

2014北京健康白皮书发布 北京人均期望寿命81岁

□本报记者 黄葵



昨天,北京市卫计委公布2014年度《健康白皮书》,其中公布,去年北京人均期望寿命(即0岁时的可预期寿命)为81.81岁。此次白皮书首次披露了北京各区县人口的期望寿命。东城、西城最高,分别达84.38岁和84.26岁;城区普遍高于郊区,朝阳、海淀、丰台区均超过82岁;平谷密云最低,均为79.09岁。

2014年度健康白皮书的主要内容涉及到本市居民人口基本情况、慢性非传染性疾病及相关危险因素等九个主要方面。

每五个人中就有一个老人

今年,本市首次公布了户籍

居民“人口金字塔”图即人口结构变化的情况。数据显示,北京市人口基本健康指标继续位于全国前列,人口数量进一步增大。2014年底北京市常住人口为2151.6万人,比2013年增加36.8万人,增长率为1.7%,与此同时,人口老龄化特征愈发明显。2014年北京市60岁及以上老年人口为301.0万人,占户籍人口的22.6%;65岁及以上老年人口204.3万人,占户籍人口的15.3%,老龄人口的比例进一步加大。

相关负责人介绍,北京市人口金字塔与全国基本一致,目前北京的“人口金字塔”成纺锤形,更接近收缩性状况,这意味着未来北京的人口成减少趋势。

癌死率连续八年居死因首位

慢性病仍是威胁居民健康的首要疾病。2014年北京市户籍居民的主要死亡原因为慢性病,前三位死因分别为恶性肿瘤、心脏

病和脑血管病,占全部死亡的73.2%。

与2013年相比,除脑血管病、内分泌、营养和代谢疾病、消化系统疾病、神经系统疾病和传染病死亡率下降外,其它疾病死亡率均有所上升。

以恶性肿瘤为例:2014年北京市户籍居民恶性肿瘤死亡率为168.90/10万,占总死亡的27.1%,比2013年上升2.3%,已连续八年成为北京市的首位死因。其中肺癌、肝癌、结肠直肠癌列为恶性肿瘤死亡的前三位,分别占恶性肿瘤死亡的31.5%、10.3%和10.2%。男性恶性肿瘤死亡前三位是肺癌、肝癌、结肠直肠癌,共占男性恶性肿瘤死亡的56.1%。而女性前三位是肺癌、结肠直肠癌和乳腺癌,共占女性恶性肿瘤死亡的47.1%。

居民肥胖率再增3.8%

2014年全市开展的北京市居

民慢性疾病及相关危险因素调查结果显示,北京市18—79岁常住居民吸烟率为28.6%,比2011年下降2.7%;饮酒率为31.2%,比2011年下降33.3%;体力活动不足率为26.0%,比2011年降低18.0%。这些指标都说明,北京市居民正在逐渐远离吸烟、过量饮酒、不运动的不良生活方式。

居民慢性病成上升趋势,2014年北京市18—79岁常住居民主要慢性病与2011年相比,高血压患病率增加3.3%,糖尿病患病率增加1.1%,肥胖率增加3.8%。数据显示,北京市18—79岁常住居民超重率达到了35.6%。

专家表示,若不能有效控制慢性病的危险因素,患病人群还会迅速增加,这些疾病与人口老龄化、人口红利消失等因素叠加将会进一步加重社会经济负担。加强对各类健康危险因素的干预,引导居民选择健康的行为生活方式来预防慢性病的威胁,仍然是今后一个时期的重要任务。

【健康红绿灯】

绿灯

香蕉有益心血管



当体内缺钾时,会发生心律不齐、心动过速、血压下降等情况时香蕉的功效就开始发挥了,一根香蕉含钾400毫克,钾可保持正常心肌收缩的协调作用,能使神经肌肉兴奋性维持常态,使心肌收缩与舒张功能协调,从而起到维持血压稳定和预防心血管疾病之功效。

葡萄干保护牙齿



葡萄干内含有多种抑制口腔细菌生长的化合物,非但不损害牙齿,而且能够有效地防止蛀牙、牙龈炎和牙周炎等口腔疾病。

红灯

不要当游戏狂人



每天坐在电脑前疯狂通关的男人和长时间开车的有车一族,都存在用眼过度、久坐不动的情况。别以为每天对着电脑伤害的只是眼睛,中医认为:久视伤肝、久坐伤骨,对此,专家提醒:多运动,多锻炼。

生活资讯

价格走势预测 本周鸡蛋蔬菜价格回落

本周,随着张家口、承德等冷凉地区蔬菜逐渐上市,本市蔬菜供应充足,批发价格继续呈量增价减趋势;猪肉批发价格持续上涨;鸡蛋批发价格小幅回落;粮油价格以稳为主。

粮油价格以稳为主。从东北产区了解,目前农民手中可售余粮较少,市场上原粮供应主要以国储、地方储备粮为主。但从近期每周定期国储粮竞拍来看,成交量较小,淡季运行态势明显。本市粮油批发市场,受近期北京地区降水天气增多影响,加之气温较高,不利于大米储存,经销

商销售积极性下降。进入7月份后全市大中小学陆续放假,需求量继续呈减少趋势,粮食价格上涨空间有限。上周,美国芝加哥期货交易所大豆期货价格周环比上涨2.78%,豆油期货价格周环比下降3.45%,天津港进口大豆到港分销价格每吨2960元,周环比下降1.33%。受大豆原料供应宽松影响,部分大豆油销售品牌下调大豆油价格,但降幅较小,约为1元左右,加之近期豆粕价格下降,加工企业利润率降低,价格进一步下降空间有限,预计本周粮油批发价格以稳为主。

猪肉价格涨幅有限。上周,本市生猪收购价格持续上涨,屠宰量微幅增加。顺鑫鹏程生猪周平均收购价为每500克8.02元,周环比上涨3.97%。日均屠宰量约为4026头,周环比增加0.95%。从市场上了解,生猪收购价格继续上行,全国大部分地区已接近或是突破每斤8元,但后期价格上涨空间逐渐收窄,其主要原因:一是暑期来临,全市学校即将放假,加之气温升高,猪肉需求量规律性减少,致使价格回落;二是受猪肉价格上涨影响,价格相对较低的鸡鸭等禽肉替代

性作用增加,猪肉价格上涨空间减少。预计本周猪肉批发价格继续呈上涨趋势,但涨幅有限。

鸡蛋价格持续下降。进入7月份,受全市大中小学放假影响,鸡蛋销售进入季节性淡季,加之产区鸡蛋存栏量大,对本市鸡蛋供应充足,鸡蛋价格上涨空间有限,预计本周鸡蛋批发价格持续小幅下降。

蔬菜价格季节性回落。随着河北北部张家口、承德等冷凉地区蔬菜逐渐上市,本市蔬菜上市量进一步增加,蔬菜批发价格继续呈小幅回落趋势。预计本周本市蔬菜供应充足,批发价格小幅回落。

北京市职工物价监督总站
北京市发展和改革委员会
价格监测中心

干活治疗两不误 “老腰突”一定要用益身轻

**老腰突 新选择
选对方法在家就能治**

得了腰椎间盘突出,患者苦不堪言,轻则腰腿疼痛、酸、疼、麻、胀……重则站立困难,卧床不起,影响家庭。

腰椎间盘突出是人体最大的无血管组织,药物治疗很难达到效果。物理治疗是“老腰突”的上选。牵引作为医院常规治疗方式,已经比较成熟,大多数人都适用,但到医院做牵引,来回折腾,疲劳易复发!

益身轻,在家持续做牵引,治疗干活两不误。每次使用,先拉升再固定,扶正腰

椎,贴护腰板,疼痛减轻并慢慢消失,还能

严格的临床验证,物理治疗,安全有效。

**解除压迫,持续牵引,支撑保护
益身轻,专治腰椎间盘突出症**

治腰突,解除压迫是核心,持续牵引才有效。益身轻通过“牵引—支撑保护”循环往复的持续牵引疗法,将腰椎间盘间隙拉宽,有效解除神经压迫,改善局部血液循环,达到治疗目的。

益身轻是经过国家药监部门批准认证的腰椎间盘突出症专用医疗器械,经过了

千元补贴 回馈社会
益身轻就想救治更多人

腰突患者不仅被腰椎间盘突出症的病痛折磨,还有些患者因病致贫,为了减轻患者的负担,军威医疗特决定在物价局定价1980元的基础上,给予“老腰突”1000元的补贴,每个省市自治区前一百名购买的腰突患者,只需980元,就可以购买最新一代的益身轻腰椎间盘突出治疗器。

**益身轻
腰椎间盘突出症
治疗器**



**今日订购
更有惊喜**

冀食药监械(准)字2013第2260143号
冀医械广审(文)第2014010002号

公司地址:北京市丰台区南四环西路186号汉威国际广场四区1号楼2层
(丰台科技园区内) 服务时间:8:30—19:00 周一至周日

咨询订购热线 **400-185-0658**