

新闻万花筒

刘仕敏¹ 王晓庆¹

¹武汉美捷登生物科技有限公司

研究：每日跳动6分钟有助预防骨质疏松

随着年龄的增大，不少人体内激素水平会降低，骨骼密度和强度也会随之降低，骨头也就会变脆，形成骨质疏松症。这种症状会严重困扰人们的日常生活。

据香港《东方日报》1月11日报道，近日，英国一大学有研究指出，只要每次跳动六分钟、每周三次、每次三十下，就有助于让骨质密度每年增加2%，进而预防骨质疏松。

来自英国曼彻斯特都会大学的研究人员为14名五十岁以上的女性做了测试。研究结果指出，女性反向跳的话可以达到增加骨质密度的最佳效果，这要求女性先将手臂旋转伸高，再利用大腿的肌肉跳起。此外，女性还可以作其他的跳跃动作，例如从约20厘米高的盒子上跳下来。只要在腿部和臀部肌肉上施加压力，则可增强骨质密度。

来源：环球网

女性比男性更长寿？研究：女性大脑年龄更年轻

据外媒报道，女性往往比男性长寿，身心健康的时间也较长久，近日发布的一项新研究或可解释这种现象的背后原因，那就是女性大脑年龄平均比实际少了3岁以上。

法新社报道称，研究人员让121名女性和84名男性接受正电子断层扫描(PET)，测量脑部代谢和氧气及葡萄糖在大脑内的流动。刊登于美国学术期刊《国家科学院学报》(Proceedings of the National Academy of Sciences)的研究指出，受试者年龄从20至80岁不等，在这些年龄范围内，女性大脑较男性大脑年轻。

机器学习算法显示，女性大脑年龄平均比实际年轻3.8岁，男性大脑则比实际大了2.4岁。

来源：中国新闻网

17种抗癌药纳入医保后为患者减轻药费负担超过75%

中国国家医疗保障局发布消息称，截至2018年12月31日，中国全国医疗机构和药店按谈判价格采购17种国家谈判抗癌药累计报销人次4.46万人次，报销金额2.56亿元(人民币，下同)，医保报销后费用负担降低超过75%。

医保局称，截至2018年12月31日，全国医疗机构和药店按谈判价格采购17种国家谈判抗癌药总量约为184万粒(片/支)，采购总金额5.62亿元，与谈判前价格相比节省采购费用9.18亿元，累计报销人次4.46万人次，报销金额2.56亿元，医保报销后费用负担降低超过75%。

据悉，除2018年新上市的4种药品(阿扎胞苷、安罗替尼、塞瑞替尼、伊沙佐米)无对比数据外，其余13种药

品采购量约为156万(粒/片/支)，比2017年同时段(61万粒/片/支)增加155.4%，即国家谈判后全国用药量是去年同期的2.5倍，说明有大量患者得到有效救治。

来源：中国新闻网

研究：流感可能使中风几率增加40%

据英国《每日邮报》2月1日报道，美国哥伦比亚大学领导的一项研究发现，患流感可能使人们中风的几率增加40%，而且这种风险可持续长达一年。

目前，研究人员尚不确定为何两者存在这种联系，但表示这可能是由于流感引起的炎症——内部肿胀所致。这项研究发现进一步证实了先前的研究，即流感疫苗可以降低人们患中风的风险。近年来，流感疫苗接种率有所下降，去年冬天只有不到一半的体质较弱人群接种疫苗。众所周知，流感可导致严重和可能危及生命的并发症，如肺炎，败血症和心脏病。

由纽约市哥伦比亚大学的Amelia Boehme博士领导的科学家们研究了30912名中风患者的入院医疗记录。研究参与者中有49%是男性，84%来自城市地区，平均年龄为72岁。研究人员查看了每位患者中风前两年的住院史。他们发现，如果人们在过去15天内因流感样症状入院治疗，那么患中风的几率会高出40%。

来源：环球网

研究：孤独感有35%源自基因交流有助缓解

据英国《每日邮报》1月17日报道，日前，一项来自加拿大西安大略大学的研究发现，人类的孤独感有35%是由基因引起的，但与朋友一起度过美好的时光可以缓解孤独感。

众所周知，孤独不仅会增加悲伤感，还会给人体健康带来威胁，如导致人类过度肥胖，增加患心脏病、糖尿病的风险，甚至可能引发死亡。近日，一项发表在《人格研究期刊》上的研究表明，具有神经质型人格的人更容易感到孤独，但与他人的交往以及朋友的陪伴有助于缓解这种孤独感。

西安大略大学的研究人员对成年双胞胎进行研究后发现，一对双胞胎在同一个家庭中生活、成长，并且平时接触同样的人，如果他们是异卵双胞胎，那他们有50%的基因都是相同的；如果他们是同卵双胞胎，那他们有100%的基因都是相同的。此外，在任何情况下，他们都比普通的两个人在基因和环境方面有更多的共同因素，但如果把他们放在不同的环境中，他们的共同因素就会发生改变。

来源：环球网