



睡眠健康核心信息发布

本报讯（记者段梦兰）随着经济社会快速发展，人们的生活和行为方式逐渐发生变化，睡眠问题也日益突出，成为影响群众健康和生活质量的重要因素。3月18日，全国爱卫办发布《睡眠健康核心信息及释义》，以指导各地科学、规范开展睡眠健康宣传工作，引导公众正确认识睡眠，养成健康睡眠习惯。

《睡眠健康核心信息及释义》共有8条。其中，前三条介绍了睡眠的作用、良好睡眠的表现、睡眠不足的危害等内容，旨在帮助公众正确认识睡眠，树立健康睡眠的意识。第四条、第五

条阐述了如何才能保持健康睡眠以及儿童青少年、职业人群和老年人等重点人群的注意事项，旨在帮助人们建立良好的睡眠习惯。最后三条介绍了常见睡眠障碍的分类、识别以及应对的方式方法等，旨在引导公众早期识别、科学应对睡眠问题。

相关专家解读见今日第4版——

这份专业指引
助你“睡个好觉”



扫码看
《睡眠健康核心信息及释义》全文

广东：为检查检验结果互认“铺路架桥”

■今年底，各紧密型医联体实现医联体内医疗机构间全部项目互认，各地市域内医疗机构间互认项目超过200项
■采取“省级平台+地市平台”模式建设医疗影像云平台，构建全省医学影像“统一目录、统一索引、统一服务”的调阅共享服务体系
■建立部门间沟通交流机制，在政策协调、信息化建设、质量控制等方面形成合力

本报讯（特约记者朱琳）近日，广东省卫生健康委、省发展改革委、省财政厅、省医保局、省中医药局、省疾控局联合印发《广东省推进医疗机构检查检验结果互认实施方案》，同时公布通过省临床检验质量控制中心室间

质评的医疗机构及互认项目清单，为互认工作提供可靠的质量保障。

《实施方案》提出，到2025年底，广东省内各紧密型医联体实现医联体内医疗机构间全部项目互认，各地市域内医疗机构间互认项目超过200

项；到2027年底，省内各医疗机构间互认项目超过300项；到2030年，检查检验同质化水平进一步提高，结果互通共享体系基本建立，基本实现常见检查检验结果跨区域、跨医疗机构共享互认。

为强化技术支撑，《实施方案》要求，持续推进互认平台应用。一方面，优化省市互认平台功能，上线“HR”质控标识，加快完成省部署市级平台本地迁移工作，研发跨省数据服务接口，依托国家平台实现检查检验结果跨省调阅共享；另一方面，加快建设影像云平台，采取“省级平台+地市平台”模式建设医疗影像云平台，构建全

省医学影像“统一目录、统一索引、统一服务”的调阅共享服务体系，实现医学影像跨地市、跨机构互认共享。

为加大政策保障支持力度，健全长效工作机制，《实施方案》提出，在医保政策方面，出台支付政策鼓励医疗机构通过互认降低成本，出台价格政策支持互认。在信息化保障方面，到2025年底，实现全省所有二级及以上公立医院、县域医共体和有条件的基层医疗卫生机构、民营医疗机构检查检验结果跨机构互认共享，与全国20个省份实现检查检验结果跨省调阅共享；建成省、市两级影像云平台并接入全省二级以上公立医院，支撑实现二

级以上公立医院检查影像跨机构、跨地市互认共享，患者可通过“粤健通”等便民服务端调阅本人在医疗机构的检查影像。完善医疗机构内部考核机制，鼓励将互认工作落实情况纳入内部绩效考核。

《实施方案》要求，各地市卫生健康行政部门要牵头协调相关部门，制定互认工作的具体实施方案，明确时间表、路线图和部门分工，确保按时完成工作目标。要建立部门间沟通交流机制，在政策协调、信息化建设、质量控制等方面形成合力。要做好宣传引导工作，加强医患沟通，为互认工作营造良好氛围。

青海省市联动
推进公立医院改革

本报讯（特约记者吴黎）近日，青海省西宁市公立医院改革与高质量发展示范项目省市签约仪式在青海省委卫生健康委员会举行。西宁市卫生健康委与青海省人民医院、青海大学附属医院等6家医院分别签署西宁市公立医院改革与高质量发展示范项目协议，这标志着青海省公立医院改革与高质量发展迈入“省市联动、示范引领”的新阶段。

根据协议，青海省人民医院将推动心血管学科高质量发展，开展高难度心血管介入手术，提升危重症救治能力。青海大学附属医院重点建设“互联网+远程医疗+专科联盟”，推动优质医疗资源扩容下沉。青海省心脑血管病专科医院建设泛血管疾病诊疗中心，组建多学科专家团队，开展联合诊疗。青海红十字医院着力提升神经学科能力，引入先进神经检测设备，与知名机构合作培养人才。青海省第五人民医院推进肿瘤诊疗能力提升及医疗服务结构调整，优化住院流程，提升患者就医体验。青海省妇女儿童医院建设先天性心脏病病诊疗中心，完善儿童疑难病症多学科诊疗体系。

为确保项目顺利实施，青海省卫生健康委将协同西宁市卫生健康委建立健全监督机制，定期对各医院的项目进度、质量效果进行跟踪，及时协调解决项目实施过程中遇到的困难和问题，为西宁市公立医院改革与高质量发展示范项目提供坚实保障。

海南启动实施
公卫人才培养支持项目

本报讯（特约记者刘泽林）海南省疾控中心近日出台《海南省公共卫生人才培养支持项目实施方案》，聚焦海南自由贸易港公共卫生风险防控，重点强化新发突发传染病防控能力培训，从2025年起，每年选派100名疾控管理干部和疾控专业技术人才到省内外进行为期3个月的进修培养。

据介绍，该项目培养对象包括各县市疾控局局长、疾控中心主任等行政管理干部，以及疾控机构、医疗机构的公共卫生科的专业技术人才。该项目以疾控人才培养为抓手，强化医防融合、医防协同、社会共治工作机制。《实施方案》要求，要集中理论学习和现场实操相结合。其中，理论学习1个月，集中学习新发突发传染病防控基本知识和基本技能；实践锻炼2个月，按照“缺什么、补什么”原则，点对点、组团式、针对性选派疾控人才到相关省份学习新发突发传染病处置经验，提高现场应急处置能力。

河南四市建立
黑热病联防联控机制

本报讯（记者李季 特约记者王翠侠）近日，河南省洛阳市、郑州市、许昌市、平顶山市四市的疾控中心、农业农村局共同签订《河南省黑热病区域联防联控工作协议》，首次在市域层面启动跨区域、跨行业、多部门的黑热病联防联控机制，推动河南省黑热病防控工作朝着共商、共管、共治的方向迈进。

河南省主要流行犬源型黑热病。洛阳、郑州、平顶山和许昌四地相邻，地貌特征相似，相邻县区间人员往来频繁，传播媒介白蛉以及犬只的流动也较为活跃，黑热病疫情在四地之间存在一定关联性。此前，四地已协同开展防控工作，探索性地实施了一系列综合干预措施，在疫情防控方面做到同防同控。

根据协议内容，四地将在媒介监测、犬只调查、疫情通报、疫点处置、会商研判、主动干预等方面，形成规范化、制度化且常态化的工作机制。协议明确跨区域联防联控的组织架构，要求定期编制黑热病工作简讯，不断创新和完善多部门合作模式，加强相关培训、宣传工作以及哨点医院的人群监测等，并对各部门的工作职责与任务进行了清晰界定。

重庆多举措落实
“体重管理年”活动

本报讯 特约记者欧阳方怡 喻芳近日从重庆市卫生健康委了解到，目前该市居民超重肥胖率达53.3%，超重肥胖已成为危害群众健康的重大公共卫生问题。该市提出，到2026年，成人超重率和肥胖率年增幅要下降10%；居民体重管理知识知晓率上升到75%；经常锻炼比例上升到47.8%；二级及以上综合医疗机构提供体重管理及肥胖症诊疗服务覆盖率达到100%；健康单位工间健身活动覆盖率达到100%。

目前，该市各区（县）正多措并举落实体重管理工作。比如，南岸区在区内两家三甲医院设置减重门诊，建成重大慢性病防治中心3个，制定同质化高危人群筛查标准，将体重筛查与管理纳入家庭医生签约服务、基本公共卫生服务、门诊服务内容，建档管理高危人群3000余人；荣昌区建成城市“10分钟健身圈”，开设马拉松主题公园、470公里健身步道等3800处运动场地，年均举办健身跑、八段锦等活动200余场，为高血压、超重人群开具个性化运动处方800余份。

重庆市卫生健康委有关负责人介绍，根据规划，全市学校都要将体重管理纳入健康教育课程，体重管理科普宣传将实现区（县）全覆盖，力争实现体重管理支持性环境广泛建立，全民体重管理意识和技能显著提升，健康生活方式更加普及，全民参与、人人受益的体重管理良好局面逐渐形成，部分人群体重异常状况得以改善。

江西推出科普宣传片
《哪吒的体重保卫战》

本报讯（特约记者周翔 通讯员汪永敏）近日，江西省卫生健康委评价中心积极落实国家卫生健康委和江西省卫生健康委“体重管理年”要求，编制《中小学生体重管理宝典》，并制作科普宣传片《哪吒的体重保卫战》，助力学校、家庭、中小学生学习开展体重管理。

据介绍，《中小学生体重管理宝典》依据《中小学生超重肥胖防控“十要义”》《居民体重管理核心知识（2024年版）》等国家发布的体重管理知识要点，以简明精炼、生动易懂的语言，将专业理论转化为朗朗上口、方便记忆的行动口诀。内容涵盖肥胖危害、合理膳食、运动锻炼、充足睡眠、心理健康、科学减重、家校合作等体重管理知识。科普宣传片《哪吒的体重保卫战》，借助哪吒这一动画形象赋能健康传播。宣传片中，哪吒化身“体重管理小卫士”，将《中小学生体重管理宝典》的内容演绎成生动有趣的动画场景，增强了传播力。该科普宣传片将在江西省各中小学校宣传推广。



燃脂减肥训练营

3月17日，四川省成都市，新川外国语学校体育教师在燃脂减肥训练营上指导学生训练。该学校于3月初开设燃脂减肥训练营，训练项目包括有氧跑、有氧操、腰腹力量、跳绳等。

视觉中国供图

国家卫生健康委部署出生缺陷防治宣传活动

本报讯（记者赵星月）近日，国家卫生健康委印发《关于开展2025年出生缺陷相关宣传日活动的通知》，要求加强唐氏综合征、血友病、地中海贫血等重点疾病防控的宣传教育。

《通知》指出，今年3月21日是第14个“世界唐氏综合征日”，活动主题为“关注唐氏，支持和行动”，旨在倡导全社会关注唐氏综合征，生育人群采取行动积极预防唐氏发生，社

会各界创造条件支持唐氏患者更好地融入社会。今年4月17日是第37个“世界血友病日”，活动主题为“科学防治血友病，让生命不再脆弱”，旨在引导和促进血友病积极预防、规范诊疗和科学护理，减少出血发生，提升患者生活质量。今年5月8日是第32个“世界地中海贫血日”，活动主题为“防控地贫，携手同行”，旨在提高社会公众特别是高发省份群众对地贫

的认知和关注，倡导全社会共同行动，加强地贫筛查、早诊早治和健康管理工作。

《通知》要求，各地要将出生缺陷防治纳入健康中国建设的总体安排，作为妇幼健康促进行动的重要内容，积极开展相关宣传活动，利用多种渠道普及科学防治知识，提升公众健康素养。各地要根据群众实际需求，制作科学、规范、易于传播的宣

全国爱卫办发布今年爱国卫生月活动主题

本报讯（记者段梦兰）今年4月是第37个爱国卫生月。全国爱卫办近日印发《关于开展第37个爱国卫生月活动的通知》，明确今年爱国卫生月活动主题为“爱卫新篇章 健康‘心’生活”。

《通知》指出，各地要结合“精神卫生服务年”行动要求，强化心理健康和

精神卫生服务，在爱国卫生月期间集中开展健康科普，传播心理健康知识；要以儿童青少年、职业人群、老年人等为重点，开展健康课堂进校园、健康咨询进企业、健康服务进社区等活动；要围绕培育文明健康生活方式，开发一系列形式新颖、内容活泼的宣传作品

和文化产品，充分利用群众喜闻乐见的形式，倡导合理膳食、适量运动、控烟限酒、心理平衡、健康睡眠等健康生活方式，动员群众积极参与健康中国行动，共建共享健康生活。

《通知》要求，要进一步完善多部门协作机制，聚焦完善健康政策、普及

健康生活、建设健康环境、优化健康服务等重点，在爱国卫生月期间启动实施群众可及可感的具体举措，切实为群众办实事办健康实事。同时，各地要全方位建立健全环境卫生长效管理机制，持续巩固提升城乡环境卫生整治效果。