



《“十四五”国民健康规划》提出—— 人均预期寿命再提高1岁

本报讯（记者尤颖康）近日，国务院办公厅公布《“十四五”国民健康规划》（以下简称《规划》），提出到2025年，卫生健康体系更加完善，中国特色基本医疗卫生制度逐步健全，重大疫情和突发公共卫生事件防控应对能力显著提升，中医药独特优势进一步发挥，健康科技创新能力明显增强，人均预期寿命在2020年77.93岁的基础上继续提高1岁左右，人均健康预期寿命同比例提高。

《规划》提出，开发老年健康教育科普教材，开展老年人健康素养促进项目，做好老年健康教育。强化老年预防保健，加强老年期重点疾病的早期筛查和健康管理，到2025年，65岁及以上老年人城乡社区规范健康管理服务率达到65%以上。实施老年人失能预防与干预、老年人心理关爱、老年口腔健康、老年营养改善和老年痴呆防治等行动，延缓老年人功能衰退，提升老年

医疗和康复护理服务水平。推动开展老年人健康综合评估和老年综合征诊治，促进老年医疗服务从单病种向多病共治转变。到2025年，二级以上综合医院设立老年医学科的比例达到60%以上。

《规划》还提出，完善从居家、社区到专业机构的长期照护服务模式，提升基层医疗卫生机构康复护理服务能力，开展老年医疗照护、家庭病床、居家护理等服

务，推动医疗卫生服务向社区、家庭延伸。健全医疗卫生机构和养老服务机构合作机制，为老年人提供治疗期住院、康复期护理、稳定期生活照料、安宁疗护一体化的服务，进一步增加居家、社区、机构等医养结合服务供给。鼓励农村地区通过托管运营、毗邻建设、签约合作等多种方式实现医养资源共享。开展医养结合示范项目，提升服务质量和水平。



划菱桶 迎端午

近日，浙江省湖州市德清县钟管镇蠡山村举办“迎端午 划菱桶”趣味活动，村民们划着菱桶在水面上你追我赶，热闹不已，呈现出水乡特有的端午节节日氛围。

王正摄影报道

我国约1.8亿烟民有烟草依赖

本报讯（记者张磊）“吸烟会导致烟草依赖，在我国逾3亿名烟民中，约有1.8亿是成瘾者。与高血压、糖尿病类似，烟草依赖同样是一种慢性病，需要治疗。”近日，在由中日友好医院国家呼吸医学中心、中国健康教育中心、健康报社联合举办的2022年世界无烟日“烟草威胁环

境：推动戒烟，医者先行”主题活动上，中国工程院院士、中国医学科学院北京协和医学院院校长王辰如是说。

近日，《柳叶刀·区域健康-西太区》在线发表《中国烟草依赖的患病率与影响因素：基于2018年全国居民健康素养监测调查结果》。该文由中日友好医院国家呼吸医学中

心、世界卫生组织戒烟与呼吸疾病预防合作中心王辰院士、肖丹教授团队，联合中国健康教育中心李英华研究员团队共同完成。研究首次明确了我国烟草依赖的流行状况及危险因素，对我国控烟特别是临床戒烟工作起到积极作用。

本次研究结果表明，患有烟草依赖的吸烟者，凭借自身努力戒烟成功的可能性较低，需依靠专业的戒烟治疗。肖丹说，尝试戒烟但多次失败的烟民要意识到自己可能罹患了烟草依赖，一定要到戒烟门诊接受专业的治疗。

（更多科普内容详见3版）



扫码订阅

老年健康报

每周一期 周四出版

全国各地邮局均可订阅

全国老龄工作委员会办公室指导

用空气炸锅做菜 会致癌吗

随着空气炸锅的热销，网友们对于“空气炸锅做菜是否会致癌”这个问题展开了激烈的争论。那么，使用空气炸锅做菜真的会致癌吗？

2版

烟草依赖 其实是种病

很多吸烟者明知吸烟有害，仍“照吸不误”，部分吸烟者甚至在罹患吸烟相关疾病后仍不能戒烟。这究竟是因为什么呢？

3版

走进康复科 了解中风康复过程

康复是对中风患者进行系统化管理过程中不可或缺的一个环节。康复训练并非“随意乱练”，患者必须在专业人员指导下进行科学的训练。

4版

新丝缠角粽 浓情话端午

我国传统节日——端午节马上就要到了。说起端午节，肯定离不开吃粽子、划龙舟、挂艾蒿这些话题……

5版

本报所刊方药，请在医生指导下使用

新闻热线：(010)64621355

E-mail: lnjkb2020@163.com

编辑：尤颖康 电话：(010)64621193