

健康论坛

打开“健康第一责任”这个总开关

要主任观点

以“更好听”组织“健康说”，以“更好玩”举办“健康秀”，以“更好看”创设“健康节”，倡导第一责任，落实第一责任，“我的健康我做主”，动员所有人把追求健康作为全社会的一致行动，健康中国才有最广泛的群众基础。

全冬明

健康中国既抽象又具体。言其抽象是在范畴层面，健康中国是全社会共同参与与上下求索的目标。言其具体是在公民视角，健康是每一个公民的健康。“照耀”每一个人，惠及现实的人、独立的人，是健康中国战略可及性、公平性的体现。每一个人参与健康中国行动，健康中国自然水到渠成。

“公民是自己健康的第一责任人”，是《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》的明确规定。《国务院关于实施健康中国行动的意见》提出“倡导每个人是自己健康第一责任人理念”。这类表述在《健康中国行动（2019—2030年）》出现多次，其中还指出“强化儿童家长为儿童健康第一责任人的理念”。倡导第一责任，落实第一责任，“我的健康我做主”，只有动员所有人把追求健康作为全社会的一致行动，健康中国才有最广泛的群众基础。

糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼）开始落实健康责任；向全社会发出“英雄帖”，评选“健康达人”“健康家庭”“健康老人”，一起秀健康身材、秀健康知识、秀健康技能，开展“健康脱口秀”，举办健康技能展示，把“知健康、行健康”演绎为全民行动。以“更好看”创设“健康节”，务使第一责任践于行。健康是生活，健康是态度，只有个体把健康当作第一责任，健康生活方式的内涵才能更深远，才能形成人人重视健康、人人创造健康、人人享受健康的浓厚氛围。要探索完善“大健康产业”概念，让健康拥抱产业，使健康为产业强链，以产业链和资金链的力量推动健康；举办健康节、健康博览会、健康大集市、健康读书会，定期发布城市健康指数；建设“幸福提速、健康提速”的支持性环境，打造“15分钟健康圈”；招募培训健康管家、健康指导员、家庭健康管理师等专业人士和志愿者，组织

各层次各类别的“我们健康吧”主题活动，把健康融入生活的细节和瞬间。践行“健康第一责任”，归根结底需要个体对自身健康的自觉，这是原动力。实施健康中国行动正是要唤醒这个原动力，以此为健康中国的强大引擎和加速器，通过个体的健康第一责任打造群体的健康责任共同体，把全社会引导到健康中国这个巨大工程的实施中去。当然，“健康第一责任”并非“健康唯一责任”。健康是社会发展的基本标志和潜在动力，也是各级党委政府的职责所系。在个体生命自觉喷薄的基础上，需要“社会总动员”，建成政府、社会、个人共澎湃的健康治理格局。（作者系江苏省泰州市卫生健康委党组书记、主任）

据新华社东京2月22日电（记者钱铮）钾离子竞争性酸阻滞剂（P-CAB）是一类新型抑制胃酸分泌的药物，可用于治疗反流性食管炎和幽门螺杆菌感染等。但日本的一项新研究发现，幽门螺杆菌感染者如果在除菌后还长期服用P-CAB，其罹患胃癌风险与服用另一种药物者相比更高。据东京大学等机构近日发布的公报，幽门螺杆菌感染是胃癌。主要发病原因之一，清除幽门螺杆菌能在一定程度上预防胃癌，但少部分感染者在除菌后仍会罹患胃癌，医学界一直在探寻清除幽门螺杆菌后发生胃癌的原因。此前有零星报告显示，幽门螺杆菌感染者在除菌后长期服用抑制胃酸的质子泵抑制剂（PPI）会导致罹患胃癌风险升高。作为一类新型胃酸抑制剂，P-CAB作用机理与PPI不同。由于P-CAB在治疗反流性食管炎等方面非常有效，医生有时会为患者长期服用这种药物。该研究分析了约5.4万名幽门螺杆菌已清除的感染者数据，他们分别长期服用P-CAB、PPI、组胺H2受体拮抗剂（H2RA）。结果显示，从除菌一年后开始的5年内，P-CAB服用组累计胃癌发病率为2.36%，显著高于H2RA服用组的累计发病率1.22%。同时，除菌后胃癌发病率也会随着服用P-CAB的剂量和时间增加而出现有意义的上升。另一方面，与PPI服用组相比，P-CAB服用组胃癌发病率未出现明显差别。相关论文已发表在《临床胃肠病学和肝病杂志》上。公报说，基于大规模数据的研究显示，幽门螺杆菌感染者除菌后长期服用P-CAB有可能增加胃癌发病风险，对这类药物的使用风险应进行更广泛的研讨。

一类新型胃酸抑制药物有风险

据新华社圣保罗2月23日电（记者周永禧）巴西布坦坦研究所近日发布新闻公报说，该研究所参与的一个团队在当地一种蜘蛛毒液中提取的物质表现出可以对抗癌细胞的潜力，并成功合成了该物质，为治疗癌症带来了新希望。公报说，研究团队以生活在巴西圣保罗州沿海地区的毒蜘蛛为研究对象。他们在这种蜘蛛的毒液内发现了一种可以对抗癌细胞的多胺物质，并在实验室成功实现了该物质的合成及纯化。研究人员表示，他们用两种已知分子合成了这种多胺物质，无需再从蜘蛛的毒液中获取，从而使整个过程更加高效。公报说，这种化合物和大多数化疗药物的最大区别之一，在于前者能够通过启动细胞凋亡机制杀死肿瘤细胞。这意味着细胞能够以受控方式自我破坏，而不会引起炎症反应。此外，研究人员还观察到，人工合成的化合物保留了在毒液中的天然毒素中检测到的抗肿瘤活性，并且该化合物能够消除对化疗有耐药性的白血病细胞。据负责抗肿瘤作用测试的研究员托马斯·罗查·伊·席尔瓦介绍，通常来说，传统的肿瘤治疗手段会导致癌细胞坏死，从而产生炎症反应。而这种化合物会让癌细胞进入细胞凋亡的过程，“就好像细胞以受控的方式内爆一样”。这时免疫系统会收到有关细胞崩溃的信号，不会过度反应，因而也不会对其他器官和组织产生严重影响。研究人员说，接下来将对肺癌和骨髓瘤细胞进行测试。此外，他们还将与健康人体细胞中展开研究，以确认该化合物对健康细胞无毒，仅损害癌细胞。

蜘蛛毒液中的抗癌物质被合成

医疗应急演练和竞赛当更上一层楼

在大兴学习和调查研究之风中，注重倾听基层意见和一线呼声，从群众中来到群众中去，特别要结合实际情况和发展需求，推动医疗应急演练和急救技能大赛与时俱进、更上一层楼，实现高质量发展。

武秀昆

日前举行的2024年全国医疗应急工作会议提出，持续加强紧急医学救援体系和能力建设，做好突发事件医疗救治；用实战演练提升应急处突能力。在过去的一年中，很多省份组织了不同层级的医疗应急救援演练，有的

地方开展了跨区域的联合演练；在全国层面，第七届全国急救技能大赛年前落下帷幕。这些实战演练，对于有效提升应急处突能力大有裨益。在新的一年里，面对新形势、新任务，要思考如何与时俱进、推陈出新，让医疗应急演练、急救技能大赛等充分体现专业性、迈向高水平。首先，需要进一步联系实际，结合一线需求，着眼服务患者、促进行业发

展、有利学科建设的目的，通过举办演练、大赛提高从业人员的责任意识、人文意识、服务意识和竞争意识。其次，参与人员要具有广泛性和代表性。目前，全国从事院前急救工作的从业人员大约有30万人，但能够参加大赛的选手寥寥无几。为促进练兵、鼓励练兵，在全国演练、大赛层面，可以考虑分为直辖市、省会城市和计划单列市组，地州市盟组，县市区组，采取层层选拔或抽签等方式，确保最后进入决赛的队伍覆盖东西南北、大中小城市等不同体制模式，以期实现全员练兵，共同提高的竞赛目的。再次，演练、大赛的科目要保持科学性、先进性。按岗位职能和业务分类，院前医疗急救机构设有医生、护士、司机、调度等岗位。各方除了要各

司其职外，更要注重并体现一专多能，这对科目设计提出较高要求。同时，还要考虑练兵先练将，将管理层甚至中心主任或分管业务的副主任纳入大赛，专门对管理群体进行竞赛考核，把“给我上”变成“跟我上”。此外，担架队员的练兵与竞赛也要考虑在内。最后，组织形式要具有多样性和观赏性。随着时代的变迁和科技的发展，演练、大赛的组织形式也要不断创新，把关联知识、行业文化、快闪演出、体能训练等融入其中，使之在保持公正客观的同时寓教于乐。比如，某些实操性演练、竞赛可用类似情景剧的形式展示，有的从对外交往和涉外医疗考虑，可以组织英语口语比赛等。与时俱进必须守正创新，守正创新必须推陈出新。百尺竿头，更进一

步。相关行业组织和大城市应作出表率，在大兴学习和调查研究之风中，注重倾听基层意见和一线呼声，从群众中来到群众中去，特别要结合实际需要和发展需求，在组织形式、比赛科目、参赛选手、评判标准、奖励机制等方面不断改进，推动医疗应急演练、技能大赛与时俱进、更上一层楼，实现高质量发展。（作者系河南省平顶山市急救指挥中心原主任兼书记）

本栏目投稿邮箱
mzpljkb@163.com

中医药科技之光 科普活动举行

本报讯（记者孙勃）2月25日，中医药科技之光科普活动暨《手指的魔法》新书发布会在中国科学技术馆举行。此次活动由国家中医药管理局综合司、中国科学技术馆、中华中医药学会、中国动漫集团联合主办，北京市希望公益基金会支持。

据了解，《手指的魔法》漫画绘本改编自同名动画片，讲述了中医师晓龙继承父业，用中医传统手法帮助运动员疗愈伤病的故事。该“中国风”绘本中，不仅有望闻问切、经络穴位等中医药元素，还融入了增强现实技术。

据悉，中医药科技之光科普活动为首期举办。中国工程院院士、国医大师王琦以《从0到1的故事》为题举办讲座，讲解中医药科技发展，介绍中医治疗理念和思维模式，勉励广大师生要注重培养科学思维。

新疆老年保健协会 食品营养与健康分会成立

本报讯（通讯员姚俊英 程垒 特约记者夏莉娟）近日，新疆老年保健协会食品营养与健康分会在乌鲁木齐市成立，新疆维吾尔自治区人民医院获批主任委员单位。

新疆老年保健协会食品营养与健康分会由相关医疗机构临床营养学、临床专业医护人员及服务于老年营养与健康的企业单位组成。新疆维吾尔自治区人民医院临床营养研究所所长、新疆老年保健协会食品营养与健康分会主任委员范昱表示，将建立集研究、教育、服务于一体的平台，通过定期举办科普活动、组织社区宣讲、开展多层次教育等形式积极宣传老年食品营养与健康知识，组织开展调查研究，促进医疗机构经验交流，推动老年食品营养与健康事业高质量发展。



健康元素浸润 千年马街书会

2月22日（农历正月十三），马街书会在河南省平顶山市宝丰县马街村的麦田里开幕。马街书会是我国民间规模最大、形式独特、内涵丰富的说书（表演）大会。今年，河南省疾控中心拨付3万元，用于在马街书会现场开展健康科普活动。宝丰县疾控中心邀请马街艺术学校艺人，以河南坠子《红丝带》为题，通过曲艺表演的形式宣传普及艾滋病防治知识。

本报记者李季 通讯员高铭 摄影报道

探寻守护老人健康晚年的“密码”

（上接第1版）

近年来，裕翔社区医养结合服务中心创新医养结合服务模式，着力为辖区内3871名65岁及以上老年人提供个性化医养服务，设立综合居家养老服务服务中心，每周定期组织开展文娱、康养、旅居等活动，开设书法、绘画、棋艺、曲艺等兴趣课堂，在满足老年人基本医疗服务需求的同时不断丰富他们的晚年生活。

“失能、失智老年人占25%左右，他们往往面临孤独、无助、抑郁等问题，而音乐与社交互动不仅能预防老年痴呆，更能起到心理关爱与疏导的

积极作用。”该中心主任张毅介绍。家住南栗社区的杜奶奶的老伴过世得早，子女又都在外地务工，杜奶奶感到心灰意冷。3年前，杜奶奶到中心体检时加入了“红歌飞扬”合唱团，从此，杜奶奶精神状态逐渐好了起来。“在这儿可以结识好朋友，还能展现自己的长处，守着护士和医生，看病也很方便！”杜奶奶说，这是实实在在的便利。“人老了，心不能老，还就得活出个精气神儿来！”一句句关心、一声声问候，一曲曲红歌，让宁秋花笑在脸上、甜在心里。

“住在这儿舒心又放心”

温暖的阳光洒进屋，70岁的祁大爷躺在病床上，窗外天寒地冻。“大爷，吃水果喽！”在河北省邢台市南和区贾宋中心卫生院医养结合中心，医务人员端着洗好的苹果和香蕉，这是每天早餐后必不可少的加餐环节。祁大爷家住南和区贾宋镇，老伴过世得早。几年前，他因脑梗死造成偏瘫。儿子一边外出挣钱补贴家用，一边照顾行动不便的父亲。“过去，孩子带我到医院看病，一折腾就是一天。”祁大爷说，“后来，听说镇卫生院新开了医养中心，我可算有着落了。”祁大爷办理了长期护理

险，每年个人仅缴纳5元钱，就能得到入住一级医疗机构每月报销2100元的惠民政策。除医保基金统筹支付和地方财政支付外，个人每月仅承担900元住院费和300元就餐费。“住在这儿舒心又放心！”祁大爷说。24小时在岗，按时巡视病房，餐后带老人散步，定期为老人理发、剪指甲、刮胡子、洗脚……在该中心工作3年多的护工程力巧告诉记者，自该中心2020年5月开业以来，贾宋镇各村老年人照护需求的家庭都奔着医养结合中心来了。深化长期护理保险改革，是邢台市南和区医养结合工作的亮点之一。贾宋中心卫生院院长周诚说，自2019年南和区全面推行长期护理险制度以来，该卫生院依托长期护理险定点平台已累计服务患者130人，减轻失能人员家庭负担360余万元。

南和区副区长郝晓莉介绍，在加强护理保险保障方面，南和区实现城镇职工、城乡居民参保全覆盖，规定范围内护理服务费用报销70%。2023年，全区累计为514名医疗护理人员、65名机构护理人员、646名居家护理人员支出长期护理保险基金1889万元，有效减轻了失能老人生活负担。这几家基层医疗卫生机构的有益探索，是河北省老年健康与医养结合工作取得扎实成效的缩影。目前，河北省医养结合机构数量增至931家，跃居全国第四位；医养结合机构占养老机构比例达46.64%，同比上升21.1个百分点，创历史之最。“下一步，将不断加大居家、社区、机构相协调的医养结合服务供给，完善老年健康服务体系，有效提升老年人的获得感、幸福感、安全感。”河北省卫生健康委党组成员、副主任马哲表示。