

推动健康中国建设取得决定性进展

——国新办发布会聚焦卫生健康领域“十五五”工作重点

“十五五”期间,如何更好守护群众健康?如何织密公共卫生防护网?如何发挥中医药独特优势和作用?

国务院新闻办公室9月14日举行“开局起步‘十五五’”系列主题新闻发布会,国家卫生健康委员会、国家中医药管理局、国家疾病预防控制局等有关负责人介绍推动健康中国建设取得决定性进展有关情况。

——【相关】——

国家卫健委呼吁 大家多喝白开水、淡茶水

有记者提问,“很多慢性病与不良的生活方式有关。请问‘十五五’期间会有哪些举措,让老百姓更好地把健康掌握在自己手里?”

国家卫生健康委主任雷海潮介绍,慢性病防控的重要性越来越突出,主要是人口老龄化等因素导致。

在对抗和预防控制慢性病的过程中,最重要的是每个人要真正意识到自己是健康的第一责任人。

健康是不可能通过外力来维护的,必须要发挥每个人的主观能动性,培育良好、健康的生活方式,并且要长期坚持和坚守。这就要从衣食住行、日常生活和工作中学习和培养。

比如,从吃的角度来说,当前中国居民的高盐饮食、高糖饮食是比较多见的,高油饮食也是家庭中一大影响健康的问题。

根据统计测算,我们盐的摄入量每人每天达到了9克,标准的摄入量推荐是每天每人5克左右,几乎高了接近一倍。盐的摄入量,每个家庭应该进行严格限制,并且尽量少吃一些油炸食品,多用一些蒸、煮这样相对比较健康的烹饪方式。

在油的摄入方面,国家推荐量是每天每人25到30克,但实际的摄入达到41克,超出的比例比较多。这就是为何越来越多的人出现了“三高”问题,也就是高血压、高血糖、高血脂。

糖的摄入也应该进行严格调控,国家推荐的标准是每天每人25克以内。我们也分析过,一瓶500毫升含糖饮料的含糖量就可能达到25克的水平。所以平时在饮食摄取方面都要严格注意,特别是家长,应该提醒教育婴幼儿和儿童青少年,要对含糖饮料的摄入进行适当调控。我们还是提倡大家要多喝白开水、多喝淡茶水,这实际上是既经济又健康的。

除了饮食方面的注意以外,还要适当增加一些体育运动和锻炼,尤其是现在大家久坐的现象、活动减少的问题是比较突出的,每小时大家应该站起来适当活动5到10分钟,中小学推荐的每天户外运动不少于2小时,也是出于这方面的考虑。

综合新华社、央视报道



9日,工作人员在服贸会健康卫生服务专题展区展示智能推拿机器人。 新华社发

——【发布】——

实施健康优先发展战略

记者从发布会上获悉,我国已专门研究出台国民健康“十五五”规划、中医药振兴发展“十五五”规划和疾病预防控制“十五五”规划,并制定人口高质量发展专项规划,系统部署未来五年卫生健康工作。

国家卫生健康委主任雷海潮表示,“十五五”期间将实施健康优先发展战略,深化医药卫生体制改革,推动从以治病为中心转向以健康为中心,提升全民健康素养水平,着力缩小城乡、地区和人群间卫生服务差距。同时,重视科技赋能,尤其是人工智能技术、生物技术在卫生健康领域中的广泛应用。

“就近看好病”是群众最朴素的期盼。发布会上的数据显示,当前,我国已建成世界上规模最大的医疗服务体系,全国有110万余个医疗卫生机构,90%以上的居民可在15分钟内到达最近的医疗服务点。

国家卫生健康委副主任郭燕红表示,“十五五”期间将进一步明晰各级各类医疗机构的职责定位,合理配置医疗卫生资源,加快推进分级诊疗和医疗服务连续性,进一步完善首诊负责制和转诊机制,扩大康复护理、安宁疗护服务供给。

促进人口高质量发展

人口问题始终是我国面临的全局性、长期性、战略性问题。雷海潮表示,“十五五”期间,要进一步营造生育支持的友好环境,推进托幼一体化发展,支持社区、用人单位举办托

育服务机构,让居民能够就近就便、以相对可负担的价格获得托育服务,有力促进人口高质量发展。

提升危重孕产妇和新生儿救治能力,全面落实适龄女童HPV疫苗免费接种;实施儿童青少年视力、体重、心理、骨骼、口腔健康促进行动;推动二级以上综合性医院规范设立老年医学科……系列部署进一步完善覆盖全人群、全生命周期的健康服务体系。

针对职业健康方面,“十五五”期间将强化职业人群健康保护,健全职业健康服务体系,实现职业健康服务市县全覆盖。同时,加强新兴产业、新业态职业病危险因素的风险评估和防控,推进健康企业建设。

提升疾病预防控制水平

国家疾控局副局长孙阳介绍,“十四五”时期我国经受住了世纪疫情考验,完成了疾病预防体系的系统性重塑;疾控“十五五”规划将从体系、能力和策略三方面全面提升疾病预防控制水平。

灵敏高效的监测预警体系是重大疫情早发现早处置的关键。发布会上的数据显示,目前我国已建立完善症状监测、病原监测、病媒监测、污水监测等8个监测系统,设立1323个哨点医院、1097个病媒生物监测点、833个城市污水监测点,4万多家实验室可开展新发突发传染病病原监测。

在智慧化预警方面,各省份已建立省统筹区域传染病监测预警与应急指挥信息平台。5万多家医疗机构

部署应用传染病智能化监测预警前置软件,传染病从诊断到报告的时间由过去的5.2小时缩短到3.7小时,漏报、重报情况显著减少。

孙阳表示,“十五五”期间我国将继续健全监测预警体系,包括拓展监测渠道、加强数据质量控制;健全自动预警和及时应答闭环;加强“人工智能+”在监测预警模型场景中的应用,研发预测预警智能体和模型库,提升自动化监测分析和智能化预测预警能力等。

中医药服务将扩面

“中医药服务越来越得到群众的广泛认同。”国家中医药局局长刘金峰说,经过“十四五”时期持续发展,全国中医类医疗机构已超11万个,基本实现县办中医医疗机构全覆盖。

立足到2035年建成健康中国,《中医药振兴发展“十五五”规划》提出到2030年“实现人人享有中医药服务”的目标任务。刘金峰介绍,“十五五”将重点从扩面、提质、扬优、补短等方面推进落实。

拓展中医家庭医生签约服务;布局一批中药方制剂创制平台;设置中医特色体重管理、睡眠、症状(疼痛、便秘等)门诊;发挥中医药整体调治优势,做好老年综合征管理服务,做好儿童青少年群体近视、肥胖、脊柱侧弯等中医药干预……系列部署为目标实现提供有力保障。

“十五五”期间,我国将着力加大中医老年病、儿科、康复、疫病防治等人才培养,并持续采取有效措施扩大基层人才供给。