

# 以人民健康为中心

## ——解读健康中国行动

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《国务院关于实施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了新的“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,努力使群众不生大病、少生病。

### 01 从前端入手,全方位干预健康影响因素

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,维持身体各项指标刻不容缓。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。

### 02 一个都不能少,全生命周期健康覆盖

“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:中小学生学习近视防控要打一场“全民战争”。

此次健康中国行动,将中小学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“网格式”防护。文件提出,要引导学生从小养成健康生活习惯,锻炼身体体魄,预防近视、肥胖等疾病。

此次促进行动明确提出了个人和家庭应该采取的措施,比如,中小学生在每天在校外接触自然光时间要在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。

国家卫生健康委员会有关负责人指出,特别针对妇女婴幼儿、中小学生、劳动者、老年人四类重点人群开展专项行动,对这些人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;

——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岁及以上老年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。

### 03 决战“健康杀手”,防控重大疾病

说到“健康杀手”,心脑血管疾病和癌症最应引起人们的警惕。

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、致残的重要原因,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,发病率及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,为了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,围绕重大疾病防治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)



3月20日,吉林省梨树县第一人民医院医生韩晓君(右)为村民王丽玲检查身体



2018年12月29日,在河北省临西县,医护人员为村民讲解合理膳食健康保健常识



2018年10月10日,工作人员在浙江大学医学院附属第二医院的药品仓库取药



6月29日,2019克拉玛依中国国际露营大会“车组徒步越野露营大赛”拉开帷幕(本组照片均据新华社)

## 基层之声 河洛同奋进 中原更出彩

### 党建聚合力 携手促发展

#### 徐家营街道党工委: 开展党建观摩 促进为民服务高质量

联系辖区商户、企业签约,为社区居民们提供“国粹课堂”“心灵解忧”等项目;联合社区党员、大学生志愿者及其他志愿服务队伍发挥特长,开设增设“亲子智慧课堂”项目……日前,在高新区徐家营街道党工委二季度党建观摩活动中,各社区别出心裁的服务项目赢得观摩组成员连连称赞。

如此多的“重头戏”供大家集中“检阅”,与街道、社区两级党组织强化上下联动,以党建高质量促为民服务高质量密不可分。

今年以来,街道党工委召开会议专题研究2019年党建工作,印发了2019年党建工作要点、理论学习计划、街道党工委书记领办党建项目、“三单制”管理

清单,为党建高质量奠定了基础。

丰润路社区和北方社区以“邻里中心”建设启动为契机,掀起实施服务项目热潮;丰润路社区着力通过社区准入制打造“15分钟便民服务区”;北方社区在开设老年大学、日间照料中心的基础上整合各类资源,积极与辖区共建单位协调,为居民提供健康体检、家政等服务;各支部通过常态化的季度观摩机制,认真学习丰润路社区党总支提炼的“七岗四岗三特色”和北方社区党总支实施的“争星夺旗”计划,通过季度观摩,明晰自身差距和不足,以居民欢迎、居民受益、居民满意为服务目标,推动服务与需求无缝对接,努力构建城市基层党建新格局,激发为民服务“新动能”。(马素连)

#### 学府街道办事处: 开展情景模拟教学 提高党员发展质量

近日,洛龙区学府街道办事处组织了一场别开生面的党员发展培训会——进一步提高发展党员工作的规范化水平。

这是学府街道办事处高度重视党员发展工作,多措并举规范严格党员发展工作的一个缩影。一是增强党务人员的专业性。该办事处通过党建例会、集中培训、日常指导对各基层党支部书记、组织委员进行专门培训,并采取分组讨论、现场模拟操作发展党员流程等形式,帮助各基层党务工作者熟悉和掌握发展党员工作的政策规定、内容步骤,确保大家学深、悟透、会用。二是增强发展材料的规范性。该办事处严格落实《中国共产党发展党员工作

细则》,“双推双评三全程”有关要求,梳理总结发展党员工作流程,严格整理校对相关材料并常用文书,编印《党建工作规范模板》,发放到各基层党组织,确保基层党组织党员档案材料科学严谨。三是增强发展程序的严格性。该办事处实行发展党员工作四级审核制,由支部书记、包村领导、组织部门、街道党工委逐级分层审核把关,有效防止基层党组织党员个人档案不规范或忽视党支部资料存档等问题。同时,该办事处督导各基层党组织完善入党申请人、积极分子、发展对象台账,采取不定期抽查、座谈走访等方式进行检查,确保基层党组织发展党员工作程序规范。(王辉 李贺)

#### 宜阳县城关镇: 青春建功新时代 青年担当再发力

7月11日,共青团宜阳县城关镇第十次代表大会召开。这是全镇广大团员青年政治生活中的一件大事,也是广大团员青年凝心聚力建功新时代的重要动员会。全镇各基层团组织代表共计80余人参加会议。

会议主要听取和审议了共青团宜阳县城关镇第九届委员会工作报告,并选举产生了共青团宜阳县城关镇第十届委员会。会议要求新一届共青团宜阳县城关镇委员会准确把握青少年和共青团工作的基本要求和重点任务,结合习近平总书记对青年建功新时代提出的“勤学、修德、明辨、笃实、爱国、励志、求真、力行”十六字

箴言殷切希望,牢牢把握共青团工作的正确方向,努力彰显青年担当。

城关镇党委书记王新宽同志希望全体代表和全镇广大团员青年汇聚青春正能量,勤奋学习,扎实工作,为建设“富美新宜阳,魅力城关镇”再创佳绩、再建新功。城关镇青年一要高举时代旗帜,学习新思想,坚定理想信念;二要紧扣时代主题,投身新实践,创造新业绩;三要弘扬时代精神,倡导新文化,传播新风尚;四要顺应时代要求,构筑新基础,展现新活力,为加快建设绿色开放幸福美好新城贡献青春力量。(郑兴义 闫运波)

#### 龙门街道办事处: 高质量完成南环路过街天桥建设保障任务

中油技校过街天桥(上图)位于南环路中段,桥面长60米,宽4.5米,高5.5米,是南环路建成通车后建设的首座天桥。该项目是市、区重要建设项目,市、区主要领导多次到现场调研、督导建设工作,现场研究解决建设过程中遇到的问题,为项目顺利推进提供了有效保障。

为确保天桥早日建成投用,龙门街道办事处安排专人做好服务保障,督促施工方倒排工期,昼夜交替施工,在确保施工安全和质量的前提下加快建设进度。在5月29日实现桥面合龙后,丝毫没有松懈,继续加快对桥面栏杆、楼梯等后续施工协调推进,保质保量完成了项目建设,于7月8日实现了该天桥全部完工并投入使用,为周边群众和新学期学生出行提供了安全顺畅的通行环境。

“涧贤银行”自成立以来,已与小白兔牙科、晓雯音乐、斑马美妆、大禹物业等9家商户和社会组织签约,70余名辖区党员和群众在“涧贤银行”开户,签约单位和储户在逐渐增多。

“涧贤银行”的有效运作,充分调动了社区能人、党员群众、“两代表一委员”的积极性,发挥了物业公司、协商议事会、区域化党组织等社区自治组织的作用,激励更多的党员群众做好事、行善事,自觉投入到公益事业、扶贫助困、化解矛盾纠纷等活动中,推动了法治、德治、自治基层社会治理的“三治合一”,在社区形成人人乐于助人、竞相进步的良好风气,成为和谐家园建设的动力源、加速器。

#### 郑州路街道办事处: “涧贤银行”存“爱心” 服务群众暖人心



“涧贤银行”党建项目启动

为持续深化“‘涧’贤思齐、‘涧’行不息”党建创新提升活动,引导广大党员群众和社会组织“爱心储蓄,传递善行”,在郑州路街道办事处指导下,华源社区于2019年6月2日模拟银行运作模式,成立了“涧贤银行”。

“涧贤银行”取自谐音“见贤”,寓意见贤思齐,见德思齐。社区负责“涧贤银行”的日常运作和统筹协调,任何做好事的党员、居民和社会组织都可以通过“开户”成为“涧贤银行”的储户,储户存的是献爱心、做好事量化的“爱心币”,取的是需要帮助的服务项目,包括涧贤超市物品、文化培训课程、艺术修养课程、法律援助服务、关爱养老服务、物业服务等12大类,在一存一取之间,有效地建立起“奉献—回报—奉献”的良性循环机制。

“涧贤银行”成立以来,已与小白兔牙科、晓雯音乐、斑马美妆、大禹物业等9家商户和社会组织签约,70余名辖区党员和群众在“涧贤银行”开户,签约单位和储户在逐渐增多。

“涧贤银行”的有效运作,充分调动了社区能人、党员群众、“两代表一委员”的积极性,发挥了物业公司、协商议事会、区域化党组织等社区自治组织的作用,激励更多的党员群众做好事、行善事,自觉投入到公益事业、扶贫助困、化解矛盾纠纷等活动中,推动了法治、德治、自治基层社会治理的“三治合一”,在社区形成人人乐于助人、竞相进步的良好风气,成为和谐家园建设的动力源、加速器。