

健康论坛

践行“共建共享”，推进健康企业建设

目前,我国经济已由高速增长阶段转向高质量发展阶段。高质量发展的内涵,必然要求落实“健康入万策”理念,落实“共建共享”方针。把健康企业建设这项工作落到实处,也会为推进健康城市健康村镇建设、促进“健康细胞”建设广泛开展提供良好的基础和动力。

□钱峰(媒体人)

目前,很多企业都在推进健康企业建设。比如,广东省东莞市一家日用品公司设置戒烟

奖,戒烟成功者会被奖励500元;江苏省南京市一家科技公司为员工提供带薪“失眠假”,每月可请1天,全年12天……这些企业在创建健康企业过程中推出的各项创新举措,值得借鉴。

伴随工业化、城镇化、人口老龄化,以及职业病谱、生态环境、生活方式的不断变化,劳动者的健康面临多重疾病威胁并存、多种健康影响因素交织的复杂局面,建设健康企业逐渐成为各方共识。2019年11月,全国爱卫办、国家卫生健康委、工业和信息化部等多部门印发《关于推进健康企业建设的通知》。《2022年我国卫生健康事业发展统计公报》显示,截至2022年末,全国共有健康企业13546家。

健康企业建设以建立健全管理制度、建设健康环境、提供健康管理与服务、营造健康文化等方面为主要内容,不仅要关注职业病防治,更要关注所有影响职业人群健康的因素。截至目

前,国家卫生健康委已组织开展了两批健康企业建设优秀案例征集活动,将评选出的72个行政推广优秀案例和300个企业建设优秀案例在全国进行推介,并于今年10月向各地征集第三批健康企业建设优秀案例。

从各地各企业实践来看,健康企业建设是一个系统性工程,需要建成多角度、广协同、全覆盖的组织体系,形成齐抓共管、群策群力的良好氛围,从改善用工环境、打造健康文化、满足健康诉求等多个层面,保障员工健康。健康企业建设也是一项长期工作,是持续提升员工健康素养的重要措施,并以此营造企业健康文化,潜移默化影响员工关注健康、重视健康。

创建健康企业,企业负责人首先要树立健康企业建设是企业发展的必行之举的理念,意识到只有员工身心健康才有企业的健康良性发展。为企业谋发展、为员工谋利益,就要打造健康舒适的环境,不断丰富健康教育的载体与内涵,持续提高员工的健康知识知晓率和健康生活方式行为形成率;积极传播健康先进理念和文化,鼓励评选健康达人,并给予奖励。

在健康企业建设中,也要通过各种制度的建立,引导企业员工从被动的“要我健康”转变为主动的“我要健康”;激励员工提出合理的健康需求和期望,积极主动要求举办和参与企业的健康活动,将健康理念贯穿工作生活的方方面面。企业也可由此营

造出全员共创健康企业的良好氛围。

健康企业建设工作涉及面广,政策性和技术性强,单靠企业自身力量难以实现。各级卫生健康部门作为健康企业建设工作的牵头单位,有责任指导企业有效落实维护员工健康的主体责任,营造良好的健康企业文化,全方位、全周期保障劳动者身心健康,为实施健康中国战略奠定坚实基础。

各级健康企业建设技术指导单位和相关专家库也要积极发挥作用,为健康企业建设提供必要的技术支持,指导企业完善相应的管理制度,提升健康管理和服务水平,更好满足企业员工健康需求,实现企业人与人的健康协调发展。

目前,我国经济已由高速增长阶段转向高质量发展阶段。在推动实现高质量发展中,落实“健康入万策”理念,践行“共建共享”方针自然是题中之义。把健康企业建设这项工作落到实处,也会为推进健康城市健康村镇建设、促进“健康细胞”建设广泛开展提供良好的基础和动力。

中考体育考核,把“内卷”转向“引导”

“文明其精神,野蛮其体魄。”让体育考核成为学生养成运动习惯、健康成长的助推器,创造有利于孩子们在阳光下奔跑、在运动场上挥洒汗水的条件,而不是为了提分而“内卷”,这才是大家所期待的。

□李阳和(媒体人)

11月24日,《北京市义务教育体育与健康考核评价现场考试评分标准》公布,引发热议。该标准明确考试“达到良好即满分”,放宽了中长跑项目满分

标准。对于广大北京初三学子而言,这意味着,体育中考拿满分、高分是“跳一跳,就能够得着的目标”,减少了压力和焦虑感。对于教育部门来说,如何拟定良方,既发挥体育中考指挥棒的正向效应,又不至于形成另一种“内卷”,的确考验着智慧。

多年来,中小学生学习身心健康问题成为社会各方关注的一个焦点。课堂上“小眼镜”明显增多;校园里“小胖墩”明显增多;学生体育课时被占用,课外活动时间被挤压,有的甚至连课间十分钟都被剥夺;中小学生学习心理问题多发……学业负担的沉重,体育锻炼的缺乏,使孩子们身心疲惫。

“文明其精神,野蛮其体魄。”对于孩子的健康成长而言,二者缺一不可。让体育在中考中占有一席之地,倒逼学校、学生及其家长重视体育锻炼,帮助学生在课余养成积极运动的良好习惯,不失为改变以上状况的一种良策。北京市为此进行了有益的探索。

2021年12月,北京市教委印发《北京市义务教育体育与健康考核评价方案》,对现场考试内容进行了较大调整:项目数由8项增加到22项,除长跑是必选项外,其他分3类,每类选1项即可;新增项目难度不高于原有项目,所有项目考试“达到良好即满分”。此次公布的体育中考现场考试评分标准即是基于该评价方案制定的。

事实上,将体育考试纳入中考,全国各地早已有所实践。但在“一分不能丢”的激烈应试竞争中,很容易出现另一种极端:一些学校和家长为追求中考体育满分,在临近考试时组织突击训练。有的家长还不惜花高价报班让孩子接受强化训练。学生们为此付出了大量时间,承受着巨大压力。

凡事过犹不及。功利性、突击式、过度化的体育训练,其实是“应试体育”思维在作怪。而一旦考试结束,体育锻炼就被搁置一边,学生运动技能和身体素质的提高难以长期保持。这明显背离了体育进中考的初衷,甚至有可能消磨孩子们对于体育锻炼的兴趣。

这也提醒,体育进中考,要谨防另一种倾向:以应试为目的,逼迫孩子强化训练,造成另一种“内卷”。为此,各地在制定相关政策和细则时,宜本着审慎的态度,注重科学性、兼顾公平性,在敦促学生运动和给学生减负间取得平衡。

从北京市体育中考新政的变化,可看出其导向性:弱化选拔功能,注

重平时锻炼,回归强身健体的初衷。令人欣慰的是,自评价方案发布以来,北京市中小学校园里出现了诸多可喜的变化:不少学校进一步增加体育课时,有的还在课后延时服务中增设体育锻炼项目;体育设备设施更加完善,孩子们有了更好的体育锻炼条件和资源,主动锻炼的学生多了。

让体育考核成为引导学生养成运动习惯、健康成长的助推器,创造有利于孩子们在阳光下奔跑、在运动场上挥洒汗水的条件,而不是为了提分而“内卷”,这才是大家所期待的。当孩子真正爱上运动并养成持之以恒锻炼的习惯,体育考核自然不再发难,拥有健康的人生底色也就不再是难事。

本栏目投稿邮箱 mzpljkb@163.com

医学的精彩瞬间

为阴道闭锁女孩留住生活希望

本报讯(通讯员张彤 姚萌 特约记者程守勤)近日,江苏省徐州市妇幼保健院李桂林教授团队,为一名先天性梗阻性宫颈、阴道发育异常即II型阴道闭锁的13岁女孩,成功实施“输卵管移植代宫颈管+阴道成形重建”手术。经国内外文献检索,此前未见有使用输卵管代替宫颈管的案例报道。

该患者到徐州市妇幼保健院就诊时,周期性腹痛已持续一年之久。经各项检查发现,患者患有先天性梗阻性生殖道发育异常,先天性无阴道和索状宫颈。患者的子宫发育良好,每次来月经时,经血无法正常排出,而是通过输卵管逆流到盆腔,这是导致腹痛的原因。

李桂林介绍,切除子宫、等待二期阴道成形手术是可行又安全的治疗方式,但这对于一个13岁的女孩及其父母来说是难以接受的。而支架法和发育异常的宫颈切除加阴道成形法等治

疗方式,往往因为宫颈、阴道再度粘连和反复感染,需要再次手术切除子宫,手术难以取得预期效果。患者年龄尚小,存在各器官发育未完全、组织脆嫩等情况,这些都为此次手术增加了挑战。同时,术中的膀胱损伤、直肠损伤风险均较高,一旦出现器官损伤,手术将无法继续,子宫也将面临被切除的风险。

李桂林团队考虑到患者的身心健康和未来的生育希望,最终创新性选择了输卵管移植,即利用自身自然阴道代替宫颈管的手术方案。手术通过腹腔镜方式实施,李桂林团队截取3厘米有血供和功能的输卵管,成功为患者实施“输卵管移植代宫颈管+阴道成形重建”手术。

术后半个月,小玲首次月经来潮,腹痛完全消失,移植的宫颈管也成功存活。李桂林说,要实现较好的远期效果,离不开精心的术后管理和随访。



应急救护大赛

12月7日至8日,由中国红十字会总会和应急管理部联合主办的第七届全国红十字应急救护大赛在广东省广州市举办。图为参赛选手模拟交通事故伤者救护。陶冉摄

美国首次批准治疗镰状细胞病基因疗法

据新华社洛杉矶12月8日电(记者谭晶晶)美国食品和药物管理局12月8日批准两种治疗镰状细胞病的基因疗法,这是美国首次批准适用于12岁及以上镰状细胞病患者、基于细胞的基因疗法。美药管局在一份声明中说,这两种基因疗法具有“里程碑意义”。两种

疗法名为Casgevy和Lyfgenia,其中Casgevy是美药管局批准的首款运用CRISPR/Cas9基因编辑技术的疗法,标志着基因治疗领域的创新进步。

镰状细胞病是一种遗传性血液病,主要是由血红蛋白(红细胞中的携氧蛋白)的基因突变造成,其特征是红细胞呈镰刀形,这种异常的红细胞会

阻碍血管中的血流继而导致身体组织的供氧受限,引发严重疼痛和器官损伤。在美国约10万人受镰状细胞病影响。

据美国药管局介绍,这两种治疗药物都是由患者自身的造血干细胞制成,经过基因改造后,以造血干细胞移植方法,通过单次注射输回到患者体内。

据介绍,Casgevy最常见的副作用包括血小板和白细胞水平低、口腔溃疡、恶心、肌肉骨骼疼痛、腹痛和呕吐等;Lyfgenia最常见的副作用包括血小板、白细胞和红细胞水平低以及口腔炎症和发烧等。

美药管局表示,将对接受这两种基因疗法的患者进行长期跟踪研究,以评估药物的安全性和有效性。

美药管局生物制品评估与研究中心主任彼得·马克斯表示,这两种基因疗法获批标志着医学领域的重要进展,即利用创新的基于细胞的基因疗法来治疗潜在的破坏性疾病,改善公众健康。

为“镜面人”精准切除胰腺肿瘤

本报讯(通讯员陈蕾 特约记者熊学莉)日前,陆军军医大学新桥医院肝胆外科副主任黄小兵团队成功为一名67岁的“镜面人”男性患者实施腹腔镜下保留脾脏胰体尾切除术。术后第6天,患者出院。

该患者因上腹反复胀痛不适一个多月到新桥医院就诊,影像检查提示“镜面人”,胰腺囊性占位。接诊的黄小兵意识到,这是一例“镜面人”,且伴有胰腺占位性病变。

“镜面人”与正常人相比,胸腹腔器官呈镜像分布,如心脏在右侧,肝脏、胆囊在左侧等,通俗来讲就是五脏六腑反着长。腹腔镜下保留脾脏胰体

尾切除术如同在血管上走钢丝,操作难度极大,为“镜面人”进行该手术更是难上加难。

在完成周密的术前准备后,黄小兵带领团队成员为患者实施腹腔镜下保留了脾脏胰体尾切除术。患者黏液性囊腺瘤较大,同时伴有严重的炎症反应和纤维化,导致肿瘤和胰腺脾静脉粘连紧密,需要医生极其谨慎地将脾静脉从肿瘤和胰腺组织里面剥离下来,一旦损伤脾静脉,极有可能造成术中大出血。团队凭借精湛的技术,终于顺利完成手术,为患者成功保留脾脏,患者术中出血不到50毫升。

本报讯(特约记者严丽)中南大学湘雅医院普外科、胃肠道肿瘤精准诊疗湖南省重点实验室、国家老年疾病临床医学研究中心(湘雅医院)陈子华教授团队与中南大学湘雅药学院、湖南省慢性病诊疗药物研究重点实验室

室曾文彬教授团队合作,研发出一种新型线粒体黏度光敏荧光探针,可实现结肠直肠癌精准可视化。近日,该研究成果以论著形式发表在权威期刊《生物材料研究》上。高效精准诊断与治疗肿瘤,是结

一种新型荧光探针可助力结肠直肠癌治疗

直肠癌(CRC)临床管理上长期面临的课题与挑战。该原创性研究以精准杀伤肿瘤细胞的需求为导向,针对肿瘤细胞线粒体膜的高黏度特征,将具有线粒体电荷靶向性的黏度敏感荧光分子与ROS(活性氧)依赖的光动力

治疗原理巧妙结合,设计了一种具有高黏度敏感性、低生物毒性的多功能HTI荧光探针。在模型验证中实现了肿瘤可视化,并通过可控地激发线粒体HTI聚集区域ROS过量生成,以脂质过氧化损伤的方式,破坏细胞磷脂膜结构,有效地使结肠癌细胞失活。在模型上,采取光动力学治疗方案,验证了HTI对瘤体生长的抑制能力。

该研究成果从多角度展示了HTI荧光探针的抗肿瘤前景,具有应用转化的价值,为CRC的可视化筛查、辅助光动力学治疗提供了新颖的思路。