

大众卫生报

服务读者 健康大众



解读健康中国行动

解读(十一) 降低四大慢性病导致的过早死亡率

本报讯(魏闻)7月31日,健康中国行动推进委员会办公室举办系列发布会,邀请专家就其中四大慢性病防治的具体行动目标和路径进行了解读。

国家卫生健康委疾控局副局长雷正龙介绍,心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病是国际公认的威胁居民健康最主要的四大类慢性非传染病疾病。联合国2030年可持续发展议程将降低这四类重大慢性病导致的过早死亡率作为重要的发展目标。“健康中国2030”规划纲要也将这个目标纳入健康中国建设的主要指标。

雷正龙表示,虽然四类重大慢性病特点不尽相同,但其防治的基本原则和重点环节是一致的。

第一,健康生活方式是基础。不健康的生活方式是慢性病的主要发病原因,也

是影响慢性病患者管理效果的重要决定因素。比如,不健康的饮食、身体活动不足导致的超重肥胖是高血压、糖尿病的主要危险因素;长期吸烟与肺癌、慢阻肺发生密切相关;过量饮酒可能导致心脑血管疾病、肝癌;同时吸烟是脑卒中复发的重要因素;不健康饮食是血压、血糖控制率低的主要原因等等。

第二,早发现、早干预是关键。慢性病的预后好坏与发现的早晚密切相关,发现越早,干预越早,治疗管理的效果越好。如发现的胃癌、食管癌早期患者五年生存率可达90%以上。心脑血管疾病防治行动强调个人应该知晓自己的血压。癌症防治行动强调个人要定期防癌体检。慢性呼吸系统疾病防治行动,强调个人应该关注疾病的早期症状,定期接受肺功能检测。糖尿病防治行动强调个人应当定

期检测血糖。

第三,规范健康管理是重点。慢性病病程长,一旦得病基本终身伴随。规范管理慢性病患者,可以平稳控制患者病情,减少并发症发生。

第四,基层能力提升是保障。慢性病的筛查和管理主要依靠基层,四大行动均对加强基层慢性病防治服务能力提出了要求。

四类疾病的防治行动既有共性,也根据疾病的特点有所侧重不同。心梗、脑卒中等心脑血管疾病急性发作后及时救治的时间很大程度上影响其愈后。癌症防治行动除了强调早诊早治,也强调了疾病的规范化诊疗、新技术应用和药物的可及性等。慢性呼吸系统疾病防治还重点强调了危险因素的防护。强调加强糖尿病并发症的筛查和早期干预,延缓并发症的进展,降低致残率和致死率。

解读(十二) 动员更多人参与防控传染病及地方病

本报讯(李苏憾)7月31日,健康中国行动推进委员会办公室举办系列发布会,发布会的主题是防控重大疾病。防控重大疾病除了防控心脑血管病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病等四大慢性疾病外,还有传染病及地方病防控行动,相关专家对其进行了解读。

国家卫生健康委疾控局副局长雷正龙表示,传染病防控不仅要依靠各级政府、专业机构和医疗卫生工作者,同样需要人民群众的广泛参与。因此在行动中,针对个人和家庭提出倡议,使公众进一步提高健康第一责任人的意识。比如说,提高艾滋病、乙肝等科学防范意识,充分认识疫苗对于预防疾病的重要作用;文明养犬、养猫,流感流行季节前重点人群接种流感疫苗;养成勤洗手、勤通风等良好的卫生习惯等等。希望通过积

极倡导,形成群防群控的良好氛围,真正实现人民共建共享。

艾滋病防控工作不仅是一个公共卫生问题,也是社会问题,行动不仅强调个人应当掌握防治知识和减少危险行为等,也从社会角度提出了动员支持社会各界和社会组织发挥优势,积极参与艾滋病防控工作。同时,在政府层面,突出重点人群和重点环节,提出了落实血站血液艾滋病、乙肝丙肝病毒核酸检测全覆盖,预防艾滋病、梅毒和乙肝母婴传播措施全覆盖和感染者救治救助政策,综合提高预防艾滋病宣传教育的针对性、综合干预的实效性、检测咨询的可及性和随访服务的规范性要求,以实现将我国艾滋病疫情持续控制在低流行水平的目标。

在结核病防控方面,行动提出“肺结核发病率下降

到55/10万以下,并呈持续下降趋势”的目标,强调传染性肺结核患者应做好隔离措施,针对政府和社会提出加强重点地区、重点人群的筛查,及时发现并规范治疗结核病患者,并提供全疗程健康管理服务的行动要求。

在地方病和寄生虫病防控方面,行动提出“到2020年消除疟疾并持续保持;到2022年有效控制和消除血吸虫病危害,到2030年消除血吸虫病;到2020年持续消除碘缺乏危害;到2030年保持控制和消除重点地方病”等目标。要求政府和社会继续针对性实施改水、搬迁、换粮、推广低氟砖茶、改炉改灶等地方病防治措施,加强地方病现症病人救治和帮扶;开展寄生虫病综合防控,加强环境卫生治理,强化传染源管控关键措施,降低农村寄生虫病流行区域人群感染率。(完)

接触鼠患地 警惕伪感冒

本报讯(通讯员 符晴 李圆菲)7月25日,长沙的雷先生(化名)因反复发热6天,伴肌肉酸痛、少尿1天就于长沙市中心医院急诊科。在这之前,家人一直以为雷先生是感冒加重引起的,没想到经医生仔细检查之后,诊断为“流行性出血热、肝肾功能损害”,而引起该疾病的元凶竟然和老鼠有关。医生提醒,生活中可能会接触到鼠类的市民要警惕流行性出血热带来的发热、头痛这一类“伪感冒”症状,以免延误病情。

入院时,长沙市中心医院重症医学科主任邓湘辉发现,雷先生除了发热外,血压很低,已处于休克状态,不太符合一般感冒的病情,在予以完善血液生化检查后,显示雷先生的血小板远远低于正常值,同时肝肾功能已经出现损害,尿蛋白阳性,流行性出血热抗体筛查阳性。结合患者的发病时间、主要症状及实验室检查,考虑为流行性出血热。

邓湘辉介绍,流行性出血热又称肾综合征出血热,是由流行性出血热病毒(亦称汉坦病毒)引起的一种经鼠传播的自然疫源性疾病。潜伏期一般1~2周,早期主要为发热及全身中毒症状,有些病例极易诊断为“感冒”,因此容易延误病情。市民若出现发热持续,无法缓解或者用药后症状反复,伴有全身肌肉疼痛、腰痛、少尿等症状,则需及时到医院进行检查和治疗。



高温天送清凉

近日持续高温,长沙市中医院(长沙市第八医院)组织工作人员,每天在三院区门诊大厅为候诊的患者免费提供解暑凉茶。凉茶由该院中药房调配,由金银花、薄荷、藿香、荷叶、甘草等多种中药材组方煎制而成,具有清热解暑、化湿和中的功效。 通讯员 粟青梅 摄影报道

老人出游 健康放首位

详见09版