遇上高温就会“热胀”,一不小心就会爆裂。冬天洗头时一碰热水,血液一下子就集聚到头部,这时如果马上洗头,可能会导致头部血液流通不畅,长期如此,可能诱发脑血管疾病甚至导致脑溢血。其实,洗澡诱发的脑卒中,原因并不是大脑血管受热膨胀,而是因为洗热水澡时体温升高、心率加快引起的血压变化,有可能诱发脑卒中。

洗完头,如何正确干发？

通常有几种选择,如方法不当,就会损伤发质。

1.搓干。洗头后用毛巾大力揉搓头发,这是很多人都会有的惯性动作,可能

会造成发质损伤,让发质越来越差。湿发时头发表面的摩擦力增大,会增加对头发纤维的机械损伤。

2.自然干。如果是短头发的男生,那么让头发自然风干就很方便。但是对于女生,尤其是长发飘飘的女生而言,等到头发自然干是很浪费时间的一件事。

3.按干。按干头发是比较温和可取的方法,顺着头发毛鳞片,从上至下用毛巾轻柔按压出头发里的水分。

4.吹干。用吹风机吹干,虽然也会对头发造成一定的损伤,但却是更加省时省力的操作。使用吹风机时,注意以下三点:吹风机的温度尽量调低一些,最好减少使用高温电吹风;吹风机跟头皮需保持 15 厘米以上的距离,吹的时候要时不时地抖动一下吹风机;不要吹太久,也不要把头发吹得特别干。

据人民网