



高血压等4类慢病营养和运动指导原则发布

本报讯（首席记者姚常房）近日，国家卫生健康委发布《关于印发高血压等慢性病患者营养和运动指导原则（2024年版）的通知》，进一步倡导文明健康生活方式，提高慢性病患者维护和促进自身健康的能力。高血压、高血糖症、高血脂症、高尿酸血症4类慢性病患者营养和运动指导原则（2024年版）正式对外公布。

《通知》要求，各地要充分发挥各级医疗卫生机构引领作用，进一步强化慢性病防控关口前移，加强对相关慢性病患者营养和运动等非药物措施干预和指导，并加强慢性病防治相关健康知识的普及和宣教，引导公众提高慢性病自我管理健康意识，

通过合理膳食和科学运动有效控制慢性病患者相关危险因素，减少慢病的发生，不断提升人民群众健康水平。有关医疗卫生机构可基于文件内容，开发相应的营养和运动处方，用于临床指导。

其中，《高血压营养和运动指导原则（2024年版）》指出，坚持以植物性食物为主、动物性食物适量的膳食模式；做到食物多样、三大营养素供能比例适当；控制能量摄入，限制钠的摄入量。高血压合并多种疾病患者，可采取相对对应疾病饮食指导原则。如出现不一致，可根据不同疾病的严重程度进行合理选择。此外，高血压患者运动时，要加强血压监测。出现高血压

临床合并症的患者，在开始运动前应进行运动测试。注意药物与运动的相互影响，如运动对控制血压有效，应酌情调整临床用药。



扫码看4个指导原则全文及解读

河南：谋基层高质量发展“中原之策”

□本报记者 魏李培 刘志勇 李季

“做好基层卫生健康工作，建设适应乡村特点、优质高效的乡村医疗卫生体系，事关人民群众健康权益，事关全省卫生健康事业发展大局。”在日前召开的河南省乡村医疗卫生体系建设工作推进会上，河南省副省长宋争辉说。

2023年末，河南省9800多万常住人口中，乡村常住人口超过4100万人。目前，该省103个县（市）已组建172个紧密型县域医共体，实现县域全覆盖；2007个乡镇卫生院中，达到服务能力基本标准的达98.73%；5万多个村卫生室纳入居民医保门诊统筹定点范围，基本实现行政村全覆盖。

近日，记者通过实地走访，一窥这

个人口大省、农业大省着力推动基层卫生健康事业发展的“中原之策”。

急诊急救，村卫生室也能“稳稳”应对

6月上旬，一个骄阳似火的中午，河南省平顶山市宝丰县赵庄镇的孙大叔正在抢收夏粮。突然，他感到胸口一阵疼过一阵，呼吸也变得困难起来。家人连忙陪着他去卫生院就诊。

“赶紧躺下。”在宝丰县医疗健康集团赵庄分院（赵庄镇卫生院）胸痛急救单元，接诊医生窦文可第一时间为孙大叔做心电图检查，并将数据实时上传至宝丰县医疗健康集团总医院远程心电图诊断中心。“急性下壁+后壁+侧壁心梗，立即启动急危胸痛救治流程。”远程心电图诊断中心医生很快打来

电话，证实了窦文可最初的判断。即行口服阿司匹林、氯吡格雷双抗治疗后，安排急救车送孙大叔到总医院胸痛急救中心接受进一步治疗，窦文可一刻也没耽误。被送至胸痛急救中心后，孙大叔很快接受溶栓治疗，最终获得了很好的治疗效果。

在宝丰县，胸痛急救体系已覆盖到村：县里有胸痛中心，卫生院有胸痛单元，村里有胸痛救治点。在赵庄镇大黄村卫生室，“2023年优秀胸痛救治点”匾额被村医丁俊涛高高挂在门楣上。“与时间赛跑就是与肌赛跑，这些俺们都懂。”丁俊涛说，“去年也是在收麦时节，俺参与救了一名类似的患者，才50岁，成功了，结果很好。”

2023年，宝丰县急性心梗发病300多例，抢救成功率超过97%。这一年，丁俊涛一共为村民做了130多次心电图检查，其中一名急性心梗患

者得到成功抢救。“除了这块牌子，总医院的领导还送给我一颗心脏模型哩。”丁俊涛自豪地说。

“俺们赶上了好时代，国家建了这么好的卫生室，还给了俺们这么好的政策。”丁俊涛说，他已经通过了县里组织的考核，很快就能进入“乡聘村用”管理，“养老也有了更好的保障，真是没有理由不好好干”。

河南省卫生健康委主任黄红霞介绍，围绕“村级稳”目标，河南省采取多项措施，进一步织牢农村医疗卫生服务网底。如今，河南省每个行政村都有一个建设标准化、运维常态化的卫生室，其中公有产权村卫生室占比达到80.55%，其基本运行经费补助提高到每年6000元。河南省通过大学生村医专项招聘并纳入编制管理，定向培养大学生村医等措施，有效缓解了村医空白点、老龄化等问题；

2023年，村医“乡聘村用”覆盖面进一步扩大，财政补助7900多名乡村医生参加了职工养老保险。

资源下沉，卫生院业务越来越“活”

河南省在政府工作报告中明确，今年省财政投入5亿元，首批支持建设100个县域医疗卫生次中心。河南省要求各地综合考虑人口、交通、经济发展、基础条件等因素，做好三年规划，每个县（市）选择不超过3个中心乡镇卫生院，参照二级综合医院标准，健全科室设置，扩大单体规模，建成县域医疗卫生次中心，使其基本达到二级综合医院服务能力，具备全专结合、医防结合、中西医结合、医养结合、安疗结合功能。（下转第2版）

相关报道见今日第4版——

“健康大桥”通往于都人家

饮水思源，不忘老区。多年来，国家卫生健康委通过对口支援架起一座恢宏的“健康大桥”，将优质资源不断送往江西省赣州市于都县。近日，本报记者走进于都，探访医疗、养老、托育、教育等机构，感受老区卫生健康事业的跨越式发展。

广东发放“惠民托育券”

本报讯（通讯员岳伟信 特约记者朱琳）近日，广东省卫生健康委和广州市卫生健康委联合主办2024年广东省托育服务宣传月启动仪式。记者从启动仪式上获悉，广东首次在省级层面联动发放“惠民托育券”，有3岁以下婴幼儿的家庭可线上领券，抵扣金额最高可达2000元。

截至目前，广东有12个地级市的约500家备案托育机构参与，面向3岁以下的婴幼儿家庭发放托育券。托育券分为体验券和消费券两种类型，其中体验券提供5至10天的免费体验机会；消费券面值为500元、1000元、1500元和2000元，家长可在报全日托或半日托时直接抵扣同等金额。

据统计，2023年广东出生人口达103万人，0-3岁婴幼儿托育服务需求旺盛。截至2023年底，全省共有各类托育机构9000余家，提供托位超50万个，数量均居全国前列。

新疆成立医疗应急工作专家库

本报讯（特约记者刘青）为进一步发挥自治区级专家在医疗应急工作中的技术支持和业务指导作用，切实提高新疆医疗应急处置能力和水平，近日，新疆维吾尔自治区卫生健康委成立自治区级医疗应急工作专家库。

据悉，自治区医疗应急工作专家库由新疆卫生系统内抽选的政治觉悟高、工作经验丰富、专业技术精湛，并具有副主任医师以上职称的1157名专业技术人员组成，涵盖创伤外科与急诊外科、儿科、急诊医学科等22个学科专业。专家库成员任期4年，主要职责是受新疆卫生健康委委托，对新疆医疗应急处置能力和体系建设提供政策建议和专业技术支持；根据实际需要赴现场指导、参与突发事件的医疗应急和救治等工作；研究制订医疗应急管理和技术规范；参加相关培训和演练。

40批928人次 他们在异国他乡守护生命

□特约记者 费沁蕊 彭远贺

6月28日，广西壮族自治区卫生健康委举办“时代楷模”中国援外医疗队群体代表先进事迹报告会暨广西援摩罗中国医疗队派遣30周年纪念会。自治区副主席廖品琥出席会议并讲话。

“时代楷模”中国援外医疗队群体代表乔世辉是广西壮族自治区人民医院的一名医生，1990年首次被派往尼日尔开展援外医疗工作。

“当时条件非常艰苦，夏季气温高达40多摄氏度，还经常停电。”乔世辉回忆说，1990年至2012年，他先后6次参加援外医疗任务。有一次，他碰到霍乱暴发，一天接诊20名左右霍乱感染者，非常严重。由于当地治疗霍乱的药物匮乏，他就向尼日尔驻华大使馆申请，把医疗队用于治疗霍乱的药免费提供给当地百姓。

“在援非10多年日子里，虽然生活、工作非常艰苦，但我收获了与受援国当地人民的深厚情谊。”乔世辉说。

广西壮族自治区人民医院妇产科医生黄伟容荣获中国援外医疗工作先进个人称号。会上，黄伟容介绍，她援助的莫埃利岛丰波尼医院是该岛唯一能开展妇产科手术和抢救危重孕产妇的公立医院，但医疗条件相较于国内仍落后很多。

“授人以鱼不如授人以渔。出于长久考虑，我对他们进行相应的技术指导。”黄伟容多次指导当地唯一的妇产科医生进行复杂子宫切除术。“我们中国医疗队队员不畏艰苦，利用当地有限的条件，努力培训当地医务人员，为他们留下一支带不走的医疗队。”黄伟容自豪地说。

广西壮族自治区防城港市中医医院神经外科主任医师陈志斌是第20批、第21批援尼日尔中国医疗队队员。“援非3年，我们医疗队援助的尼日尔综合医院是收治新冠患者定点医院，我们面临很大的感染风险，但我们坚守岗位开展诊疗工作。”3年来，陈志斌和尼日尔综合医院的医生一起接诊神经外科患者2600余名，独立及指导、协助当地医生成功完成各种神经外科手术324例。

自1976年起，广西就承担起援非医疗任务，1994年起向科摩罗派遣援外医疗队。截至目前，广西共向尼日尔和科摩罗两个非洲国家派遣援外医疗队共40批次928人次。参与援外医疗的多个集体和个人分别荣获全国援外医疗工作先进集体、先进个人称号以及受援国授予的相关荣誉。



我为“七一”献热血

7月1日，浙江省杭州市举办第24个“我为‘七一’献热血”活动，主题为“用行动书写忠诚 以热血献礼‘七一’”。该活动自2001年启动以来，累计超过23.2万人次参与，献血总量达6.6万单位。

通讯员马先富 黄伊韵 本报记者郑纯纯摄影报道

国家科学技术奖特别报道

一个团队三代人的转化医学之路

6月24日，2023年度国家科学技术奖在京揭晓，医药卫生健康和生命领域有32个项目和1个创新团队获奖。为展示我国医药研究优秀成果，呈现医学科研人的精神风貌和攻关故事，本报自今日起开设“国家科学技术奖特别报道”栏目，聚焦与国民健康关系密切的重大疾病、关键技术进行重点报道。敬请关注。

本报讯（特约记者朱凡）近日，以中国工程院院士陈赛娟、中国科学院院士陈竺、赵维莅教授为带头人的上海交通大学医学院附属瑞金医院血液病转化医学研究创新团队，荣获2023年度国家科技进步奖创新团队奖。据悉，这是2023年度全国唯一获此殊荣的创新团队。

30多年来，该团队在国际上实现急性早幼粒白血病（APL）诱导分化治疗的原始创新，阐明了APL发病的分子机理，发展了APL革命性治疗的“上海方案”，使APL成为第一个可治愈的急性髓系白血病，并将这一协同靶向治疗的思路进一步拓展至其他类型血液恶性肿瘤。

近年来，该团队又创新拓展淋巴瘤和多发性骨髓瘤的新型靶向治疗和细胞免疫治疗并获得成功，在地中海贫血和血友病基因治疗等方面的探索也为血液遗传性疾病的治愈提供了新的途径。此外，该

团队应用多组学技术全方位解析血液疾病发病机制，实现分子标志物和药物靶标的多项成果转化应用；绘制了国际上第一张造血系统新基因染色体定位图，将组学技术从血液拓展至公共卫生领域，为寄生虫病和新冠疫情防控作出积极贡献。

该团队以“解决临床重大科学问题，消除病人疾苦”为宗旨，秉承“转化医学研究”理念，始终围绕协同靶向治疗及系统生物学这一主线，形成独树一帜的学术思想体系，实现从临床到基础再到临床的转化医学系列重大突破。

据统计，该团队至今在国内外期刊共发表学术论文958篇，其中影响因子大于10的论文达399篇，至2023年底引证数达60063次；主编专著39部，获专利授权78项（包含国际

专利10项）。

该团队在“登山越岭”的过程中不仅结出累累研究硕果，还锻造成为一支基础与临床紧密结合、年龄分布合理、具有高度转化医学特色和攻坚能力的创新研究群体。先后涌现出以中国工程院院士王振义、中国科学院院士陈竺、中国工程院院士陈赛娟、中国科学院院士陈国强、赵维莅教授为代表的两批血液学基础和临床研究领域的国际知名专家。三代学者中有4人当选为中国科学院院士或中国工程院院士，其中一人当选美、法、英等10个国家科学院或医科院外籍院士及发展中国家科学院院士，一人当选法国医科院外籍院士和发展中国家科学院院士，一人当选法科院外籍院士，在国际血液肿瘤学界及医学基因组和遗传学界具有重要影响。同时，一大批优

秀学科带头人应运而生。

该团队在30多年的高质量发展历程中，不断创新体制机制，创建医学基因组学国家重点实验室和转化医学国家重大科技基础设施，实行“揭榜挂帅”“协同攻关”和“开放、流动、联合、竞争”的运行机制，与多个国家的约20个研究单位广泛开展学术交流和国际合作。合作者2次获得中华人民共和国国际科学技术合作奖、2次获得中国政府友谊奖。

从APL到淋巴瘤、多发性骨髓瘤，从肿瘤诱导分化疗法到CAR-T细胞疗法（嵌合抗原受体T细胞治疗），该团队以勇于担当、乐于吃苦、勤于创新、甘于奉献的科学精神勇往直前，不仅在全球挽救了无数患者的生命，更为世界医学奉献了肿瘤治疗的中国智慧。