# 健康报

HEALTH NEWS

国家卫生健康委员会主管

2023年11月14日 星期二

农历癸卯年 十月初二

第12155期 今日8版

国内统一连续出版物号 CN 11-0010

邮发代号 1-20

http://www.jkb.com.cn



健康报 中国邮政 CHINA POST

邮局订阅热线：11185 征订服务热线：010-64622910 全国邮局均可订阅

欢迎订阅2024年《健康报》

► 邮发代号：1-20

纸媒含手机客户端全年订价：456元

《健康报》2024年推出“纸媒”+“数媒”复合订阅产品，读者订阅报纸后，即可在2024年免费阅读170余种期刊，畅听300余种听书。

《健康报》手机客户端是在移动互联网平台上开设的新窗口与新天地，为用户提供高效、便捷、丰富的数字阅读资源。手机数字报依托手机客户端可全期数阅读，支持本地下载。凭2024年1月3日报纸夹带的激活码读报，手机数字报不单独发行，订阅全年《健康报》纸媒用户，赠送手机数字报。

扫码订阅 扫码下载


家庭病床观察①

# 一座城市8万张床，需求来自哪里

**开栏的话**

在居民家中设置一张病床，这不是一件容易的事，涉及医务人员工作负荷、医保是否报销、医疗质量能否保障等方方面面。然而，面对银发人群日趋增多的现实，开展家庭病床工作的社会需求又日益变得强烈，成为中国式现代化进程上一项有待完善的课题。

解难题，为的是民生更有保障。今年以来，多地纷纷加大家庭病床工作的推进力度，保需求、扩床位、提质量、解难题，让许多空巢、独居的老人感受到了关怀和温暖。与此同时，更多的医务人员带着专业技术来到居民家中，在柴米油盐酱醋茶的氛围中完成对生命的呵护。

当前，我国家庭病床现状如何？患者获得了哪些保障？家庭病床服务有质量保障吗？如何才能积聚发展动能？带着这些问题，本报记者近期分赴上海、福建厦门、浙江湖州、广东广州，进入居民家中，寻找问题的答案。

□首席记者 **叶龙杰**

上海市是国内家庭病床服务的先行者，从1987年发布《上海市家庭病床实施办法》到2010年实施家庭病床地方标准——《家庭病床服务规范》，再到2019年推出《上海市家庭病床服务办法》，“病床设在家、医生走上门”的服务形式在居民中的存在感逐年提升。2022年，该市设家庭病床近8万张，这成为推进这座城市健康老龄化的重要一环。

## 多年未出门的老人

“咚咚咚……”在上海市静安区和源名城小区，临汾路街道社区卫生服务中心家庭医生卢万琪敲响大门后，89岁的姚奶奶颤巍巍地在屋内挪动脚步。脚步声慢慢由远及近，等了一阵子，门终于哐当一声打开了。

眼前的姚奶奶银发满头，身形略为佝偻，背后是收拾得干净整洁的两室一厅。“护工昨天刚来过，屋子给收拾了。”姚奶奶说话不是很清晰，说完一句话后就望向卢万琪。

多年打交道，卢万琪熟知姚奶奶的家庭情况：一人独居，儿子就住在上一层楼，但儿子也已70岁了，本身也需要人照顾。姚奶奶曾经患过脑梗、胃癌，近段时间因为高血压、糖尿病症状不稳定，申请在家开设家庭病床；因为腿脚不便，她已经多年未出门、下楼，也就是站在卧室的窗口旁，看看外面的世界。

像姚奶奶一样，有一些人因年老体弱、行动不便、缺乏亲友陪伴等原因，常年无法下楼，成为“空中一代”。近年来，针对失能、半失能老人需要生活照料的难题，许多地方已经建立了长期护理保险制度，通过提供护理保障和经济补偿的制度安排关爱相关人群；国家还对“构建城乡老年助餐服务体系”作出具体部署，许多地方开始普及老年食堂，对食堂建设、老年人用餐等给予不同程度的补助。

在饮食起居之外，一旦行动不便的老年人身患疾病，又该如何破解？去年，国家卫生健康委等多部门印发的《关于推进家庭医生签约服务高质量发展的指导意见》指出了一条路，对行动不便、失能失智的老年人、残疾人等确有需求的人群，要结合实际提供上门治疗、随访管理、康复、护理、安宁疗护、健康指导及家庭病床等服务。

上海市老龄化早于其他地区，关于家庭病床的探索也较早开展。在上海市徐汇区徐家汇街道社区卫生服务中心，家庭病床科质控组组长徐光铮回忆，他从1988年开始就在家庭病床科工作，当时的社区中心叫“地段医院”，科里同事每人管着二三十张病床，居民也习惯家庭病床的设置。每当上门服务时，他就背上装着血压计、听诊器、药品的出诊包，骑上自行车向居民家蹬去，每个月因此还有10元的自行车补贴。

30多年过去了，徐光铮的“坐骑”换成了电动助力车，上海市的人口老龄化程度进一步加深，家庭病床的支撑作用更为凸显。第七次全国人口普查结果显示，上海市常住人口中，60岁及以上人口为581.55万，占总人口的23.4%；其中，65岁及以上人口为404.9万人，占比为16.3%。

（下转第2版）

扫码看视频报道

心理健康和精神卫生国际交流活动举行

**本报讯** （记者**赵星月**）11月12日，国家心理健康和精神卫生防治中心与世界卫生组织驻华代表处、联合国儿童基金会驻华办事处共同主办的“努力推进人人享有心理健康服务”心理健康和精神卫生国际交流活动在京举行。国家卫生健康委副主任曹雪涛出席活动并致辞。

曹雪涛在致辞中指出，党中央、国务院高度重视心理健康和精神卫生工作。国家卫生健康委会同有关部门在全国开展社会心理服务体系建设试点、推进心理健康促进行动，居民心理健康素养得到有效提升。曹雪涛强调，心理健康和精神卫生是世界各国和有关国际组织高度关注的社会问题，中方愿意持续深化与世界卫生组织、联合国儿童基金会等国际组织和世界各国的交流合作，分享中国经验，借鉴国际先进做法，为提高全球心理健康和精神卫生工作水平作出积极贡献。

活动发布了《世界精神卫生报告》中文版，展示了联合国儿童基金会支持的青少年心理健康发展项目成果《青少年心理健康服务包》和《青少年心理健康同伴支持工具包》。

深秋十月，《健康报》采访团队来到南疆，走进喀什和阿克苏的受援医院，走进被改变命运的患者家中，用7天时间，近距离观察医疗人才“组团式”援疆带来的变化。

相关报道见今日第4版——

**天山南麓的健康梦**

# 又到呼吸道疾病高发季 今年有何不同

□本报记者 **崔芳**

新冠疫情之后，为什么感觉身边呼吸道传染病反而更多了？相对于成人，儿童感染肺炎支原体的比例为什么更高？进入流感流行季，感染何时达峰？网传的各种应对手段，到底靠谱吗？随着各地入冬，呼吸道疾病已进入高发季，多种呼吸道疾病交织叠加，公众相关疑问也逐渐增多。11月13日，国家卫生健康委在京召开新闻发布会，介绍冬季呼吸道疾病防治有关情况，并邀请相关专家有针对性地进行答疑解惑。

## 发病水平“回归”常态 多病原体叠加感染少见

近期，不少人感觉，较之往年，今年的呼吸道传染病突然增加了不少。对此，北京市呼吸疾病研究所所长、首都医科大学附属北京朝阳医院副院长童朝晖解释，大家觉得和前三年比，今年的呼吸道疾病好像增加了。其实每年冬季都是呼吸道疾病感染高发季节，今年这些疾病的特征和往年一样，发病率没有比往年高。公众产生这类疾病“突增”的错觉，主要是由于此前新冠疫情期间大家采取严格的呼吸道防护措施，一些急性呼吸道疾病比其他年份减少。“近三年全球范围监测的支原体感染均处在一个较低水平。”童朝晖指出，随着防控的常态化，今年这些疾病的发病水平又回归到疫情前的表现。

还有说法认为，今年冬天将迎来呼吸道病毒感染最复杂的阶段，多个呼吸道疾病叠加。对此，童朝晖表示，甲型和乙型流感病毒、呼吸道合胞病毒、鼻病毒、偏肺病毒、腺病毒、肺炎支原体等都是冬季常见的呼吸道病原体，有些病原体在人群呼吸道中有一定的定植，所以它可能和人体共存。在冬季气候干燥气温低的情况下，感染人体的机会会增加。因此，临床上会出现两种及以上病原体被检出来的情况。“但是，这种情况非常少见，而且不一定和病情的严重程度有关。”童朝晖介绍，虽然有些病毒没有特效药物治疗，但是呼吸道病毒的感染有一定的自限性，不需要都进行抗病毒治疗，对症采取缓解症状治疗，患者就能康复。建议老年人、5岁以下儿童以及免疫力低下的特殊人群及时就医，由医生判断病情，进行相应治疗。

## 肺炎支原体感染多为儿童 家长自行用药有安全风险

在众多冬季呼吸道疾病当中，近期最受关注的是肺炎支原体肺炎。不少家长发现，相较于成人，孩子似乎特别容易“中招”。发布会上，童朝晖肯定了这种感受：“我院近期肺炎支原体核酸检测统计显示，成人检出率为5.59%，儿童是40.34%。”他指出，肺炎支原体是我国5岁及以上儿童最主要的社区获得性肺炎的病原体，北方地区在秋冬季流行，南方地区一般是在夏秋季流行，在儿童中每3到7年会出现地区周期性流行。童朝晖还介绍，与往年相比，今年儿童感染肺炎支原体呈现低龄化的趋势，3岁以下的儿童也会被感染，但病情没有明显加重。

为什么相对于成人，儿童感染肺炎支原体的比例更高？首都医科大学附属北京儿童医院主任医师王荃解释，儿童更容易感染肺炎支原体，一是因为儿童免疫系统发育不够健全，容易被感染；二是肺炎支原体具有相对比较强的传播性，常可通过呼吸道飞沫或者密切接触传播，学校和幼儿园的人群密集程度相对较高，便于病原体较快传播。此外，肺炎支原体感染的潜伏期较长，携带者和患病人群都有一定传播性，因此被交叉感染的机会较多。

（下转第2版）

扫码看发布会文字实录

食盐科普课进校园

11月13日，安徽省合肥市蚌埠路第二小学邀请盐业公司工作人员开展“科学用盐 健康生活”食盐科普课，为学生们讲解科学用盐、健康减盐的知识。

**视觉中国**供图

健康促进医院观察②

# 牵起“大手”和“小手”

□本报记者 **赵星月**
通讯员 **奚晓蕾 王炬亮**

“一老一幼”是健康促进的重点关注人群。许多医务工作者深有感触：将健康教育融入诊疗与康复服务中，往往有事半功倍的效果。在国家卫生健康委通报的2022年健康促进医院优秀案例中，来自多家医院的积极实践汇聚成健康促进惠及“一老一幼”的有益经验。

## 讲科普就像“滚雪球” 取材于听众，反馈于听众

在我国，意外伤害是导致0~14岁儿童死亡的首位原因。“让孩子做自己健康安全的第一守护人，让家长做孩子健康安全的第一监护人”是神经外科副主任医师郑继翠在“儿童无伤害”倡导公益行动中不断传达的理念。

2015年，郑继翠所在的复旦大学附属儿科医院成立“儿童伤害预防与急救”青年志愿服务团队。“团队中有来自骨科、普外科、心理科、神经外科、新生儿科、重症医学科等科室的医务人员，也有医务社工，成员之间博采众长，共同致力于儿童伤害预防与急救。”郑继翠说，团队既防“害”于未然，又减“害”于已然。

针对健康儿童及其家庭，团队推出意外伤害预防医学科普课程，通过参与式、互动式、体验式教学，让儿童青少年的安全意识从认知提升逐渐到影响行为。“针对跌落、溺水、烧烫伤等常见儿童伤害类型，我们设计了很多趣味教具，力求寓教于乐。”郑继翠说。

对于遭受意外伤害的儿童及其家庭，团队开展需求评估和床旁咨询，以减少家庭成员间在事故发生后的自责、互责情绪，并总结成标准化服务模式，避免类似伤害的再次发生。

“国外研究发现，当遭受意外伤害的儿童回归社会后，他们中有一部分人会再次遭受类似的意外伤害。因此，控制儿童伤害危险因素至关重要。”郑继翠介绍，该院首创的床旁咨询通常在患儿出院前一天开展，这是养育人最期待获得居家看护指导的时刻。借此时机，团队成员与患儿家人围坐在一起，分析事故风险点及规避方法。

床旁咨询不追求面面俱到，而要具体问题具体分析。“曾有1名4岁儿童在玩耍中不慎从3层窗台跌落。其父母表示，孩子出院后，他们就要从3层搬到1层住。”郑继翠说，其实患儿父母并未抓住主要矛盾，即使搬到1层，孩子仍有从窗台跌落的风险。于是在咨询中，郑继翠引导患儿父母复盘跌落发生的全部过程，分析儿童伤害危险因素，并就此对家居布局、防护措施设置提出有针对性的建议；同时根据这个年龄段孩子好动的特点，教给孩子父母如何调整看护习惯。

“孩子父母听后恍然大悟，‘原来不换房子也能解决问题’。在后续的电话随访中，我们得知患儿再未经历类似的事件。”郑继翠回忆。

“讲科普就像‘滚雪球’，不必在意初期效果甚微。”在郑继翠看来，给儿童家庭讲科普，不要照本宣科，要将临床案例转化为鲜活素材；不要自说自话，要尝试互动式教学，鼓励儿童和家长勇于表达，在交流中持续挖掘素材，正所谓“取材于听众，反馈于听众”。

## 由被动转向主动 “糖友”变身“控糖达人”

糖尿病属于终身性疾病，而老年患者的普遍困境在于自我管理不得法、不奏效。为此，湖北省黄石市中心医院于2016年6月成立“欢聚e糖”糖尿病居家照护团队，探索开展“互联网+”糖尿病居家管理项目。

（下转第3版）


编 辑 张 漠