

健康中国行(黑龙江)暨健康素养知识“五上五进”宣传活动启动

播撒大健康理念助力脱贫攻坚

□文/摄 本报记者 刘剑

“‘没有全民健康,就没有全面小康。’党的十九大作出‘实施健康中国战略’重大部署,我省也一直在全力加快推进健康龙江建设,坚持以人民为中心,一切为了人民健康,这是卫生健康工作者的初心和使命。”省卫生健康委副主任李维东介绍说:“今年健康中国行的活动主题是‘健康促进助力脱贫攻坚’。健康扶贫,是脱贫攻坚的重要内容,是打赢脱贫攻坚战的一场关键战役。我们要自

觉把解决因病致贫、因病返贫责任扛在肩上,大力开展贫困地区健康促进三年攻坚行动,为贫困群众提供精准健康教育服务,确保贫困人口健康素养明显提升,为全省如期实现全面脱贫提供有力保障。”

日前,“2019年健康中国行(黑龙江)暨健康素养知识‘五上五进’主题宣传活动”在齐齐哈尔市依安县启动,本次活动也拉开了全省健康促进活动的序幕,旨在倡导健康理念,传播健康文化,开展健康龙江行动,为龙江人民送上健康福祉,以健康促进助力脱贫攻坚。

健康促进:贫困百姓最受益

加强健康促进与教育,是提高全民健康水平最根本、最经济、最有效的措施之一。记者了解到,为扎实推进健康龙江建设,深入实施健康龙江行动,加快提升我省居民健康素养,省卫生健康委决定将2019年确定为“全民健康素养提升年”,实施健康素养知识上电视、上广播、上网站、上微信短信、上公共交通工具,进机关事业单位、进校园、进家庭、进企业、进基层“五上五进”行动。

依安县社区服务中心医护人员李秋介绍说,让健康知识走进每一个家庭是医务工作者重要工作职责之一,按照国家、省、市卫健委的工作要求,他们积极组织讲座,对居民进行健康教育;对孕产妇儿童进行入户访视;对老年人慢性病进行健康体检,健康素养监测等工作。他们按照国家和全省健康促进工作的要求,为辖区居民尤其是贫困家庭送健康防病知识,加强贫困家庭自身能力提升,打好健康扶贫攻坚战。基层的医疗卫生人员在对家庭的健康管理中,有针对性地开具一张“健康处方”,用一种简单明了的解析和说法给家庭进行健康指导。比如针对患有高血压、心血管疾病的患者,告诉他们应该在日常生活饮食起居上注意什么,要为患者和家人进行相关知识的传播和知识的解读。特别是要给贫困户一家一张“明白纸”,一份“健康工具”,家庭中文化程度相对比较高的人作为“明白人”,带领全家提高健康素养水平。“明白纸”、“健康工具”和

“明白人”承载的是健康知识,目的是提高居民尤其是贫困人群健康素养水平,这项工作的开展让当地居民实实在在地受益。

据介绍,按照全省健康素养知识“五上五进”行动要求,将健康素养提升工作与开展贫困地区健康促进攻坚行动紧密结合起来,为贫困群众提供精准健康教育服务,做到一家一张“明白纸”;每年向每个贫困患者家庭发放至少1份有针对性的健康教育材料,如书籍、宣传册、折页、张贴画等;一家一个“明白人”;在每个贫困患者家庭中至少培训1名家庭成员,如家庭主妇、学龄儿童或文化水平较高者,使其掌握健康素养基本知识与技能,带动家庭成员养成健康生活方式;一家一份“实用工具”:向每个贫困患者家庭发放盐勺、毛巾、牙刷、体育健身用品等健康实用工具,每户不少于1份;一人一份“健康教育处方”:在开展高血压、糖尿病、结核病、重症精神障碍规范管理的的基础上,依托家庭医生签约服务,为患有脑血管病、冠心病、慢阻肺、类风湿、关节炎、重型老年慢性支气管炎等慢性病及患有地方性大骨节病、氟骨症、碘缺乏病、克山病等地方病的贫困人口制定个性化健康教育处方。

据省卫健委相关负责人介绍,我省将加大对贫困地区开展活动的支持和指导力度,并将贫困地区健康生活方式三年行动计划作为“五上五进”行动的重要内容,组织科普专家和基层医务人员,进村入户,普及健康知识和技能。



启动仪式上百姓舞蹈团队表演快乐健康操。



走访慰问因病致贫家庭。



工作人员向居民发放健康科普宣传材料。



上游乡义诊活动。

示范引领:健康走入千万家

“今天我们依安比过年还热闹,无论是普通家庭,还是贫困百姓,都对这些‘健康使者’的到来热烈欢迎,毕竟‘健康’一直都是我们追求的重要话题。”当地一位居民中肯地评价道。记者在现场看到,依安县百姓的参与热情非常高,据了解,当天仅现场参加义诊的居民就达到600人次,让人能深深感受到当地人们对健康的渴望与需求。

记者了解到,这次健康促进活动的启动仪式之所以选择在依安县,原因就在于依安县的示范引领作用。近年来,在省市相关部门大力支持下,依安县从健康社会、健康环境、健康人群、健康服务、健康产业等方面着手,着力提升群众医疗健康水平,全力打造脱贫产业,2018年如期摘掉省贫县帽子。为切实提高医疗服务水平,依安县投入1.2亿元,促进7家县级卫生单位实现标准化,医疗用房全部达标,54个贫困村卫生所建筑面积全部达标,实现了“四室一房”分开标准。他们每年还为卫健系统招聘150余名相关人员,卫健健康队伍建设不断加强。他们通过深入实施健康扶贫行动,落实基本医疗、大病补偿、医保兜底

等政策,优化“先诊疗、后付费”和家庭签约医生全覆盖等多项服务举措,全力推行“医联体、医共体”建设,在全省率先建成县乡村远程会诊中心,群众健康得到有效保障,满意度和幸福感不断攀升。目前,依安县被确定为第五批全省健康促进示范县,正努力争创全国健康促进示范县。

当地活动协办方负责人表示,省卫健委、省扶贫办、省教育厅、省妇联以“健康促进助力脱贫攻坚”为主题,深入依安开展“健康中国行”活动,为加快推动依安县卫生健康事业高质量发展提供了强大动力,也是贯彻落实党中央、国务院脱贫攻坚战略决策部署的重要举措,为提高群众健康水平、巩固脱贫攻坚成果提供了有力支撑。依安县将以这次活动为契机,深入推进健康素养知识“五上五进”宣传工作,扎实开展健康素养巡讲活动、健康中国行活动和农民健康素养促进行动,努力推进健康促进示范县建设,全面提升群众健康素养水平,让示范引领发挥高效能,为我省其他县市提供“健康促进助力脱贫攻坚”的优秀范本。

走进学校:播下健康文化种子

依安县活动启动现场吸引了当地众多居民踊跃参与,充分展现出人们对健康的强烈需求。据当地相关部门统计,活动当天,健康宣讲受益人次突破1000人,总体宣传受益人次过万。参加义诊的居民中一位年逾七旬的老人告诉记者,“这个活动组织得真挺好,如今人们的生活质量都提高了,不愁吃不缺穿,当然都得奔着健康走啊!”旁边的一位老人接了话茬,“我家里比较困难,我更感激今天来到我们县城的这些人,我知道他们有政府部门的,有医院的,他们为我们送来了如何管好自己健康的知识,让我们意识到自己健康才能全家幸福的理念,还明白了‘治病’不如先‘保健’的道理。”记者采访了多位居民,他们都或多或少发表了自己对活动的看法与观点,尤其一致的是对政府、对医生的诚挚谢意。

现场义诊的人群络绎不绝,与此同时,活动主办方的另一支小分队已经携医疗专家奔赴当地的学校,为这里的学生送去“健康”。记者来到依安县泰安学校,这是一所由幼儿园、小学和中学组成的学校,针对孩子们这个时期的健康需求,主办方所开展的健康促进活动精准施策,专门聘请口腔科、眼科和疾病防治的专业人士

为孩子们做科普讲座,孩子们一个个都聚精会神地听着,并不时向专家老师发问,专家老师也耐心地为他们一一解答。七年一班学生刘佳琪说:“之前听说有省级的眼病、口腔和疾病防治专家将走进我校开展讲座,我们都非常高兴,因为这些方面的知识正是我们了解比较少的,通过专家给我们讲解,能够使我们树立健康第一的理念,有益于我们养成更好的健康生活方式。”校方负责人表示,这次活动,结核病防治专家走进校园进行宣讲,倡导了健康生活方式,将推进学校构建“无核校园”活动的开展;口腔病专家的讲座可以使学生们更加了解牙齿结构,获得牙齿保健知识;眼病专家为孩子们宣讲推广了预防儿童、青少年近视的视力健康科普知识,必将对引导学生养成科学用眼护眼爱眼的意识和行为习惯产生积极的影响。他介绍说:“这次活动是‘健康素养知识进校园宣讲活动’启动仪式,之后,全省其他兄弟学校将和我校一样,普遍接受专业、有针对性、结合我们学生特点的健康知识讲座,能增强我们防范传染病的意识和能力,提高我们的健康意识,改善我们的健康观念,促进我们养成健康的行为和生活方式。”

三年计划:健康离百姓更近

《黑龙江省贫困地区健康促进三年攻坚行动方案》中明确提出,为解决当前我省贫困地区因病致贫、因病返贫问题,进一步推进健康扶贫工作,省卫健委、省扶贫办决定在2018~2020年实施贫困地区健康促进三年攻坚行动,提高居民健康素养水平。

攻坚行动重点工作放在健康教育进乡村、进家庭、进学校,以及健康教育阵地建设和基层健康教育骨干培训。每村每2个月举办健康教育讲座不少于1次,同时征集、推广通俗易懂、内容科学、适宜在乡村传播的健康知识标语口号;各学校开设健康教育课程,通过举办健康知识大赛、演讲比赛、手抄报等多种形式,鼓励吸引师生参与,提升健康教育活动的趣味性和实效性;每个贫困村设置健康教育宣传栏或宣传墙不少于1块,面积不低于2平方米,定期更新内容,运用健康龙江相关网站和微信公众号为全省贫困居民推送有针对性的健康知识;省级、市级分别建立健康促进与教育专家库,鼓励有条件的地区组建健康教育志愿者团队,村级打造以基层医疗卫生工作者、卫生计生专干等为主要成员的健康教育骨干队伍,同时加强健康教育专业机构建设,充分发挥定点扶贫、城乡医院对口支援和“组团式”开展健康教育和健康科普工作的优势,调动各级医疗卫生机构工作者

积极性,深入乡村开展健康教育和健康科普工作。

通过三年的攻坚行动,到2020年,实现全省贫困地区居民健康教育全覆盖;省、市、县各级建成健康教育骨干队伍并实现培训全覆盖;以县为单位,50%的中小学校达到健康促进学校标准。各贫困县居民健康素养水平达到全省2020年目标水平或较2018年提高60%。

李维东表示,全省广大卫生健康工作者要树立大卫生、大健康理念,把以“治病”为中心加快转变为以“人民健康”为中心,从理念到实践不断把“大健康”福祉带给龙江人民。要积极倡导健康文化,推崇健康至上理念,引导群众树立正确健康观。要积极推广健康知识,大力宣传“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”,让核心健康知识深入人心。要积极提升健康素养,广泛开展健康素养知识“五上五进”行动,扩大健康教育覆盖面,切实抓好公众健康素养提升。要积极担负起健康责任,倡导“每个人都是自己健康第一责任人”的责任意识,营造人人追求健康、人人管理健康、人人享受健康的良好氛围。要切实提高健康能力,更加精准对接群众多层次、差异化的健康需求,持续改进和提升服务质量,努力提供全方位、全生命周期的卫生健康服务。



省卫生健康委副主任李维东在活动启动仪式上讲话。



活动启动仪式上专家为居民义诊。



健康大讲堂的医疗专家们为依安县500余名机关事业单位干部讲授健康素养知识。