

以人民健康为中心

解读健康中国行动

□新华社记者 陈聪 屈婷
王秉阳 温竞华

一人健康是立身之本,人民健康是立国之基。

国务院近日印发《国务院关于加强健康中国行动的意见》,国家层面出台《健康中国行动(2019—2030年)》,为进一步推进健康中国建设规划新的“施工图”。这一中长期行动聚焦当前主要健康问题和影响因素,围绕疾病预防和健康促进两大核心,将开展15个重大专项行动,努力使群众不生病、少生病。

从前端入手,全方位干预健康影响因素——专项行动把“预防为主”的理念落到实处

从影响健康因素的前端入手,是健康中国行动的一大亮点。国家卫生健康委员会有关专家指出,健康中国行动文件通篇从前端入手,从主要的健康影响因素入手,通过健康促进手段,实现健康水平的提升。

每个人是自己健康的第一责任人,而健康的身体源自健康的生活方式。根据国家体育总局2014年全国全民健身活动状况调查,我国城乡居民经常参加体育锻炼的比例为33.9%,缺乏锻炼成为多种慢性病发生的重要原因。

推进科学的身体活动、维持身体各项指标不容缓。健康中国行动文件提出,到2022年和2030年,城乡居民达到《国民体质测定标准》合格以上的人数比例预期分别不少于90.86%和92.17%。如何实现这一目标?健康中国行动倡议,鼓励每周进行3次以上、每次30分钟以上中等强度运动,或者累计150分钟中等强度或75分钟高强度身体活动。日常生活中要尽量多动,达到每天6000~10000步的身体活动量。

如何确保拥有积极健康的精神状态,也是当今社会关注的话题。

健康中国行动提出目标,到2022年和

2030年,居民心理健康素养水平预期提升到20%和30%;焦虑障碍患病率、抑郁症患病率上升趋势减缓。

健康中国行动提出,政府部门应重视并开展心理危机干预和心理援助工作。卫生健康、政法、民政等单位建立和完善心理健康教育、心理热线服务、心理评估、心理咨询、心理治疗、精神科治疗等衔接合作的心理危机干预和心理援助服务模式。

从健康知识普及和合理膳食,到全民健身和控烟,再到心理健康和健康环境促进,一项项指标正不断细化,一项项民生红利即将落地,健康促进行动将在未来10年内让全民健康素养水平得到较大幅度的提高,健康科普更加规范科学。

中华预防医学会会长王陇德指出,这些安排和建议将科学性和普及性有机结合,非常系统、细致,让老百姓都能看得懂、记得住、做得到。

一个都不能少,全生命周期健康覆盖——对“一老一小”等四类重点人群实行“网格化”防护

“小眼镜”预估超过1亿人,中、小学生近视率高达71.6%、36%……严峻的形势让不少专家感叹:中小學生近视防控要打一场“全民战争”。

此次健康中国行动,将中小學生作为重点人群之一,动员家庭、学校、社会和政府共同守护其身心健康,形成“网格化”防护。文件提出,要引导学生从小养成健康生活习惯,锻炼身体,预防近视、肥胖等疾病。

此次中小学健康促进行动明确提出了个人和家庭应该采取的措施,比如中小學生每天在校外接触自然光时间要达到1小时以上,非学习目的使用电子屏幕产品单次不宜超过15分钟等。专家指出,这将极大地落实个人的健康责任,形成健康促进的强大合力。

国家卫生健康委有关负责人指出,特

别针对妇女婴幼儿、中小學生、劳动者、老年人四类重点人群开展专项行动,对这些人群面对的特殊问题作出积极回应,进行全方位的干预,也是此次健康中国行动的亮点之一。

同时,在四类重点人群的专项行动中,都对残疾预防和康复服务、贫困地区重点人群健康促进提出了相关措施,体现出全生命周期健康覆盖“一个都不能少”的坚定承诺。

在重点人群健康状况得到显著改善的目标下,一个到2022年和2030年的中长期目标表明了决心,显示出信心:

——婴儿死亡率分别控制在7.5‰及以下和5‰及以下,孕产妇死亡率分别下降到18/10万及以下和12/10万及以下;

——国家学生体质健康标准达标优良率分别达到50%及以上和60%及以上,全国儿童青少年总体近视率力争每年降低0.5个百分点以上,新发近视率明显下降;

——接尘工龄不足5年的劳动者新发尘肺病报告例数占年度报告总例数的比例实现明显下降,并持续下降;

——65岁至74岁老年人失能发生率有所下降,65岁及以上人群老年期痴呆患病率增速下降。

……

国家卫健委卫生发展研究中心主任傅卫指出,围绕四类重点人群的全生命周期健康促进行动,体现了以人民健康为中心的大卫生、大健康理念,是“把健康融入所有政策,人民共建共享”的具体实践。

决战“健康杀手”,防控重大疾病——围绕四类重大慢性病防治进行重点干预

说到“健康杀手”,心脑血管疾病和癌症最引起人们的警惕。

数据显示,心脑血管疾病目前是我国居民第一位死亡原因,大约每10秒钟就有1人死于心脑血管疾病。

作为心脑血管疾病中一大凶险病症,

脑卒中是我国成年人致死、致残的重要病因,具有发病率高、致死率高、死亡率高和复发率高的特点,掌握4小时的黄金抢救时间窗展开急救尤为重要。

健康中国行动指出,学习掌握心脑血管疾病发病初期正确的自救措施及紧急就医指导,有助于降低致死率和致残率。

“心脑血管疾病造成死亡人数比较多,文件这次特地强调了急救。针对急救知识普遍缺乏、急救设施配备不足等问题,这次健康中国行动强调了公民急救知识培训和人员密集场所急救设施设备配备,是社会进步的表现。”专家表示。

癌症是人们谈之色变的一大重症。目前我国每年新发癌症病例约380万,死亡人数约229万,发病率和死亡率呈逐年上升趋势。

抗癌药零关税、医保谈判、加快新药审批、加入基本药物目录……近年来,为了让患者用得起抗癌药物,国家有关部门打出“天价药”降价组合拳,不断加大对抗癌药相关政策改革力度。

“密切关注癌症危险信号”“普遍开展癌症机会性筛查”……此次健康中国行动针对癌症预防、早期筛查及早诊早治、规范化治疗、康复和膳食指导等方面给出有关建议。

随着我国居民疾病谱的不断变化,健康中国行动明确表示将针对心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病四类重大慢性病实施防治行动,围绕重大疾病预防工作的突出问题进行重点干预,并为公众从自我健康管理、膳食、运动等生活方式方面给出指导建议。

如果说《“健康中国2030”规划纲要》提出共建共享的实施路径,那么此次健康中国行动把它落到了实处。中华预防医学会副会长孔灵芝指出,每一项行动都从个人、社会、政府三方面展开,涉及个人、家庭、社区、学校、企事业单位、医疗卫生机构、政府等各个主体,形成社会多方共治的格局。

新华社北京7月16日电

“首秀”展示冰城“创新高地”风采

(上接第一版)绿色农业加快发展,粮食产能跃增到300亿斤,30%以上商品粮、40%肉类产品、60%乳制品销往省外。耕地面积比30年前净增千万亩以上,绿色、有机产品721个、地理标志产品31个,绿色有机食品认证面积达1043万亩,五常大米品牌价值始终位居全国大米类地标产品首位。

文化旅游快速融合,成功入选“东亚文化之都”,被联合国授予亚洲唯一的世界音乐之城称号,哈尔滨这座东北亚文化旅游名城享誉国内外。成功举办了34届哈夏音乐会和两届中俄文化艺术交流周,打造了哈尔滨大剧院、音乐厅、犹太老会堂等地标性建筑,引进了勋菲尔德国际弦乐比赛、全国声乐展演、音乐剧展演等音乐赛事。以“迷人哈夏”和“冰雪节”两大节庆活动,提升太阳岛、冰雪大世界、亚布力等主要景区品质,推出欧陆风情、生态康养、赏冰赏雪、城市休闲等精品旅游路线。2018年,太平国际机场进出港旅客达到2043.1万人次,增长8.6%,总量和增量均居东北首位;1-2小时高铁经济圈辐射人口已经超过3000万;接待国内外游客8567.6万人次,旅游收入达1376.2亿元,比2000年有旅游统计数据以来,分别增长7648.1万人次、1331.2亿元。

加快补齐民生短板,不断满足人民日益增长的美好生活需要,哈市跨江交通从无到有、从少到多,“一江居中、南北互动、两岸繁荣”发展格局正在形成。目前,城市道路长度超过2300公里、桥梁440余座,道路总面积7650万平方米。从哈尔滨出发,乘坐高铁可快速通达省内各城市,乘坐航班可通航世界105个城市。2018年,哈市空气质量优良天数达到310天,创有PM2.5监测以来最好水平,位列全国169个重点城市空气质量改善幅度第一名。城市集中式饮用水水源地水质达标率和松花江干流Ⅲ类水质断面比例保持在100%。主城区垃圾密闭运输率和生活垃圾无害化处理率均达到100%。2018年,哈尔滨成功入选全球首批“国际湿地城市”。

脱贫攻坚取得重大进展。目前,已实

现全市农村安全饮水全覆盖,构建了基本医疗+大病保险+商业保险三重保障线,建档立卡贫困户在定点医疗机构合规报销比例降至5%以内,已有5.5万人摆脱贫困。

发布会上,哈尔滨新区主要负责人及哈尔滨市政府相关领导还就哈尔滨新区发挥引领带动作用、哈市城市建设、“雏鹰计划”、优化营商环境等回答了现场记者提问。

哈尔滨新区从高质量发展入手,真正干在实处,努力走在前列。服务和践行“一江居中、南北互动、两岸繁荣”战略部署,坚持先行先试、敢闯敢试,为省市改革创新提供示范。深入实施“百千万”工程,努力构建现代产业新体系,97个市重点项目和7个省百大项目全部开工复工,完成年度投资超100亿元。聚焦“中俄全面合作重要承载区”的功能定位,重点建设金融、科技等七大合作平台。

持续优化营商环境。哈市率先在全国有立法权的城市中取消所有市级自设的行政审批事项,商事制度实现“35证合一”,企业开办时间压缩至2个工作日,“一网通办”服务事项开通率达92%,首批100项“办事不求人”事项公布。全市年均新增市场主体8.2万户以上。

近年来,哈市持续向改善群众居住、出行条件,提升城市环境质量聚焦发力。为2.2万户困难家庭提供住房保障。十年完成199个棚户区改造项目,惠及居民18.3万户,人均住房面积达38平方米。推进高铁、地铁、快速路、微循环道路等交通项目建设,推进老城区供水、供热改造,全市集中供热普及率达到95%。大力推进生态治理和拆违治乱,群众获得感和幸福感不断增强。

贯彻落实“科教强省”战略,哈市实施“雏鹰计划”,激发创新创业内生动力,培育发展新动能。该计划采取市财政无偿资金资助的形式,鼓励校所科技人员、大学生、复员军人、农业合作社带头人等各类创新主体在哈新创办科技企业,打造科技企业“从无到有”“从小到大”“从大到强”的全链条培育体系。

联合国报告说2018年全球8.2亿人挨饿

据新华社联合国7月15日电(记者徐晓蕾)联合国15日在纽约总部发布的《世界粮食安全和营养状况》报告显示,近年来全球挨饿人数逐年增多,截至2018年全球面临食物不足困境的人数达8.216亿。当天发布的2019年年度报告说,全

球挨饿人数占总人口的比重在过去几十年持续下降,2015年以来基本保持在略低于11%的水平。但从绝对人数来看,2018年全球挨饿人数达8.216亿,这一数字在2017年、2016年和2015年分别为8.117亿、7.965亿和7.854亿。



中共双鸭山市委宣传部 宣



中共拜泉县委宣传部 宣