

山西白求恩医院

省内首开健康生活方式门诊

本报讯(记者 魏薇)体检报告中忽上忽下的数据让人担忧,身体出现一些症状该不该立即治疗……省内首家健康生活方式门诊日前在山西白求恩医院开诊,该院通过整合健康管理服务及内外科多学科优势资源,为市民提供优质、方便、经济、一体化的健康管理延伸服务。

市民张阿姨最近几个月总是睡不着觉,原本她觉得是小问题,可因为睡不好觉,不仅提不起精神,血压也忽高忽低。得知山西白求恩医院开设了健康生活方式门诊,她特意挂了其中的睡眠门诊向医生寻求帮助。体检刚查出肺部有小结节的吴先生,也赶紧来找医生了,咨询是否需要立即治疗。

“自己看不懂体检报告的指标,有了健康生活方式门诊,医生可以有针对性地给出建议。”

当前慢性非传染性疾病已经成为威胁我国居民健康的主要公共卫生问题,健康的生活方式不仅是预防疾病的重要手段,更是提升生活质量的重要方式。该门诊的设置,也是推动该

院关注全民健康的创新实践。据了解,山西白求恩医院健康生活方式门诊,以生活方式医学为手段,下设体重管理门诊、睡眠门诊、营养门诊、认知障碍门诊、学习困难门诊、中医亚健康门诊、儿童青少年门诊、戒烟门诊、记忆门诊等。



4月14日,春风和煦,迎泽公园里,人们三五成群,享受运动的欢愉。
邓寅明 摄

男子空腹晨练 引发低血糖症

本报讯(记者 申波)4月9日,一名男子空腹晨练后,回家途中突然出现低血糖症状,身体不适,幸得一名路人紧急提供食物帮助,情况很快好转。

当日上午8时30分许,有路人发现,在金汇路与摄乐街交叉口以南,路东侧一辆汽车旁靠着一名男子,此人满头大汗,面部表情显得很痛苦,双手发抖,腿部无力。一位热心路人主动上前了解情况,基本判断该男子是低血糖症状,于是拿出巧克力和小饼干。这名男子在吃下巧克力和小饼干后,情况立即得到好转。热心路人介绍,他患有糖尿病,用药后,

有时候不到饭点就会出现低血糖症状,所以随身带着一些含糖高的食品应急。

男子情况好转后,对热心路人的帮助表示感谢。原来,该男子早晨起床后,空腹在公园锻炼,整个过程感觉一切正常。锻炼完毕,他离开公园,沿金汇路向北步行,准备返回附近小区的家。走出公园后不久,身体逐渐感觉到不适,于是靠在一辆车旁休息,但他并未意识到自己是低血糖症状。

离开时,热心路人不忘提醒该男子,避免空腹锻炼,外出最好带些小零食,可以有效避免出现低血糖症状。

从环境卫生到健康管理 爱国卫生运动焕发新活力

卫生健康是一人之事,也是国之大事。记者14日从国家卫生健康委在苏州举行的新闻发布会上了解到,我国爱国卫生运动取得显著成效,未来将进一步从环境卫生治理转向全面社会健康管理,新增健康体重管理行动、健康乡村建设行动和中医药健康促进行动,并更加关注心理健康服务。

全国爱卫办常务副主任、国家卫生健康委规划司司长庄宁介绍,自2020年《国务院关于深入开展爱国卫生运动的意见》印发实施以来,围绕各项重点任务取得了积极进展,主要体现在群众健康意识更强、城乡人居环境更美、健康服务更优、健康治理更好等方面。

据介绍,通过广泛开展健康知识普及,引导群众养成文明健康、绿色环保的生活方式,“每个人都是自己健康第一责任人”理念深入人心,居民健康素养水平从2019年的19.17%提升至2024年的31.87%。

在城乡人居环境方面,通过推广运用“千万工程”经验,深入开展城乡环境整治,强化病媒生物预防控制,持续改善群众身边环境。2024年,城镇生活垃圾无害化处理率达到99%,卫生厕所普及率达到75%左右。

在健康服务方面,通过深入实施健康中国行动,聚焦儿童青少年、妇女、职业人群和老年人,强化全生命周期健康服务。加强重点传染病监测处置,重大慢病过早死亡率由2019年的16.5%下降至2023年的15%。

庄宁介绍,下一步将持续落实健康优先发展战略,进一步加强健康科普,倡导健康生活方式,建设健康环境,促进爱国卫生运动进一步从环境卫生治理向全面社会健康管理转变。

体重管理、乡村建设、中医药等纳入健康中国行动

2019年,国务院印发关于实施健康中国行动的意见,启动实施健康中国行动15个专项行动。全国爱卫会14日发布通知称,结合健康中国建设工作实际和健康中国行动推进情况,决定将健康体重管理行动、健康乡村建设行动和中医药健康促进行动纳入健康中国行动。

“新增的3个行动侧重强调健康促进、医防融合,比如要正确认识体重,科学管理体重,培养健康生活方式和科学就医习惯,注重饮食养生、运动养生、调畅情志等,强调从源头控制风险因素。”庄宁说,改善群众健康需要社会各方支持,3个行动对相关部门提出具体任务,也从个人、家庭和社会等层面提出各方需要采取的行动,希望将健康融入各行各业,融入群众日常生活。

健康不仅是身体健康,心理健康同样重要。国家卫生健康委将2025年至2027年确定为“儿科和精神卫生服务年”。庄宁说,今年正在积极推进全国统一心理援助热线“12356”应用,希望更多人重视心理健康、维护心理健康,正确对待压力和挑战。

中医药是中华民族的瑰宝,在防治青少年近视和促进老年人健康方面具有独特作用。国家中医药局中西医结合与少数民族医药司司长严华国表示,下一步将推动养老机构、托育机构、产后母婴康养机构等提供中医药健康服务,拓宽中医药健康服务领域,比如聚焦青少年近视、肥胖、脊柱侧弯等问题。

开好社会治理“大处方”

保障14亿多人的健康,有医疗卫生的“小处方”,还有社会治理的“大处方”,爱国卫生运动正深度融入基层社会治理。

江苏苏州,90%的社区卫生服务中心已升级为市民综合健康管理服务平台,95%以上的社区(村)建有居民健康自我管理小组。江苏省苏州市人民政府副市长季晶介绍,当地居民健康素养水平从2009年的15.3%增长到目前的43.03%。下一步将持续在“均衡、可及上”下功夫,打造高水平“健康之城”。

在山东省滨州市,当地把爱国卫生运动融入基层社会治理,发展多元主体的“协同治理”。截至目前,全市基层首诊率达到七成。山东省滨州市人民政府副市长潘峰介绍,当地从社区、单位和个人等层面进行全员发动,构建起“人人参与、人人负责、人人享有”的大健康格局。

海南省将爱国卫生工作与健康海南建设融合推进,聚焦高血压、糖尿病、肺结核、肝炎、重型精神疾病等慢性病,建立一套“筛、防、治、管”全流程闭环管理体系。海南省卫生健康委主任李文秀介绍,当地还建设4个国家区域医疗中心和50个省级临床医学中心,开展77项医疗新技术填补省内空白,基本实现“小病不进城,常见病、多发病在市县,大病不出岛”的目标。

新华社南京4月14日电



图片来源于网络