



雨水时节应注重健脾祛湿

本报讯（记者吴倩 黄锒）2月18日是二十四节气的第二个节气——雨水。2月17日，国家卫生健康委召开新闻发布会，介绍雨水时节的健康保健、呼吸道传染病以及消化系统疾病的防治知识。

首都医科大学附属北京中医医院汪红兵主任医师介绍，雨水节气人们容易出现食欲下降、消化不良、腹泻腹胀等症状，这时候健康保健的重点是健脾祛湿。中医认为，多甘少酸健脾阳，是雨水节气饮食的重要原则，应少吃山楂、乌梅等酸性食物，多吃大枣、山药等具有甘甜味食物，少吃生冷、油腻、高糖等加重湿气的食物。

春季是消化系统疾病的高发季节，中国医学科学院北京协和医学院李景南主任医师指出，预防消化道系统疾病要从日常的生活和卫生习惯做起，比如注意手卫生，将食物充分煮熟，生食蔬菜彻底清洗干净等。此外，春季也是胃肠型感冒常发生的季节，日常生活中也要注意避免交叉感染。

有些人一到春天就会有打喷嚏、流鼻涕、眼睛痒的问题，北京大学人民医院马艳良主任医师强调，在春天出现这些症状多数情况可能是过敏引起的，尤其是花粉过敏。花粉过敏患者要提前做好应对措施，比如采取预防性药物治疗，尽量避免接触花粉

过敏原等。

中国疾控中心彭质斌研究员介绍，当前监测结果显示，我国急性呼吸道传染病疫情继续呈下降趋势。其中，流感病毒是导致近期急性呼吸道传染病的主要病原体，我国目前还处于流感季节性流行期，但是流行强度总体呈下降的趋势。



扫码看
二十四节气
科普视频

学习贯彻习近平总书记关于健康中国建设重要论述精神·实践样本 | 社论

思想原声 实践回响

旗帜指引方向，思想凝聚力量。习近平总书记关于健康中国建设重要论述是新时代我国卫生健康工作发展实践的理论结晶，对指导我国卫生健康事业高质量发展具有重大理论和实践意义。

党的十八大以来，全国各地深入贯彻落实习近平总书记关于健康中国建设的重要论述精神，取得了一系列重要成就，积累了十分丰富的实践经验，提供了各具特点的“鲜活范例”和“实践样本”。

自2024年11月26日以来，本报推出“学习贯彻习近平总书记关于健康中国建设重要论述精神·实践样本”重大主题系列报道，选择福建、浙江、江苏、湖北、河北、广东、上海7个省（市），对标思想原声，倾听历史回响、探寻时代脉动，具象化记录卫生健康事业发展巨变，以事实阐释学理、以成就展现思想，生动呈现各地践行习近平总书记关于健康中国建设重要论述所取得的成就。系列报道备受关注，引起强烈反响。

（一）

《2023年我国卫生健康事业发展统计公报》显示，2023年我国人均预期寿命提高到78.6岁，孕产妇死亡率下降至15.1/10万，新生儿死亡率、婴儿死亡率和5岁以下儿童死亡率分别下降至2.8‰、4.5‰和6.2‰，人民健康水平持续提高。

伟大的新时代，必有伟大的思想领航。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把维护人民健康摆在更加突出的位置，召开全国卫生与健康大

会，确立新时代党的卫生与健康工作方针，印发《“健康中国2030”规划纲要》，发出建设健康中国的号召，明确了健康中国建设的大政方针和行动纲领。

党的十八大以来，习近平总书记带领全党全国人民推进党和国家事业发展的伟大实践中，全面把握中国特色社会主义进入新时代的新要求，深刻把握国内外形势发展变化，亲自谋划、亲自部署、亲自推动健康中国建设，深刻阐述了卫生健康工作在党和国家全局中的重要地位和作用，科学系统地回答了事关卫生健康事业长远发展的一系列方向性、根本性、全局性、战略性重大问题，深刻阐述了新时代我国卫生健康工作改革和发展的重大理论和实践问题，提出了一系列富有创见的新理念新观点新论断，形成了习近平总书记关于健康中国建设的重要论述。

习近平总书记关于健康中国建设的重要论述立意高远、内涵丰富、思想深邃，贯穿着马克思主义立场观点方法，闪耀着辩证唯物主义和历史唯物主义的理论光芒，蕴含着鲜明的思想特质和理论品格，是习近平新时代中国特色社会主义思想的重要组成部分，为科学确定新时代卫生健康事业的战略定位、战略目标、战略思想和战略举措，指明了前进方向、提供了根本遵循，对于全面推进健康中国建设，加快推动新时代我国卫生健康事业高质量发展，努力全方位全周期保障人民健康，为中国式现代化建设打下坚实健康基础，具有十分重要的指导意义。

科学理论是坚持正确方向、战胜艰难险阻的强大思想武器。生动实践的魅力，源自科学思想的伟力。进入新时代以来，我国卫生健康领域辉煌成就世界瞩目、载入史册，充分彰显了习近平总书记关于健康中国建设重要论述在引领和指导卫生健康事业发展中所具有的重大实践意义。

（二）

从时代的山巅回望，能更清晰地看到理论和实践交相辉映、彼此呼应的历史轨迹。党的十八大以来，卫生健康工作的实践探索生动证明，在习近平总书记关于健康中国建设重要论述的科学指引下，我国实施一系列根本性、开创性、长远性的战略举措，解决了许多长期想解决而没有解决的难题，办成了许多过去想办而没有办成的大事，取得了一系列重要成就和重要进展，中国特色卫生健康道路越走越宽广。

——坚持预防为主，从源头上护佑百姓健康。我国实施健康中国行动、爱国卫生运动，开展了一系列健康知识和宣传活动，促进公众养成良好的生活方式。国家卫生城市和国家卫生县已达到1052个，国家卫生乡镇达到2637个。居民健康素养水平从2012年的8.80%提高到2024年的31.87%。

——坚持以基层为重点，为居民提供就近就便的医疗卫生服务。推动优质医疗资源扩容下沉和区域均衡布局，已设置13个类别的国家医学中心，建设125个国家区域医疗中心、114个省级区域医疗中心，更多优质医疗资源下沉到百姓“家门口”；92%的县级医院已经达到二级以上医院的服务能力和服务水平。截至2024年底，我国紧密型县域医共体已在全国2188个县推进；90%以上的县实现了县级医院派驻人员到乡镇卫生院服务全覆盖。

——坚持公益性，促进医疗、医保和医药协同发展和治理。党的十八大以来，我国历史性地破除了以药补医、以耗材补医的旧运行机制，初步建立了以医疗服务为主导的新运行机制，公立医疗机构的收入从原来的三个渠道变为政府财政补助和医疗服务收费两个渠道，公益性得到进一步加强。2024年底，医疗、医保、医药协同发展

和治理协作会商机制启动运行。

——坚持科技教育人才一体化推进，培育和发展新质生产力。根据统计，截至2023年底，免费培养的农村订单定向医学生达8万多人，为农村输送了较高素质的专业技术人员。全国卫生健康系统专业技术人员达1248万人，建成世界上规模最大的医疗卫生服务体系。

卫生健康事业开启崭新篇章、取得辉煌成就，根本在于有以习近平同志为核心的党中央领航掌舵，有习近平新时代中国特色社会主义思想和习近平总书记关于健康中国建设重要论述指引航向。

（三）

党的理论创新每前进一步，理论武装就要跟进一步。习近平总书记关于健康中国建设的重要论述蕴含强大真理伟力，既有理论体系上的创新突破，又有战略全局上的部署要求，明体达用、体用贯通，为新时代卫生健康事业高质量发展举旗定向、谋篇布局。

当前，我国卫生健康领域发展需要应对的风险和挑战、需要解决的矛盾和问题比以往更加错综复杂。唯有坚定不移用习近平总书关于健康中国建设的重要论述武装头脑、指导实践、推动工作，锚定2035年建成健康中国战略目标，确保卫生健康事业高质量发展始终沿着习近平总书记指引的正确方向不断前进，方能战胜一切艰难险阻。

学习贯彻习近平总书关于健康中国建设的重要论述精神是新时代新征程开创卫生健康事业发展新局面的根本要求。我们要把学习贯彻习近平总书关于健康中国建设的重要论述与学习贯彻党的二十大精神、二十届二中全会精神贯通起来，深刻理解这一重要论述的核心要义、精神实质、

丰富内涵和实践要求，把握好这一重要论述中蕴含的世界观和方法论，坚持好、运用好贯穿其中的立场观点方法，聚焦用党的创新理论统一思想、统一意志、统一行动，把学习贯彻习近平总书记关于健康中国建设重要论述精神的成果，转化为推动卫生健康事业高质量发展、全方位全周期维护和保障人民健康的实际行动。

理论作用发挥的效度，取决于理论见诸实践的深度。新时代新征程，卫生健康系统深入学习贯彻习近平总书关于健康中国建设的重要论述精神，要加强对卫生健康工作的领导，落实新时代党的卫生与健康工作方针，推动实施健康优先发展战略，深化医药卫生体制改革，以基层为重点健全医疗卫生服务体系，实施医药卫生强基工程，促进中医药传承创新发展，构建强大的公共卫生服务体系，健全人口发展支持和服务体系，真抓实干、埋头苦干，切实把习近平总书记关于健康中国建设重要论述精神贯彻落实到新时代新征程卫生健康事业高质量发展实践全过程各领域。

真理之光照亮前行之路，生动实践呈现思想伟力。奔赴充满光荣和梦想的远征，新时代卫生健康工作者要坚持以习近平总书记关于健康中国建设的重要论述为根本遵循，坚定沿着习近平总书记指引的方向阔步前进，在全面学习、全面把握、全面落实上下功夫，强化理论武装，深学细照笃行，进一步推动这一重要论述在神州大地落地生根、开花结果，形成更多生动实践，以思想的力量引领书写健康中国建设时代答卷，持续提升人民健康水平，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业提供更加坚强有力的健康保障。

中国神经肿瘤基因组图谱计划启动

本报讯（记者郭晋）近日，北京市医学科技创新院士、北京学者“领航”系列讲座2025年度第二讲在首都医科大学附属北京天坛医院举行。此次讲座以“如何利用人工智能辅助开展创新药物研发与精准治疗”为主题。中国神经肿瘤基因组图谱计划（CGGA-CNS）在活动现场启动。

据了解，该计划由中国工程院院士、北京天坛医院神经外科科学中心主任江涛领衔，在中国脑胶质瘤基因组图谱计划（CGGA）20年成果基础上，整合北京市神经外科研究所、北京天坛医院、国家神经系统疾病临床医学研究中心三大平台资源，着力构建神经肿瘤多组学数据库与智能诊疗体系。

在专题报告中，江涛结合中国神经肿瘤基因组图谱计划，深入解析中国神经肿瘤基因组图谱的建立与应用现状。他分别介绍了人类基因组计划、癌症基因组图谱计划、中国脑胶质瘤基因组图谱计划以及中国神经肿瘤基因组图谱计划，以及团队研发的全球首款脑胶质瘤靶向药物伯瑞替尼的转化路径，揭示了基因组数据与临床诊疗的深度关联。

此外，中国科学院院士陈润生，青年北京学者、北京天坛医院神经外科科学中心副主任张伟分别以“人工智能与大模型在生物医药中的应用”“临床问题驱动抗肿瘤新药研发与转化”为主题作专题报告。

三项卫生健康工作纳入
2025年河南重点民生实事

本报讯（记者李季）近日，河南省委、省政府印发《2025年河南省重点民生实事工作方案》。在10项重点民生实事中，涉及卫生健康工作的有提升基层医疗卫生服务能力、提高妇女儿童健康保障水平、开展青少年心理健康服务进村（社区）行动3项。

《工作方案》提出，在提升基层医疗卫生服务能力方面，主要任务是开展基层卫生技术人员在线培训，全年培训15万人以上。

在提高妇女儿童健康保障水平方面，《工作方案》指出，主要任务是对农村适龄妇女、纳入城市低保范围的适龄妇女免费开展一次宫颈癌、乳腺癌筛查，全年宫颈癌、乳腺癌筛查各完成不少于78万人；免费开展预防出生缺陷产前筛查和新生儿疾病筛查，对筛查出的高风险孕妇免费进行产前诊断，2025年全省孕早中期产前筛查覆盖率率达到65%，新生儿“两病”筛查率、新生儿听力筛查率均达到95%；对具有河南省户籍或居住证且符合条件的视力、听力、言语、肢体、智力等残疾儿童和孤独症儿童开展康复救助，全年救助不少于36万人。

在开展青少年心理健康服务进村（社区）行动方面，河南省今年将不少于2万名留守儿童、新就业群体家庭子女、流动儿童、有不良行为和严重不良行为的未成年人等重点青少年群体建立心理健康档案，并针对建档青少年心理健康状况持续提供心理健康服务；组织不少于7000场次青少年心理健康科普、团辅活动，实现超过2.5万人次线下青少年个案咨询，通过省“12355”青少年服务热线实现超过1万人次线上咨询，切实提升青少年心理健康服务水平。

为了让“市聘县用”人员真正沉下去，《实施方案》要求，在执业医师类“市聘县用”人员下派区县工作期间，派出单位应当暂停其在本单位的执业活动。在下派期间，工资待遇由派出单位发放，但由接收单位每月按照出勤天数、门急诊人次量、巡诊、教学次数等进行考核，考核结果与其绩效工资挂钩。

在激励机制方面，《实施方案》明确，“市聘县用”人员在基层连续工作满3年的，在职称晋升、岗位聘任等方面同等条件下享受优先政策；“市聘县用”期间，可在基层医疗卫生机构按规定取得基层定向职称，连续服务满5年，回到原单位可按程序转评同级全市通用职称。

“外聘专家”助力
破解县域看病难题

本报讯（特约记者郝东亮 崔志芳）近日，76岁的曹奶奶在山西省晋中市和顺县人民医院成功接受了高难度的剖腹探查和右半结肠切除术，术后恢复良好。这台手术由山西省肿瘤医院王文达主任医师主刀。曹奶奶的经历，是晋中市外聘专家下基层助力破解看病难题的一个生动例证。

“我县外聘专家工作取得了显著成效，不仅提升了医疗机构的技术水平，也为患者带来了实实在在的益处。”和顺县卫生健康和体育局相关负责人介绍。

据了解，截至2024年底，晋中市卫生健康委以县级公立医院为依托，投入2000余万元，聘请近400位省内外专家，常态化开展坐诊、带教、手术等工作。

2024年，晋中市各县级公立医院外聘专家累计接诊患者数万人次，开展各类手术6000余台，包括高难度外科手术和复杂肿瘤切除术等，有效降低了患者外转率和县域外住院量。

该负责人介绍，外聘专家下沉基层，不仅提供优质医疗服务，还搭建起学术交流、技术传承、人才培养的资源共享平台，以“传帮带”实现从“输血”到“造血”的转变，培养基层技术骨干，带动了基层医疗卫生机构服务水平整体提升。



“课间一刻钟”
活力满校园

春季学期开始，浙江省湖州市长兴县义务教育学校实施“课间十五分钟”，将课间由10分钟延长至15分钟。各学校优化作息时间表，通过多样化、个性化的课间活动形式，引导学生走出教室“动起来”。图为2月17日，长兴县虹星桥镇中心小学，学生们利用课间参加“毛毛虫”等趣味运动。

通讯员谭云俸
本报记者郑纯胜
摄影报道

重庆推行卫生人才“市聘县用”

本报讯（特约记者欧阳方怡 喻芳）近日，重庆市卫生健康委印发《重庆市开展卫生人才“市聘县用”工作的实施方案》，以持续提升区县医疗卫生服务能力，推动优质医疗资源下沉。据悉，首批“市聘县用”人员将于今年3月正式到岗。

《实施方案》提出，通过采取师带徒、团队带团队等培养模式，助力区县

级医院或基层医疗卫生机构建立一批特色临床科室，培养一批专业骨干，开展一批新业务新技术，提升区县医院和基层医疗卫生机构常见病、多发病诊疗能力以及急危重症患者抢救能力和传染病防控等公共卫生服务能力。

“为了让‘市聘县用’人员真正沉下来，我们制定了‘市聘县用’人员派出机制、调配机制、约束机制、考核机

制、激励机制等。”该市卫生健康委基层处相关负责人介绍，在派出机制上，市属医疗机构每年按照不低于上年度本单位新晋升副主任医师（含临床、中医、口腔、公卫4个类别）数量的20%；市属医疗机构、部队医院每年派出不少于2名具有中级及以上职称的执业医师到区县工作，时间不少于1年；鼓励部队医院派出非军籍具有中级及以上职称的执业医师到区县级医院或基层医

疗卫生机构开展技术帮带，派出人员数量不少于上年度本单位非军籍医疗人员晋升副主任医师（含临床、中医、口腔、公卫4个类别）数量的20%；市属医疗机构、部队医院每年派出不少于2名具有中级及以上职称的非临床医师类（护理、药学、医技或管理类）人员到区县级医院、区县医疗卫生次中心工作，时间不少于6个月。