



在云南省曲靖市沾益区西河公园门口的洗手台,垃圾分类站、健康知识海报、直饮水设备集合在一起。

□本报记者 段梦兰摄影报道

今年4月是第36个爱国卫生月。4月8日,以“健康城镇 健康体重”为主题的全国第36个爱国卫生月启动暨2024年度“爱卫新征程 健康中国行”首站活动在云南省昆明市举行。4月18日,国家卫生健康委在云南省曲靖市召开新闻发布会,介绍爱国卫生工作有关情况。

进入新时代,爱国卫生运动面临新形势、新任务,如何促进形成“人人参与、共建共享”的卫生健康综合治理新格局?多地用实际行动给出了答案。

2020年,云南省立足疫情防控常态化需求,创新开展“清垃圾、扫厕所、勤洗手、净餐馆、常消毒、管集市、众参与”的爱国卫生7个专项行动。2022年,云南省深化拓展爱国卫生工作成果,接续实施“绿城市、治污染、除四害、食安心、勤锻炼、管慢病、家健康”爱国卫生新7个专项行动。从老到新,爱国卫生运动的内涵在具体实践中不断丰富。

在春风拂面的4月,记者跟随调研团来到云南,看到点滴变化正在发生……

1 车站记忆

4月18日,云南曲靖。

汽车驶过曲靖收费站,沿路向北,绿树、房屋、农田尽收眼底。汽车拐过一道弯,行人新多,道路两旁一排排梧桐树矗立,阳光透过伸展的枝叶洒下来。一下车,清爽的空气扑面而来,音乐声、说话声逐渐清晰,记者一行来到曲靖市沾益区龙华北路“车站记忆”街区——原沾益火车站所在地。

入口处,展示着“车站记忆”全貌的地图旁,一座干净的洗手台引人注目。抬眼望去,左前方的建筑是新建成的游客服务中心,这里本是原火车站的售票大厅,如今灰绿墙面和反射着阳光的“沾益”二字还保留着过去的印记。

再往里走,广场上人流如织。不少人围在几个展台前,仔细听身穿红马甲、头戴小红帽的志愿者们做宣教。这些志愿者来自沾益区健康教育所,他们拿着“健康生活方式”“三减三健”“健康体重”等宣传手册,正在向大家讲解相关健康知识。

“这个健康4件套是免费送给大家的,包括有刻度的油壶、盐勺、体质指数小转盘、七步洗手法围裙。”来自沾益区健康教育所的刘素娟向刘阿姨介绍“三减三健”的具体知识。

“这个盐勺一勺两克,回去就可以用起来啦。从刚刚的血压和体重结果来看,您一定要注意饮食。”刘素娟一边把健康4件套递给刘阿姨,一边叮嘱道,“您爱吃的那个饼干含糖量可高了,可以换成椒盐口味的或者无糖的……”

“变化太大了。”刘阿姨每天都要在附近散步,她不但看到这里越来越干净、越来越美,还能听到志愿者们讲健康知识,为她免费量血压、测血糖。

始建于1944年的沾益火车站,在巅峰时期承担了曲靖近90%的货物和旅客运输量。2014年,由于城市发展需要,沾益火车站搬迁关闭,废弃车站和铁路成了闲置之地,慢慢变得污水横流,垃圾乱堆,鼠蝇孳生。

自2020年以来,当地以推进爱国卫生运动7个专项行动为契机,以人居环境整治为抓手,以沾益历史文化为基调,打造了如今的“车站记忆”街区。

清理垃圾5000余吨,盘活70余亩长期闲置土地资源,让老火车站旧貌换新颜……沾益区副区长陈敏说,变的不仅是环境面貌,沾益区通过推进爱国卫生运动7个专项行动,探索出一条改善人居环境、提升城市品质、聚集商业业态、发展健康经济的新路子。

2 健康达人

4月8日,云南昆明。

“10年前我喜欢玩游戏,游戏中我是最强(者),现实中我是一个大胖子。”“体重接近90公斤,生活没有规律,各项指标严重超标,直到肥胖、高血压、不运动等引发大面积脑梗血……”“一个健康的人可以有1000个梦想,而一个失去健康的人只有一个梦想——健康生活着。”

……
2023年度健康昆明行动“健康达人”靳伟正在分享自己的健身经历。在身体发出健康警报之后,他开始主动锻炼。从尝试跑步到跑半程马拉松、全程马拉松,靳伟瘦了,身体各项指标也正常了。

这些年,靳伟跑过昆明大街小巷,又跑到全国各地。在朋友圈里,他不时分享各类健身活动、健跑活动的报名信息。他还组织成立了跑团,带动跑团里近千人一起跑步健身。

保持健康是大家共同的理想和追求,在公园里、滇池畔、湿地旁,许多居民在奔跑着、运动着。位于昆明市官渡区星海半岛北岸的星海半岛湖滨生态湿地公园里,乔木、灌木、花草错落有致,健康步道从东到西贯穿公园。经过

综合治理,这里成为滇池与城市可持续发展的生态缓冲区,被当地居民作为休闲娱乐、健身锻炼的绝佳地点。

“每年,由云南省主办的上合昆明马拉松都会从湿地公园前的湖滨路经过,运动员们可以一睹滇池湖滨的风光。”漫步在湿地公园,共青团官渡区教育工作委员会副书记陈国灿一边指着附近正在锻炼的一支支“小分队”,一边告诉记者,在池边林间打太极、练八段锦,在绿意盎然里健步走、环湖跑,是周边居民健康生活的最新打开方式。

居民积极践行健康生活方式的背后,是一座城市日益健全的健康服务网络。据了解,昆明市已建成综合性公共体育场馆27个,全市有体育场地1.9万个,人均体育场地面积超过2.69平方米,市、县、乡、村四级全民健身设施网络基本形成,社区(行政村)体育设施覆盖率达100%。

昆明市委副书记、市长、市爱卫会主任刘佳晨表示,昆明2023年新增“口袋公园”500个,经常参加体育锻炼的人数比例达41.6%。当地以上合昆明马拉松、滇池国际龙舟赛、昆明环滇高原自行车邀请赛等八大品牌赛事为核心,大力发展群众体育运动。

探寻社会健康管理“大处方”

4月17日,云南曲靖。

“往里走,这台健康一体机也是新投入使用的。”在曲靖市麒麟区白石江街道幸福社区“幸福健康+”体验馆,白石江街道办事处主任杨懿招呼着记者走进去,眼中难掩喜意。

“幸福健康+”体验馆位于幸福社区党群服务中心一楼,刚开始试运行。毗邻住宅区和商铺,幸福社区党群服务中心外的一片空地上摆放着许多石制桌椅,几棵大树枝繁叶茂,为围坐在树下下棋、聊天、活动的老人们遮阳。“这里本来就是附近居民日常活动的聚集地,老年人很多,定时定点来,还有带着孙子孙女来的。”杨懿介绍,为此,街道和社区就想利用这块“宝地”,为居民们提供更好的健康监测、慢性病管理等服务。

记者进入“幸福健康+”体验馆,健康监测区、居民膳食宝塔模型等映入眼帘。在健康一体机前,等待量血压和身高体重、测血糖的人们排起了队。杨懿介绍,体验馆通过引进这些健康监测设备,定期组织健康检测,建立了居民健康红、黄、蓝、绿四色档案。

20世纪50年代,毛泽东等老一辈无产阶级革命家创造性地把党的群众路线与卫生防病工作结合起来,发起了轰轰烈烈的爱国卫生运动。回望历史,“除四害”“讲卫生”“移风易俗”“改造家园”的场景历历在目。

对于青年人来说,与爱国卫生运动深度接触,是从参与“创卫”开始的。1989年,国务院印发《关于加强爱国卫生工作的决定》,明确爱国卫生工作的基本方针和方法,确定建立爱国卫生月制度。同年,全国爱卫会决定开展创建国家卫生城市工作。1997年,全国爱卫会决定开展创建国家卫生乡镇(县城)工作。之后,整治城乡环境卫生成为开展爱国卫生运动的重要抓手之一。2010年,全国爱卫会启动第一轮全国城乡环境卫生整洁行动;2015年,全国爱卫会启动第二轮全国城乡环境卫生整洁行动。彼时,一场场与“卫生”相关的行动在各地铺开,“环境卫生治理”“饮水和食品卫生”“厕所革命”等深深影响了城乡居民们的生活环境和卫生习惯。

经过探索实践,城市治理、环境卫

旁边的房间里,来体验馆坐诊的白石江街道社区卫生服务中心全科医生叶进成正在和62岁的蒋阿姨聊天。“您今天的血压稍微有点高,但是不用太担心,明天、再过3天再分别来测量一下。”叶进成叮嘱蒋阿姨。他告诉记者:“目前,蒋阿姨还不能确诊为高血压。如果后续确诊,系统会及时为蒋阿姨建立黄色档案,社区全科医生会相应对接蒋阿姨进行动态健康监测和管理。”

记者注意到,蒋阿姨手上拿着一个“健康积分存折”,里面记录了健康行为积分明细,主动来量血压、进行健康咨询为蒋阿姨积累了1分。“我们用积分兑换的方式吸引大家参与各类健康活动,达到一定分值可以兑换健康礼品。”杨懿说。

在曲靖市麒麟区沿江街道社区卫

生服务中心,记者也看到了类似的“积分卡”。“血压跟血糖控制得很不错,但是体重还是有些超标……”沿江街道社区卫生服务中心慢性病门诊里,主治医师吴国花边翻看着杨阿姨的检查报告,边侧过头对她说。

一个“慢性病管理积分卡”摆放在桌上,里面详细记录了过去一年每个季度杨阿姨的面访、规律服药情况、血压血糖控制水平、管理依从性、慢性病知识知晓度等信息,以及杨阿姨积极配合健康管理所获得的分值。

杨阿姨有17年高血压病史,前几年又确诊了糖尿病,这几年一直在沿江街道社区卫生服务中心接受慢性病管理。“她们可好了,特别负责。我用积分兑换了好些东西。”杨阿姨笑着对记者说,“最近我瘦了2斤哩!”

“咋瘦的?”记者好奇地问。“吴医

生让我动一动,闲着没事还搞劳动。”

“您得注意了,也不能过度运动,要适当,得循序渐进……”正在写处方的吴国花停下敲键盘的手,又嘱咐起来。

沿江街道社区卫生服务中心承担着辖区约5.2万名常住居民的健康管理工作,大约一年前开始实行积分管理。该中心主任汤占林说,中心为居民准备了很多用于兑换的健康产品,除了鸡蛋、蔬果外,还有便携式血压计、油壶、盐勺、中药饮片等,为的是破解慢性病患者依从性低的难题,激励居民主动管理自身健康。在慢性病管理积分兑换室里,汤占林指着4层的大置物架向记者介绍,目前已经兑换出700余份健康产品。一旁,有公卫医师在坐诊,为居民提供健康咨询和营养指导。

“我们实施慢性病‘防、治、管、康’综合防控措施,建成国家级慢性病综合防控示范区3个、省级示范区2个。”曲靖市卫生健康委副主任吴宇翔表示,该市重大慢性病过早死亡率由2018年的20.26%下降至2022年的15.75%,居民健康素养水平达到31.33%。

为,在落实体重管理方面,爱国卫生运动能发挥重要作用。

“约4.6%的癌症死亡归因于高BMI(身体质量指数);体重每增加5%,高血压发病风险增加20%~30%,超重和肥胖患者脑卒中发生风险增加17%……”吴静向记者展示了一组数据并表示,“保持健康体重非常重要,要通过发挥爱国卫生运动的优良传统和宝贵经验,做好健康知识普及、强化支持性环境建设、推广适宜工具应用、深化‘三减三健’行动、加强科学评估,有力推动全民健康体重管理。”

“要根据不同人群、年龄、性别以及身体状况,来确定一个适宜的体重范围。”毛群安强调,各地在开展活动时应当倡导“健康”的理念,针对不同人群开展针对性健康管理,倡导群众了解自己和家人的健康状况,知晓体重是否在健康区间,若发现自己或家人体重不在健康区间,要追问原因是什么、应该如何保持健康体重并付诸行动。

“把体重管理好,是我们每个人迈向健康最直观、最可衡量的指标之一。”毛群安说。

4 变化发生

生与健康促进间的关系更加明晰,以“健康”为核心的健康城镇建设也蓬勃开展起来。20世纪90年代,我国就开始探索健康城市建设。2016年7月,全国爱卫会印发《关于开展健康城市健康村镇建设的指导意见》,明确提出了健康城市健康村镇建设的重点任务。一个又一个“健康细胞”建设起来,在城镇绿色、健康、可持续发展中展现出活力。

变化正在发生。“我们的环境卫生越来越好,不过光搞好卫生是远远不够的。”全国爱卫办副主任、国家卫生健康委规划发展与信息化司司长毛群安说,“爱国卫生运动走上新征程,要推动从环境卫生治理向全面社会健康管理转变。”

“如果说过去是‘卫生革命’,那现在是在向‘健康革命’转变,更是一场有关生活方式的革命。”毛群安介绍,“卫

生革命’更注重环境卫生基础设施建设,污水垃圾处理、环境保护和污染控制;‘健康革命’更注重健康服务和健康保障能力、健康文化培育,重点是关注影响居民健康的各种因素,强调预防优先,广泛宣传文明健康的生活方式。”

卫生与健康两手都要抓,向全面社会健康管理转变,对各地提出了更高的要求。今年爱国卫生月的主题“健康城镇 健康体重”,正体现了这种考虑。“所谓健康中国,是每个人、每个家庭、每个城市都健康。”毛群安表示,“就是以保持健康体重为小切口,来引导大家养成更好的健康生活方式,助力健康城镇建设。”

全民健康体重管理不仅是一个医疗卫生问题,更是一个社会健康管理问题。中国疾病预防控制中心主任吴静认



清晨,云南省昆明市官渡区星海半岛湖滨生态湿地公园里,居民结伴在池边林间、绿意环绕的栈道平台上练习太极拳。

记者手记

更好的健康生活,值得期待

在文山壮族苗族自治州,群众对卫生状况的满意度连续两年位居全国第一,经常参加体育锻炼的人数比例达43.71%,城乡居民国民体质合格率达96.63%;云南师范大学实验中学坚持开展学生健康监测,积极组织学生开展体育锻炼,教育学生合理膳食,学生肥胖率由12.0%下降至8.3%,近视率也逐年下降;北京大学肿瘤医院云南医院(云南省肿瘤医院)近5年已为1.5万余人次提供了营养体检和咨询,

开设了体重管理门诊,采用非药物疗法进行体重管理……

这一系列成果,是云南省凝聚力、狠抓实干取得的。其经验值得其他地方借鉴,而各地也应结合不同经济发展水平、不同文化背景,思考如何因地制宜地将健康优先理念更好地融入万家。

记者在昆明采访时,蓝花楹的花朵刚刚冒出头。4月19日,一位昆明本地人给记者发来一段视频。视频里,鸿城广场东侧、盘龙江畔的蓝花楹已经盛

开,蓝紫色的花瓣聚在枝头,引得路人纷纷停下脚步。一阵风吹来,飞花落入水中,泛起阵阵涟漪。每年,有无数游客来到昆明,只为目睹这片蓝色花海。

2023年3月7日,云南省委书记王宁致信网友,欢迎大家来体验“有一种叫云南的生活”。这一邀请的底气,来自云南宜居宜业宜游的健康生活品质 and 开放包容的生活态度,也来自当地持续推动全面社会健康管理的坚持。更好的健康生活,值得期待。