

每天刷牙可降低医院获得性肺炎发病率

根据近日发表于《美国医学会杂志-内科学》的一项新研究,每天刷牙有助于降低医院获得性肺炎的发病率,进而降低重症监护病房死亡率。

当口腔中的细菌进入患者的呼吸道并感染肺部时,就会发生医院获得性肺炎,身体虚弱或免疫力低下的患者在住院期间尤其容易患病。美国布里格姆和妇科医院及哈佛皮尔格林医疗保健研究所的研究人员,希望了解住院患者每天刷牙是否与较低的医院获得性肺炎发病率和其他结果有关。

研究小组综合分析了15项随机临床试验、2700多名患者的数据,这些试验比较了定期刷牙的口腔护理与不刷牙的口腔护理对

医院获得性肺炎发生率和其他结果的影响。研究显示,每天刷牙可以减少口腔中的细菌数量,从而降低发生医院获得性肺炎的风险。

“我们在这里看到的死亡率降低的信号是惊人的。这表明,在医院定期刷牙可以挽救生命。”论文通讯作者、哈佛皮尔格林医疗保健研究所教授Michael Klompas说。

该团队进行了系统回顾和荟萃分析,以确定每天刷牙与医院获得性肺炎之间的关系。结果显示,每天刷牙的患者与不刷牙的相比,其医院获得性肺炎的发病率更低。

“在医院预防医学领域,找到牙刷这样既有效又便宜的东西实属少见。我们的研究表明,像刷牙

这样简单的事情可以产生很大的影响,而无需一种新的设备或药物。”Klompas说。

分析发现,每天刷牙还与显著降低重症监护病房死亡率等有关。不过,研究人员也指出,此次回顾性研究中的大多数临床试验都探讨的是牙齿清洁方案对重症监护室成年病患的作用。他们希望,刷牙带来的保护作用也适用于非重症监护病房的患者,但还需要对这一人群展开更多研究。

这项最新研究结果强调了包括刷牙等日常口腔清洁措施对住院患者的重要性,将有助于推动院方制定并实施相关政策和计划。

据《中国科学报》报道

最新研究显示:每天半杯豆,减重防潮热

更年期女性通常会采用激素替代疗法来减少潮热等不适症状。然而,该疗法存在一些缺点,例如会增加卵巢癌以及乳腺癌的风险。幸运的是,美国乔治华盛顿大学一项研究表明,每天摄入半杯熟黄豆的低脂素食饮食,可以将潮热的发生率降低88%,同时还能显著减轻体重。

研究团队招募了84名绝经后女性,她们每天都会出现两次或多次潮热症状。她们被随机分配到干预组和对照组,干预组采用低脂纯素饮食,每天食用半杯煮熟的大豆,对照组则在12周内不改变饮食。12周后,研究人员发现,纯素饮食的参与者中,中度至重度潮热下降了88%,参与者平均减重约7.3斤。这与激素替代疗法的成功率大致相同,激素替代疗法减少潮热的有效率为70%至90%。两者最大的区别在于,改变饮食习惯要简单得多,并且出现医疗并发症的风险显著降低。

“这项研究证明了饮食干预对更年期症状的有效性。”研究人员同时表示。这种饮食模式有望减少更年期女性患心脏病、乳腺癌、体重增加和记忆变差的风险。研究结果发表在《更年期》杂志上。

据《生命时报》报道

本报免费刊登各类声明、启事、公告等信息

群众少跑腿 数据多跑路
持续助力优化营商环境

登报热线:
0471-967967



扫描二维码看登报流程

声明:若发现有个人或机构收费后在内蒙古晨报刊登分类信息的,请拨打上方热线进行举报。

◆内蒙古振益大件物流有限公司,蒙B3H21挂运输证丢失,证号150203176164,特此声明。

◆乌兰浩特市隆润电子产品经营部遗失地税税务登记证副本,税号:内地税字371324198009066822号,国税税务登记证副本,税号:内国税字37132419800906682201,现声明作废。

◆鄂尔多斯市亿福房地产开发有限责任公司,注册号/统一社会信用代码:91150600783001308H,不慎将不动产权证丢失,证号:鄂产权证东胜区字第10512122268,现声明作废。

◆宁城县锦堂香牛肉面馆公司,注册号/统一社会信用代码:92150429MAC8533G1L,遗失宁城县市场监督管理局核发的食品经营许可证正本,核发日期:2023年2月16日,许可证编号:JY21504296047647,声明作废。

◆青山区金麦面馆,统一社会信用代码:92150204MAOPXXW03Q,遗失包头市青山区市

◆赵国伟遗失精神残疾人证,残疾人证号15010519840905411663B1,现声明作废。

◆内蒙古己米网络科技有限公司,统一社会信用代码:91150621341303683W,遗失公章(编号:1506210009923)一枚,现声明作废。

◆鄂托克旗诚运运输有限公司,注册号/统一社会信用代码:91150693MAOMYKTO48,遗失公司章程一枚,现声明作废。

◆内蒙古恩新煤炭有限责任公司,注册号/统一社会信用代码:91150627MA0QH3WY3K,遗失预留银行印鉴财务章,现声明作废。

◆内蒙古恩新煤炭有限责任公司,注册号/统一社会信用代码:91150627MA0QH3WY3K,遗失法人代表(法人姓名:巴力吉,编号:1506270022737)一枚,现声明作废。

◆内蒙古恩新煤炭有限责任公司,注册号/统一社会信用代码:91150627MA0QH3WY3K,遗失财务章(编号:X1506270020542)一枚,现声明作废。

◆巴彦淖尔市坤常商务有限公司,注册号/统一社会信用代码:91150891MABU2AT23M,遗失公章(15089110000684)一枚,财务章(15089110000685)

◆蔡艳,中国传媒大学电影学硕士生,学号1795201303L3003,遗失学位证书原件(证书编号:1003332020100665),现声明作废。

◆今有郭荣富灵活就业社保税票2020年度12月份收款发票1张遗失,身份证号码:150204196412070336,现声明作废。

◆内蒙古蒙怪食品有限公司,注册号/统一社会信用代码:91150821MACAD44Q8N,遗失公章(编号:15082110007756)一枚,现声明作废。

◆内蒙古自治区市场监督管理局核发的食品经营许可证副本,核发日期:2018年10月23日,许可证编号:YJ21502040643880,声明作废。

◆孙占臣遗失内蒙古兴安盟乌兰浩特市蒙佳房地产开发有限公司开具的购房收款收据,房号:君御华庭一期19幢1单元202号房,现特此声明。

一枚。现声明作废。

◆巴彦淖尔市车易融汽车服务有限公司,社会信用代码:91150802MA13PTGGX9,遗失财务章编号:1508020050214一枚,现声明作废。

◆宁城县蜜雪冰城茶饮店,注册号/统一社会信用代码:92150429MA0NE8970X,遗失宁城县市场监督管理局核发的食品经营许可证副本,核发日期:2019年01月21日,许可证编号:JY21504296006040,现声明作废。

◆赵文艺(身份证号码:150123200001077616)遗失与呼和浩特市富润房地产开发有限公司签订的购买呼市富力天禧城T5-1-1201房的合同。名称:商品房买卖合同(草签合同)。签署地址:呼和浩特市回民区富力华庭S10商业富力公司。签订日期:2023年6月21日,现声明作废。

◆王华遗失身份证,证号:152634196712153311,声明作废。

◆镶黄旗盛世鑫源风力发电有限责任公司遗失电力业务许可证副本,许可证号:1910521-01077,现声明作废。

◆姓名:芦信忠泽,性别:男,遗失出生医学证明,编号:F150338330,现声明作废。

◆本人胡日钦毕力格,身份证号:152221198612046119,由于不慎将呼和浩特恒大华府二期地下车位2-1079(收据/停车位使用协议)丢失,收据编号21007205,金额48000元,由此造成的一切后果与恒大地产集团呼和浩特有限公司无关,特此声明作废。

◆李文龙遗失律师执业证,执业证号:11501201810070293,现声明作废。

◆咸丰遗失呼和浩特市鹏盛房地产开发有限责任公司开具的购万锦香韵住宅小区6-1-601的购房款收据,2021年3月29日,收据编号:3271651,金

额:1891元。特此声明。

◆本人陈良全遗失呼和浩特市永泰房地产开发有限公司开具的储藏室收款收据1张,房号:永泰城御景二期32号楼201号储藏室,收据号码:0130490(开票日期:2022年06月14日,金额:20980元);现声明作废。

◆赤峰梁宏房地产开发有限公司遗失中国工商银行股份有限公司赤峰松山支行基本户开户许可证1份,核准号J1940005779601,声明作废。

◆乌兰浩特市隆润电子产品经营部遗失地税税务登记证副本,税号:内地税字371324198009066822号,国税税务登记证副本,税号:内国税字3713241980090662201,声明作废。

◆赤峰梁宏房地产开发有限公司遗失中国工商银行股份有限公司赤峰松山支行基本户开户许可证1份,核准号J1940005779601,声明作废。

◆乐新风(150102195110292520)不慎将中国人寿保险股份有限公司呼和浩特分公司保证金收据丢失,工号:15010600063382,押金1000元,现声明作废。

◆内蒙古海洋物业服务服务有限公司不慎遗失呼和浩特市赛罕区秀水佳园小区10号楼-16#车库、11号楼-3#车库、18号楼-4#车库、11号楼-19#车库、11号楼-26#车库的房屋订购单原件,现声明作废。内蒙古海洋物业服务服务有限公司 2023年12月24日

◆鄂尔多斯市东胜区水土保持监督检查站公司遗失中国建设银行股份有限公司鄂尔多斯文明路支行专用存款账户开户许可证1份,核准号Z2050000293001,账号为:15001686646058066688,现声明作废。

◆红山区翔达劳保用品店遗失中国建设银行股份有限公司赤峰三西街支行基本户开户许可证一份,核准号:J1940005816901,银行账号:15050164664300000387,现声明作废。

◆林枝遗失预收呼和浩特市新城区一村产业用房房款专用收据一张,收据号码:1301975(开票日期:2019年3月2日,金额:十万元整);现特此声明。

◆本人陈良全遗失呼和浩特市永泰房地产开发有限公司开具的储藏室收款收据1张,房号:永泰城御景二期32号楼201号储藏室,收据号码:0130490(开票日期:2022年06月14日,金额:20980元);现声明作废。

◆赤峰梁宏房地产开发有限公司遗失中国工商银行股份有限公司赤峰松山支行基本户开户许可证1份,核准号J1940005779601,声明作废。

◆乌兰浩特市隆润电子产品经营部遗失地税税务登记证副本,税号:内地税字371324198009066822号,国税税务登记证副本,税号:内国税字3713241980090662201,声明作废。

◆赤峰梁宏房地产开发有限公司遗失中国工商银行股份有限公司赤峰松山支行基本户开户许可证1份,核准号J1940005779601,声明作废。

◆乐新风(150102195110292520)不慎将中国人寿保险股份有限公司呼和浩特分公司保证金收据丢失,工号:15010600063382,押金1000元,现声明作废。

◆内蒙古海洋物业服务服务有限公司不慎遗失呼和浩特市赛罕区秀水佳园小区10号楼-16#车库、11号楼-3#车库、18号楼-4#车库、11号楼-19#车库、11号楼-26#车库的房屋订购单原件,现声明作废。内蒙古海洋物业服务服务有限公司 2023年12月24日

◆鄂尔多斯市东胜区水土保持监督检查站公司遗失中国建设银行股份有限公司鄂尔多斯文明路支行专用存款账户开户许可证1份,核准号Z2050000293001,账号为:15001686646058066688,现声明作废。

◆红山区翔达劳保用品店遗失中国建设银行股份有限公司赤峰三西街支行基本户开户许可证一份,核准号:J1940005816901,银行账号:15050164664300000387,现声明作废。

◆菲瑞林遗失身份证,证号:150104199901052612,现声明作废。

◆多伦县永春房地产开发有限公司,统一社会信用代码:9115253157888464XN,法人:杨文勇,遗失公章一枚,现声明作废。