

2025年12月25日 星期四

国家卫生健康委发布《成人健康体检项目推荐指引(2025年版)》

# 体检更精细 健康管理更有效

健康时报记者 石梦竹

## 民生一线

国家卫生健康委员会发布的《成人健康体检项目推荐指引(2025年版)》(以下简称《指引》),引入“健康体检自测问卷”作为体检前导,并将心理健康量表筛查纳入评估体系,推动体检从“标准化套餐”向“风险导向型”模式转变,为18岁及以上人群提供更科学、更精准的健康体检指导。

《指引》的推出,有助于进一步规范健康体检行为,维护受检者健康权益,推动健康体检行业高质量发展。

### 从被动的受检者转变为主动的健康参与者

“《指引》具有较强的权威性、指导性和实操性。”中华医学会健康管理学分会第五届主任委员郭清教授说。2009年原卫生部出台《健康体检管理暂行规定》,是相关领域早期指导性文件;中华医学会健康管理学分会2014年发布《健康体检基本项目专家共识》,并于2022年进一步修订。

《指引》在此基础上,结合疾病谱变化与医学证据更新,进行系统性修改、完善,推动健康体检向健康管理模式转变。

成人健康体检的关键任务在于促进加强常见疾病管理与重大疾病早诊早治。《指引》中明确的恶性肿瘤风险涵盖肺癌、肝癌、胃癌等类型,“通过规范体检,这些肿瘤早期发现的可能性较高。”中华医学会肿瘤学分会主任委员、四川省肿瘤医院院长林桐榆教授介绍。

《指引》有助于推动癌症三级预防理念进一步落地:一级预防关注病因阻断,如通过接种HPV疫苗预防宫颈癌;二级预防着眼于早诊早治;三级预防则强调规范治疗。“如果在疾病早期通过筛查实现干预,一定程度上可延缓疾病进展,甚至逆转部分早期病变。”林桐榆说。

体检机构在告知异常指标基础上提供健康指导。人们从被动的受检者转变为主动的健康参与者,有助于普及常见疾病预防知识、

健康生活方式、自我健康监测等健康教育内容。”中华医学会糖尿病学分会主任委员、北京医院·国家老年医学中心内分泌科郭立新教授表示,《指引》有助于人们提升健康素养与自我管理能力。

### 体检项目从“点套餐”转向个性化的筛查

《指引》倡导的“健康体检自测问卷+基本体检项目+慢性病风险筛查项目”成人健康体检三级体系,有助于构建“发现风险—精准筛查—分层管理”的健康管理闭环。

“过去我们做体检,就像去快餐店点套餐,大家的检查项目都差不多。”林桐榆认为,每个人的身体状况、遗传背景、生活方式都不一样,体检应基于个人风险因素,实现更精准、更个性化的筛查。

健康体检自测问卷是《指引》的一大亮点,自测问卷包括个人生活方式、既往病史、家族疾病史等内容,可引导受检者主动审视自身健康状况,并为后续体检项目推荐和评估提供关键依据。

自测问卷还纳入了焦虑、抑郁等心理量表。在郭清看来,这一举措与聚焦身体疾病的传统认知不同,有助于推动行业和社会对心理健康同等重视,为全面健康管理建立基础。

此外,《指引》针对心脑血管疾病、常见恶性肿瘤、慢性阻塞性肺疾病、2型糖尿病、骨质疏松、慢性肾病及认知功能障碍等疾病风险人群,将疾病风险筛查项目划分为优先推荐与可选项两个层级,当基本体检提示风险信号时,可依据《指引》建议开展针对性深度风险筛查,弥补基本体检的局限性。

郭立新表示,《指引》将风险评估贯穿从问卷调查、基本体检到深度风险筛查的全过程,避免单一指标造成漏诊,也让深度风险筛查更具针对性,为各类疾病的早期预防和干预提供科学依据。

### 行业服务从体检延伸到长期健康指导

“《指引》制定统一标准,为行业和机构提

升健康体检服务与管理的规范化水平提供依据,服务从体检延伸到长期健康指导。”郭立新说。

大众如何有效利用《指引》?第一步是认真完成《指引》中的“健康体检自测问卷”。填写时力求具体、详实,了解自身健康风险。随后根据自测问卷和基本体检的相关情况,选择相应的慢性病风险筛查项目进一步检查。

郭立新以糖尿病风险患者举例,在进行问卷自测与基本检查后,风险人群进行必选项目检查,精准捕捉糖尿病前期信号,通过饮食、运动干预延缓发病;若已患糖尿病,可选专项检查,定期监测并发症。结合自测问卷提供的既往病史、生活方式,医生能够为患者制定针对性健康管理方案,降低相关并发症风险。

体检既是阶段性健康状况的小结,也是后续健康管理的开始。受访专家强调,健康管理是一项持续性的工作,需要对各类疾病的风险因素进行长期观察和动态管理。受检者可以通过追踪指标变化趋势,及时寻求专业诊疗,提升健康管理效果,当好自身健康的第一责任人。

## R 服务窗

不同人群的健康体检有何侧重?年龄是首要考量因素。青年人重在建立健康基线与筛查传染病;中年人重点关注心脑血管疾病、肿瘤风险与糖尿病等,如增加颈动脉超声、低剂量肺CT、胃镜检查、连续血糖监测;老年人则需叠加认知功能、骨密度及营养状况评估。

性别与家族疾病史需特别考量。女性需侧重乳腺癌、宫颈癌筛查,男性应关注前列腺和心脑血管疾病。若有直系亲属早发糖尿病、心脑血管疾病或肿瘤,相关筛查的起始年龄应提前,频率应增加。

生活方式是重要参考因素。长期吸烟者属肺癌高危人群,低剂量肺CT不可或缺;饮食不规律、结构不均衡者,以及久坐者需警惕代谢问题,建议增加尿酸、脂肪肝及血糖等相关检测项目;长期压力过大者则要关注心理健康状况、血压与甲状腺功能等。

## 浙江杭州外卖员柴振朋在商场见义勇为“没干什么大事,都是我应该做的”

本报记者 窦皓

12月15日,在浙江杭州工作的外卖员柴振朋接到订单后,前往上城区某商场地下一层的一家餐厅取餐。

“抢东西了!”柴振朋乘坐下行扶梯时,突然听到一声呼喊。转头一看,一名男子神色慌张,正沿着自动扶梯向一层奔跑,后面还有几个人在追。

原来,在地下一层某珠宝店内,该男子以购物为由让店员取出一副金手镯。趁店员不

备,他夺走金手镯,迅速逃离。

紧急时刻,柴振朋转身沿着自动扶梯逆行,快步追了上去。在一楼,他追上男子,将其扑倒并用身体压住,前后只用了不到一分钟。

“我摁着他时,他还在反抗。”柴振朋回忆起当时的情景,“那时候来不及多想,遇到这样的事就要上,能帮一把是一把。”

商场保安赶来后,柴振朋就

## 鸿蒙加速覆盖政企领域

### 国产操作系统助力数字中国建设

本报记者 谷业凯

在广东,公职人员借助手机上的“粤政易”鸿蒙版,即可移动办理公文、线上参会,实现政务信息全链路安全流转;“网上国网”上线,“即点即用、即用即走”的卡片化形式,让用电服务触手可及。国产操作系统蓬勃发展,鸿蒙在政务、医疗、教育等领域实现规模化深入应用。

“鸿蒙系统为政务移动端构筑了‘数字护城河’。”广东省政务服务和数据管理局相关负责人介绍,“粤政易”深度集成鸿蒙“星盾安全架构”与系统级文件加密功能,实现政务数据的全链路安全可控。

安全性是政企数字化建设的生命线。在金融、能源等关键领域,鸿蒙化改造有助于主要业务数据在端、云、管各环节的全程保密与完整性。通过构建从芯片层、系统内核到应用服务的全栈防护体系,鸿蒙系统为政务数据与行业业务提供

了可信赖的运行环境。

鸿蒙带来的还有效率的提升。系统可实现手机、平板、个人电脑等多设备间的任务接续、文件“无感”共享,“用手机看完文件,直接在平板上修改提交,就像操作同一台设备那么便捷。”一名企业员工说。

鸿蒙不断推动应用从“人找服务”向“服务找人”转变。集成了DeepSeek—R1智能语音助手的“小艺”,可在政企办公中主动提醒待办事项、创建工作流程;“网上国网”鸿蒙版上线“用能分析一步达”功能,只需对“小艺”说出指令,即可直接查看用能分析,使用体验显著优化。

鸿蒙正成为政企用户重要选择,各地政府与企业踊跃推进应用的鸿蒙化改造。截至2025年9月,已有超过30款国家级政务应用和近400款地方政务民生应用完成鸿蒙原生适配并上架。在金融、能源、交

通、医疗等30多个关键行业,鸿蒙系统深入数千家企业的内部办公系统,覆盖中国电信、南方电网、上汽集团等多家央国企及行业领军企业。

鸿蒙生态蓬勃发展,源自产业链的开放共建、协同赋能。“我们的电子公文流动交互平台承载了260万名用户,每天处理大量信息,迁移到鸿蒙是一项系统工程,离不开多方团队的紧密协作。”“粤政易”开发团队人员在回顾适配历程时表示,华为通过协同产业链上下游,与合作伙伴共同推动数字生产力全面升级。

当前,鸿蒙生态加速演进,从头部互联网公司到垂直领域的独立开发者,都在以“周更”甚至“日更”的节奏,为使用者带来新功能、新体验。比如,“i深圳”APP在一年内完成25次版本迭代,快速实现数百项高频政务功能的鸿蒙化改造。

“鸿蒙生态的生命力在于共建共享。”业内专家表示,“更多应用的接入不仅能丰富生态,更通过真实反馈驱动系统持续优化,形成技术赋能业务、业务反哺技术的良性循环,助力数字中国建设。”

本版责编:唐天奕 秦瑞杰 阮方正

# 江西安义:双轮驱动,培育铝型材产业“第二增长曲线”

铝型材产业是江西省南昌市安义县的主导产业、支柱产业,目前在规模上已形成华东第一、全国第二的铝型材生产基地,产业链完备,销售渠道优势显著。面对市场变化,安义县积极探索转型,引导企业开展数字化改造、向工业铝型材领域拓展。同时,“出海”成为安义铝型材产业重要增长路径,政府带队参展,企业积极开拓东南亚、非洲等市场,设立海外仓并组建出口联盟,推动品牌集体出海。2024年,安义铝型材出口额显著增长,直接出口额实现翻番,转型与出海共同驱动产业可持续发展。

## 夯实基础

安义县铝型材产业起步较晚,但近年来发展势头强劲。2023年,“安义门窗”经国家知识产权局批准注册为集体商标,这是江西省第二个、南昌市第一个工业类集体商标;2024年,安义铝型材产业集群被评为国家级中小企业特色产业集群,位列江西省产业集群第十二。如今的安义,已享有“中国铝材之乡”“中国门窗之乡”等美誉。

安义县铝型材产业优势突出、产业链完备,18万安义籍从业者掌握了全国近70%的下游销售渠道,每年正月举办的江西(安义)铝型材及门窗博览会形成行业口碑。

## 探索转型

2024年,安义县铝型材产业集群营收规模突破700亿元,全县铝型

材年产量超200万吨,占全国年总产量比重超10%。

面对铝型材产业发展的诸多不确定性,安义县立足产业实际,抓住新消费风口,探索产业转型,培育“第二增长曲线”。

位于安义县的江西永高铝业有限公司(简称“永高铝业”),民用建材业务曾经占公司业务总量比重达90%,随着房地产市场波动,公司经营面临困难。近年来,永高铝业积极进军工业铝型材领域,大力开发铝制梯子、滑板车等新产品门类,现在公司工业铝型材业务量占比约为20%,未来的目标是提高到40%至50%。

向工业铝型材转型已成为安义铝型材企业的普遍共识。政府也拿出“真金白银”支持产业转型。在数字化改造方面,安义县出台政策,将对企业的补贴标准由60%提高到最高补贴90%,并启动“头雁引航”争先行动,县财政近3年每年投入1500万元,支持“头雁企业”带头进行数字化改造。

## 扬帆出海

除了向工业铝型材转型,“出海”拓市场、找订单,是安义铝型材产业培育“第二增长曲线”的另一条路径。

2023年底,永高铝业开始投身外贸领域,经过一年多的探索,如今,海外订单占公司业务总量的比重已由最初的不足10%提升到约20%,海外客户集中在东南亚和非洲。

“出海”是安义县铝型材产业转型升级的一条必由之路,安义县组织企业出国参展,不少企业从中受益。江西彩衣建材有限公司在泰国参展期间,逐个拜访当地企业,积累了一批泰国客户资源。2024年,该公司铝型材直接出口额达2000多万元,占公司业务总量的近一半。为方便开辟海外市场,江西华晨铝业有限公司在广东成立专门负责外贸出口的分公司。2024年9月外贸团队组建后,该公司仅用3个月时间便实现直接出口额500万元。

企业在奋楫“出海”的同时,安义县也凝聚各方合力,为企业“护航”。例如,安义县积极帮助县内铝型材企业对接中交一航局、江西电建等有海外援建项目的央国企,推动9家企业纳入央国企采购平台。与中江国际签订赞比亚海外仓合作协议,帮助县内企业开拓非洲市场。

此外,安义县工业投资发展有限公司还设立江西安义门窗品牌运营管理有限公司,协调推动县内铝型材企业成立出口联盟,共同推动“安义门窗”品牌集体“出海”,通过提供品牌管理服务、供应链赋能和参与搭建海外关键基础设施等方式,助推企业从“单点代工”向“产业链出海”升级。

2025年1—11月,安义县铝型材外贸出口额达10765万元,同比增长171%。

数据来源:中共安义县委宣传部  
江西安义高新区管委会

