

防治儿童肥胖需要“复合处方”

□王琦(疾控工作者)

近年来,我国儿童青少年肥胖问题日益突出。2024年召开的第十届中国肥胖预防控制科学大会公布的数据显示,全国有近1/5的6岁至17岁青少年面临超重和肥胖。面对这一严峻形势,必须采取切实有效的措施,开一张“复合处方”,从多个维度入手,共同防治儿童肥胖。

儿童肥胖并非单纯的营养过剩问题,而是一个涉及饮食、运动、心理和社会环境等多方面的复杂现象。不少家长在育儿过程中存在误区,认为胖乎乎的孩子才健康,却忽视了肥胖可

能带来的长远危害。超重和肥胖不仅会影响孩子的体态和自信心,更可能引发一系列疾病,如高血压、血脂异常、糖代谢异常等,这些都会增加孩子未来患心脑血管疾病的风险。

要想有效防治儿童肥胖,首先要从饮食管理入手。现代生活节奏快,许多家庭依赖快餐、加工食品,这些食物往往高热量、高脂肪,长期食用极易导致体重超标。因此,家长应注重孩子的饮食均衡、荤素搭配,确保蛋白质、维生素和矿物质的充足摄入。此外,减少糖分和油脂的摄入也是关键,过多的糖分不仅会导致体重增加,还可能影响血糖水平的稳定。

除了饮食,增加运动量也是防治肥胖的重要手段。当前,许多孩子沉迷于电子产品,缺乏足够的体育锻炼,这是导致肥胖的一个重要原因。保持充足的体育锻炼不仅有助于控制体重,还能提升孩子的体质和免疫力。

同时,社会环境和学校政策也应为儿童肥胖防治提供支持。学校可以提供更多体育活动机会,鼓励学生参与;政府可以出台相关政策,限制高糖高脂食品的广告和营销,保护儿童免受不良饮食习惯的影响。此外,肥胖儿童往往面临着自卑、抑郁等心理问题,这些问题又可能反过来加重肥胖状况。家长和教育工作者应关注孩子的心理状态,帮助他们建立积极的生活方式和自尊心。

当前,国家卫生健康委等16部门联合发起的“体重管理年”活动正在深入开展中,国家疾控局、教育部、国家卫生健康委和国家体育总局2024年7月联合印发的《中小学生超重肥胖公共卫生综合防控技术导则》明确提出预防为主、早期干预和疾病预警的三级预防策略,国家卫生健康委也于近日制定印发《体重管理指导原则(2024年版)》。这些政策措施的出台,为有效防控儿童超重肥胖提供了遵循。儿童超重肥胖的防治不可一蹴而就,需要家庭、学校、社会和医疗机构的共同努力,为孩子们创造一个健康、快乐的成长环境。

鼓励康复辅具租赁由点扩面

□孙惠(媒体人)

日前,四川省绵阳市北川羌族自治县人民医院建设“共享辅具免费租借小屋”,提供轮椅、拐杖、助行器等辅具自助扫码免费租借服务,为来院就医患者提供方便。医疗机构是康复辅具租赁、满足群众使用需求的重要场景,该院的做法为其他医疗机构提供了借鉴。

康复辅具的使用需求较大,除了因突发疾病或事故有短期应急需求的伤病员外,老年人、残疾人同样是康复辅具的潜在使用人群。康复辅具可以为他们的起居、出行等提供便利,提高其生活质量。然而,受使用人群购买能力、

康复辅具使用存在阶段性等因素影响,康复辅具没有实现“应用尽用”。

共享辅具模式的出现,为满足各类人群康复辅助器具使用需求提供了一种新形式。除了医疗机构为方便就医患者开展共享辅具租借服务外,更应该在有需求的居民社区推广相关服务。2018年12月,民政部、国家发展改革委、财政部、中国残联联合印发《关于开展康复辅助器具社区租赁服务试点的通知》,要求试点地区率先建成供应主体多元、经营服务规范的康复辅助器具社区租赁服务体系。各试点地区开展了探索,也存在一些共性问题,如辅具种类较少、管理不够规范以及群众对共享辅具的卫生情况存在担忧等。让共享辅具惠及更多民众,

需要从提升可及性、规范性、可持续性上发力,推动康复辅助器具租赁服务从点向面发展。

提升可及性,让群众就近就便租赁辅具。《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》提出,在有条件的街道、社区,发展嵌入式辅具租赁点。如今,不少地方已探索在老龄化程度高的社区、养老机构、医疗机构等场所设置辅具租赁点,并且借助信息化手段开发康复辅具租赁平台,实现线上申请续租、退还以及线下配送和回收。

提升规范性,让群众租赁辅具更加放心。相关管理部门应完善康复辅具租赁流程与标准;在租赁点配备专业人员提供咨询、辅具适配性评估等服务,规范开展辅具清洗、消毒、保养、

维护等。同时,辅具使用过程中的责任划分应该明确,这对于保护辅具租赁提供方和使用者的权益至关重要。

提升可持续性,促进共享辅具健康有序发展。当前,各地的康复辅具租赁多由政府、群团组织管理,依靠政府补贴运行。可探索形成长期护理保险、商业保险、慈善支持、政府补贴、个人支付等多方承担的支付体系,让辅具租赁更为普遍。



管好个人“医保码” 勿信骗子假帮忙

新华社近日发布消息称,河南省邓州市公安局查获的一起案件中,犯罪团伙以帮忙激活“电子医保卡”为名,套取参保群众个人信息,实施转账、洗钱等非法行为。对此,国家医保局强调,国家医保局及下属部门、单位,从未授权任何社会人员开展涉及“电子医保卡”激活等相关工作,广大人民群众一定要擦亮双眼、提高警惕,谨防上当受骗。

朱慧卿绘

党建引领 文化聚力

发扬白求恩精神 办好人民满意医院

□史二敏

并编写《专病故事》《专病知识》等健康知识工具书。

白求恩精神
永放光芒

河北省保定市唐县是伟大的国际主义战士白求恩同志工作、生活、战斗并以身殉职的地方,是白求恩精神的发源地。在白求恩精神指引下,唐县人民医院(唐县白求恩纪念医院)党政领导班子和广大员工锐意创新、拼搏奉献,稳步推进各项工作。在发展过程中,医院始终坚持党建引领,全面落实党总支部领导下的院长负责制,促进党建工作与业务发展深度融合,为人民群众身体健康保驾护航。

把党的政治建设
摆在首位

唐县人民医院始终旗帜鲜明讲政治,把党的政治建设摆在首位,强化领导班子思想政治建设,自觉把“四个意识”落实到治院兴院各个方面。医院党总支充分发挥把方向、管大局、作决策、促改革、保落实的作用,认真研究医院重大事项决策、重要干部任免、重大项目投资决策以及大额度资金使用事项,把党的领导自上而下融入医院治理的每个环节。在选人用人方面,医院始终坚持正确导向,把好思想政治关,注重干部专业能力、专业精神的培养。同时,建立健全干部培养教育、交流锻炼和监督约束等机制,完善考核评价体系,激励干部担当作为。

推动党建与业务
深度融合

唐县人民医院聚焦主责主业,将支部建在学科、专科上,以坚定政治定力引领提高业务能力,以高质量业务能力践行政治定力,推动党建与业务深度融合。医院始终坚持以医疗工作为核心,建立急危重症抢救体系、专科诊疗体系、专病诊疗体系,为患者提供更精准的诊疗服务。其中,急危重症抢救体系共拥有急诊、重症监护室等11个科室。近3年,医院微创手术占比由10.10%提升到11.94%,三、四级手术占比由49.66%提升到61.32%。医院不断推进专科细化发展,以20个一级科室为基础,细化专科56个,建成17个市级重点专科和12个市级重点学科。

医院自2013年以来,累计培养专病医生210名,组建多个专病诊疗中心,推进诊断更加精准化、治疗更加精益化,患者就医满意度和获得感持续提升。在提升专病诊疗质量的同时,医院还积极传播健康知识,截至目前,共开展专病健康知识讲座600余场,

医院通过开展集中学习、举办演讲会、评选白求恩式医务工作者等活动,将白求恩精神贯穿医院工作的方方面面,点点滴滴,并在此基础上逐步形成独特的医院文化。

近些年,在白求恩精神的感召和指引下,医院创新开展了“三个一站式”服务,即“住院一站式”“门诊一站式”“急诊一站式”,最大限度地满足患者的就医需求,提升群众的就医获得感。

2018年9月,医院取消住院处、即报处,由各病区护理站负责办理患者住院、出院手续,并安装自助服务平台(自助机),减少了患者排队等候现象,实现了“一站式”结算服务。

2023年6月,医院新院区启用,在门诊每个楼层设置一体化“多功能岛”,将所有功能整合在诊区和“多功能岛”。如今,候诊区能实现排序、分诊、缴费、门诊报销、心电图检查五大功能;诊室能实现看病、缴费、诊间报销三大功能;“多功能岛”能实现咨询、接收标本、采血、取药、出具诊断证明五大功能,基本涵盖了除大型设备检查外所有门诊患者的需求。同时,医院还实现了智慧物流全覆盖,药品、耗材、标本、办公用品、餐饮等所有物品均可由智慧物流系统完成运送。

新院区急诊科在规划设计时,将方便患者、优化流程放在第一位,实现了“三圈”规划。一是房屋“建筑圈”,围绕急诊建立手术室、ICU、输血科、转运呼吸机抢救科室和设施,缩短急诊抢救路程,实现从急诊科到相关科室时间均不超过3分钟;二是检查“设备圈”,在急诊科内设立急诊放射、急诊CT、急诊超声、急诊检验、急诊药房区域,方便患者在急诊科就能完成所有的检查检验项目;三是技术“团队圈”,院级业务专家、总值班主任/护士长、急诊科医生(临床、影像检查、检验)及护士团队24小时在急诊值班,针对重症患者随时开展多学科会诊,以团队合力保障患者生命安全。

(作者系唐县人民医院党总支书记)



扫码看《健康头条说》集锦

评论投稿邮箱
mzpljkb@163.com

因地制宜提升公立医院发展水平

□晋玮

近年来,山西省阳泉市委、市政府高度重视、大力支持医疗卫生事业发展,持续加大医疗卫生机构基础设施建设投入,不断发展壮大医疗卫生人才队伍,不断提高临床诊治技术水平,有力推动了公立医院高质量发展。实践证明,科学谋划、优化布局、整合资源、强化保障,打造特色鲜明、优势互补、错位发展、有序竞争的发展格局,是推动公立医院高质量发展的重要途径。

加强顶层设计规划,优化公立医院功能布局。坚持集团化、特色化、专科化的思路,根据地理位置、建制规模、人员结构、技术力量实行医院分级分类规划管理,从结构、功能和空间上对医疗资源进行横向和纵向的规划调整,合理配置设备设施。完善不同层级医疗卫生机构功能定位和规划布局,整体构建“市级强、县级活、乡级稳”的公立医院发展模式,高起点建设资源整合、分级分层、错位发展的医疗

卫生服务供给体系。

聚焦专科能力建设,做优做强优势特色学科。坚持需求导向,强化规划引领,统筹做好专科建设,逐步构建区域内优势互补的临床专科群,努力把特色优势学科做优做强。

对于一些发病率低、治疗难度大、配套检查检验设备技术要求高的疑难杂症,坚持适度发展或通过外请专家的方式解决,重点做好早期筛查诊断、后期治疗和康复期管理等工作。集中力量围绕常见病、多发病、慢性病、地方病等疾病开展诊疗,对市内发病率高、外转率高、治疗效果差的疾病科室进行重点建设。

笔者认为,可探索性建立技术协作组,在编制体制不变的前提下,相关专业的技术人员根据临床工作需要,适时开展技术合作,打破院与院之间的距离限制,级与级之间的界限,实现强强联合、优势互补。

做好“引育留用”文章,筑牢医疗服务人才基础。结合专科(学科)能力建设方向,用好柔性引进高层次人才(团队)政策,加大人才引进资金投入

和待遇保障力度,探索编制统筹调配机制,建好人才集聚“蓄水池”。构建分层分类人才培养体系,提供系统、专业的培训和学术交流机会,加强对本土人才的培养。增强用人单位自主权,允许不同医疗机构根据实际用人需求招聘适合的人才;建立完善职业发展空间和多元化的发展选择;优化绩效考核评价方案,建立积极向上的人才激励机制,搭建人才发展“大舞台”。

推进智慧医疗建设,加强信息系统整合互联。整合全市医疗机构信息化项目,开通医疗机构之间的互联网服务功能,建立全市统一的综合性医疗网络服务中心和卫生健康数据中心。

完善全民健康医疗大数据信息平台的建设和应用,推动各级医疗集团建立“互联网+”医学影像诊断、临床检验、病理检验、心电诊断、消毒供应、远程会诊“六大中心”,以医疗信息化实现市、县、乡、村四级医疗资源共享。加强互联网医院建设,推进电子病历、智慧服务、智慧管理“三位一体”的智慧医院建设和医院信息标准化建设,鼓励预约住

“五个统一”做优健康科普

□阚景荣

健康知识普及行动被列为“健康中国行动”15个专项行动的首位。2024年5月,国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局决定联合开展“全民健康素养提升三年行动”,其中要求加大优质健康科普产品供给,使优质健康科普产品供给更加丰富,全面提升全民健康素养水平。2024年12月25日,十四届全国人大常委会第三十三次会议表决通过新修订的《中华人民共和国科学技术普及法》,明确国家把科普放在与科技创新同等重要的位置,鼓励各类创新主体围绕新技术、新知识开展科普,并将每年9月确立为全国科普月。

当前,网络上的健康科普作品鱼龙混杂,良莠不齐。有的科普作品主题陈旧、内容过时,脱离公众健康需求;有的晦涩难懂、自说自话,无法传播有效信息;甚至有穿着科普外衣的

“伪科普”,用一些不科学的说法误导公众。在此背景下,开展高质量的健康科普,鼓励专业人士创作更多通俗易懂、科学权威的优质健康科普作品显得至关重要。

高质量健康科普应以广大群众的需求为导向,注重选题的实用性、创作的时效性、内容的科学性、表达的通俗性、形式的艺术性和传播的广泛性,既要反映科学发展观的要求,又要关注社会热点问题,获取较高的社会认同度,也要反映卫生健康领域研究发展的最新动态。具体来说,创作高质量的健康科普作品要坚持“五个统一”。

第一,坚持大与小的统一。健康科普既要融入健康中国战略,也要融入日常生活,既要关注疾病的发展变化,也要着眼个体之间的差异性。在选取科普话题时,尤其要注意找准“小切口”,真正将疾病说清说透,起到“小科普、大效果”的作用。

第二,坚持新与旧的统一。要使健康科普的效率最大化,就要在适应新形

势、新任务、新要求的情况下,增加与群众联系最密切的常见病、多发病等“旧”话题的科普力度,用“新方”治“旧疾”。“新方”中既要融入最新的医学成果、关注新的健康观念和 health 需求,让公众能及时了解医学发展的动态;也要大力普及经实践和科学检验、简便实用的健康技能和养生小妙招,引导群众自觉践行文明健康的生活方式。

第三,坚持古与今的统一。坚持弘扬中华优秀传统文化,将中医药文化的深厚底蕴与现代医学结合起来,增加中西医结合防治传染病、慢性病等健康科普知识的高质量供给;将古代医学名篇名著、治病良方,通过现代化的表现形式呈现出来,让中医药传统文化在传承与发展中历久弥新。例如在二十四节气养生知识科普中,可以将自然节律的变化、中医药传统文化与现代人群所需要防病治病、预防保健知识进行结合。

第四,坚持多与少的统一。健康科普需要广大医务人员发挥专业优势,将