

南京发布健康数据:2013年人均预期寿命男性为79.60岁,女性为83.94岁

# H型高血压最易致中风 体检表中“HCY”指标要细看



昨天,南京市疾控中心发布《2013年南京市居民死亡统计简析》,据《简析》透露,2013年南京人人均预期寿命为81.70岁,男性为79.60岁,女性为83.94岁。2013年度年中南京人口数637万人,全年出生数6.39万人,全年死亡数3.73万人。南京人健康第一杀手,是脑血管病。

通讯员 范华锋 周艳琴 胥林花 现代快报记者 刘峻

南京市2013年系统疾病前十位死因

死因顺位	疾病名称	死亡率(/10万)	标化率(/10万)
1	循环系统疾病	244.61	211.77
2	肿瘤	186.63	158.51
3	呼吸系统疾病	63.18	55.55
4	损伤和中毒	30.49	27.55
5	内分泌、营养和代谢的其他疾病	15.74	13.36
6	消化系统疾病	12.21	10.56
7	神经系统疾病	9.04	8.03
8	泌尿生殖系统疾病	8.02	6.76
9	传染病和寄生虫病	3.44	3.10
10	精神障碍疾病	2.50	2.15

南京市2013年单病种前十位死因

死因顺位	疾病名称	死亡率(/10万)	标化率(/10万)
1	脑血管病	142.88	122.90
2	肺癌	43.50	36.68
3	慢性下呼吸道疾病	37.46	32.50
4	胃癌	37.16	31.33
5	其他冠心病	35.06	30.76
6	急性心肌梗死	30.95	26.83
7	肝癌	19.68	16.73
8	食管癌	19.14	16.20
9	其他心脏病	15.28	13.35
10	糖尿病	14.97	12.68

## 出生报告

### “蛇宝宝”少于“龙宝宝”

据悉,从2002年到2012年,南京市累计出生53万余人,2012年全市出生“龙宝宝”6.56万人,是近五年来,南京出生人数最多的一年。

昨天,南京市疾控中心发布的“简析”显示,2013年,全市出生人口与死亡人口,均比2012年有所下降。全年出生人口6.39万人,相当于每天有175名宝宝出生。专家预测,受“单独二胎”政策的影响,南京未来几年,出生人口会继续增加。根据相关部门的预测,2014年7.0万人,2015年7.2万人。

2013年全年死亡数3.73万人,比2012年3.95万人有所减少。2013年户籍居民在医院病房死亡占总死亡24.6%,急诊室死亡占总死亡3.2%,发生在家中死亡占总死亡的68.5%。

### 南京人人均预期寿命增加了1岁多

2013年南京人人均预期寿命为81.70岁,男性为79.60岁,女性为83.94岁。分别比2012年上升了1.44岁,1.3岁和1.59岁。

什么是“预期寿命”呢?疾控中心专家介绍,人口平均预期寿命和人的实际寿命不同。所谓预期寿命,是指在现阶段每个人如果没有意外,应该活到这个年龄。它是根据婴儿和各年龄段人口死亡的情况计算后得出的,指的是现在出生的一群孩子,他们将来预期平均能活多少岁,也就是指0岁人口的平均预期寿命。比如,2013年南京居民平均预期寿命为81.70岁,指的是按照2013年的死亡水平,刚出生的人口平均活到的岁数。

## 死亡报告

### 头号杀手:脑血管病 H型高血压患者风险很大

如果随便问一名居民哪种病最可怕?可能大部分人都会说是癌症。不过,根据疾控中心多年的调查显示,死亡率最高的不是肿瘤,而是脑血管病,南京市2013年单病种前十位死因榜单显示,脑血管疾病仍是单病种当中死亡率最高的,占全部死亡的24.40%。

在全球范围内,每6秒钟就有1人患脑血管疾病;每6秒钟就有1人死于脑血管疾病,或因脑血管疾病

致残。世界卫生组织预测分析认为,中国的脑卒中发生率正以每年近9%的速率上升。

脑血管疾病预防中,高血压是最危险因素之一。据江苏省省级机关医院血管内科主任医师熊亚晴介绍,中国人最需要预防的是H型高血压,H型高血压患者发生心脑血管事件的风险比正常人高28倍。H型高血压的危害比普通高血压严重5—8倍,是最容易导致中风的高

血压,不少人却对其并不熟悉。

如果你是一位原发性高血压患者,同时血液中同型半胱氨酸(HCY)这个指标高于或等于10个单位就被称为H型高血压。这个指标的升高加速了血管动脉粥样硬化进程,是冠心病、脑卒中等心脑血管疾病的重要危险因素。据了解,75%的我国高血压患者是H型高血压,也就是说,每四个高血压患者中有三位是H型高血压患者。

### 第二杀手:肺癌 南京每年有超2000人死于肺癌

这两年,肺癌稳居单病种杀手榜第二位,每年有超过2000人死于该病。男女比例差不多5:2。大量的临床研究证实,吸烟是导致肺癌的首要危险因素,87%的肺癌由吸烟引起。一些女性,由于被动吸烟也成了受害者。

省肿瘤医院近日接诊了54岁的李女士,她不抽烟,不喝酒,也没有其他不良嗜好。因为频繁干咳,偶尔咳痰,痰中带点血丝,李女士前去就医之后就被确诊为肺癌晚期。后来经医生详细问诊,发现李女士老公公有30年的吸烟史,每天将

近一包香烟。

江苏省肿瘤医院内科主任医师史美琪指出,其实无论是主动吸烟,还是被动吸烟,如果时间长了,都会成为肺癌的高危人群。在他所在的病区,今年同期收治的肺癌病人与去年相比增加了50%。

### 死亡时间:12月、1月死亡人数最多 与气温、雾霾有关

2013年南京市死因监测数据显示,春冬季的死亡数要明显高于夏秋季节。其中1月、12月份死亡人数最多,达到3652、3831人,占全年死亡构成的9.79%和10.27%。随后死亡数呈下降趋势,6月份死亡

人数最少,有2665人,仅占全年总死亡数的7.14%。

2012年,市疾控中心公布的数据显示,1月份是死亡之月,死亡人数居全年之首。

从数据对比来看,12月成了新

的死亡之月?专家表示,其实这与气温、雾霾都有关系。整体来看,12月和1月,气温低,心脑血管、呼吸系统等疾病就高发。同时,这两个月雾霾天气多,也会引起老年人循环以及呼吸系统的疾病。

## 相关新闻

### 爱美也要注意健康 不少女性 因减肥患脂肪肝

昨天下午,淮安市清河区政府在淮安人民大会堂开展了首场“全民健康大讲堂”活动,并邀请了江苏省中医院感染科主任医师陈四清医学博士,给大家做了一场如何爱护肝脏讲座。

据陈四清博士介绍,有体检中心做过统计,数据显示,在脂肪肝多发地区,差不多四个人中就有一个是脂肪肝。而从发病人群来看,近年来脂肪肝已经从中年延伸到80后,而且女性的发病率不低男性。其中男性多数是因为饮酒导致脂肪肝,而女性更多是因为营养不良或者减肥造成的。

那么,喝酒要怎么护肝?陈四清介绍,喝酒的人首先要意识肝脏生病的信号,比如身体疲乏无力、胃口下降、肝区疼痛、出现肝掌等情况,如果感觉不适,还需要去医院进行肝功能检查。

而在日常生活中则要注意不要乱食用野生的蘑菇,还有很多当地的“土三七”虽然可以消肿止痛,但是也会伤肝。其他中药例如首乌粉,如果服用不当也会伤肝。熟的首乌,有补肝肾、乌须发的作用,但是生何首乌里含有一种蒽醌衍生物大黄酚,这种衍生物对身体具有一定的毒性,主要体现在肝脏损害和刺激肠道充血。一般来说,毒性在煎煮过程中能够去除,但泡水喝就容易中毒。

陈四清博士同时提醒,对于经常喝酒的人来说,酒后不宜多饮浓茶。喝茶过多会增加心脏负担,这对患高血压、心脏病的人尤为不利。可吃些柑橘、苹果之类的水果,冲杯果汁或糖水喝下也有助于解酒。

现代快报记者 季金晶

## 献给男性朋友的健康秘籍 - 馈赠 500 本



“全国前列腺康复促进工程”全面启动,保健名医——宋达教授凭借几十年医学保健经验,整理出一套防治男性疾病健康食疗宝典《天蚕与前列腺》。而向我市肾虚、前列腺疾病患者免费发放推广。该书首次揭开前列腺发病根源,器官的病变、衰老真相及防治新方法的医学科普全书。

首次公开书中前列腺的中医食疗小偏方:绿豆车前子汤:绿豆60克,车前子30克。将车前子用细纱布包好,绿豆淘洗干净,同豆锅中加水烧开,改用小火煮至豆烂,去车前子即可食用。

读过该书北京的读者评价说:真是一本中老年治病防病百科全书,有了它许多疾病都能预防,很多以前不知道防治疾病的方法,都能在书里找到。

领书电话:400-857-1188

郑重声明:本次非营利性活动,全程不收取任何费用,接受社会各界人士监督举报。

## 公告

锡滨卫医公[2014]001号

苗玉龙(身份证号码:32083019720212\*\*\*\*):

本机关于2014年3月13日检查发现你在无锡市滨湖区太湖街道方庙村树园里61号开展诊疗活动,经取证,查实你未取得《医疗机构执业许可证》开展诊疗活动的行为违反了《医疗机构管理条例》第二十四条的规定,现依据《医疗机构管理条例》第四十四条对你作出处罚决定:1、没收扣押的药品;2、罚款人民币伍仟壹佰元整(¥5100.00元)。

无锡市滨湖区卫生局  
2014年6月19日