

根除幽门螺杆菌，降低胃癌发病率

# “无幽”方可无忧

本报记者 熊建

在中国，胃癌的发病数量与死亡数量在恶性肿瘤中均位列第三。幽门螺杆菌(Hp)是胃癌的I类致癌因子、明确致瘤物。2022年发布的一项分析发现，中国幽门螺杆菌感染率约为44.2%，全国约共有5.89亿人感染。临床共识认为，根除幽门螺杆菌可有效降低胃癌发生风险。

“2023全国无幽日《我国12万人幽门螺杆菌筛查报告》发布会”日前在北京举行。会上，应用粪便Hp核酸检测技术的“全国防幽耐药地图”科研项目同步启动。



“幽门螺杆菌根除治疗的最理想效果是一次根除成功，而幽门螺杆菌对抗生素的耐药却像‘拦路虎’，会导致根除治疗失败。”中华医学会消化病学分会副主任委员周丽雅表示，近年来幽门螺杆菌的耐药率呈上升趋势，甚至发生二重、三重或更多重耐药。江苏省泰州市实施的“健康惠民一号工程”，对区域内12万居民开展了Hp感染与耐药调查，打造区域Hp筛查的样板。

“幽门螺杆菌其实是人类的‘老熟人’，与人类共存了几万年。”中国医学科学院肿瘤医院胰外科病区主任田艳涛表示，根除幽门螺杆菌是公认的预防胃癌最为重要的可控手段。坚持预防为主方针，把预防胃癌的关口前移至Hp的筛查诊断与根治上，是打败幽门螺杆菌这种“万年老病菌”的可靠办法。

## 泰州数据显示未成年人感染率持续上升

本次发布的《我国12万人幽门螺杆菌筛查报告》(以下简称报告)基于江苏省泰州市“健康惠民一号工程”的筛查检测结果，是国内首次通过粪便Hp核酸检测技术开展的大规模人群Hp感染与耐药情况调查。

报告显示，受检的12万人群整体阳性率为40.11%。分析人群年龄分层的阳性率情况可见，10岁以下

阳性率17.45%，11—20岁阳性率为27.03%，提示生活在家庭场景下的未成年人的感染率持续上升；从21岁开始，阳性率显著上升至39.81%，30—70岁各年龄段的阳性率在39%—44%之间，提示普通人从步入社会开始，就应该重视Hp检测治疗及分餐等生活方式的养成。

在耐药率方面，总体人群对克拉霉素的耐药率为53.77%，喹诺酮类抗生素(如左氧氟沙星)的耐药率为51.57%，呋喃唑酮的耐药率为7.70%。“健康惠民一号工程”由江苏省泰州市政府牵头，医药高新区、高港区组织实施，在全国率先发起并落地实施12万人粪便Hp核酸筛查。江苏康为世纪生物科技股份有限公司提供检测技术支持。

泰州市副市长叶中华表示，“健康惠民一号工程”通过政府购买服务的方式免费开展大规模的筛查检测，实现疾病预防和早诊早治，防止因病致贫和因病返贫，减轻医保压力。同时，引导技术先进的科技企业更好地发展，摸清辖区内幽门螺杆菌的感染人群比例、耐药情况，发现潜在胃肠疾病的发生率，为更好地守护群众健康奠定基础。

为使更多地区的幽门螺杆菌感染高危人群获益，“全国防幽耐药地图”科研项目于发布活动现场正式启动。该项目拟将泰州Hp筛查防治经验推广至全国，联合全国各地千家医院，通过粪便Hp核酸检测技术开展覆盖

更广泛人群的Hp感染+耐药一站式筛查检测，积累幽门螺杆菌感染和耐药相关科研数据。

## 首战即决战，以治疗为导向做筛查

“目前国际上的共识是，如果不存在抗衡因素，就应该进行Hp根除治疗，而耐药导致根除治疗Hp的成功率下降。”北京大学第一医院消化内科主任医师王蔚虹指出，基于药敏检测结果来进行临床精准治疗，根除效果理应高于经验性治疗。

药敏检测方法主要分为2种：一种是通过做胃镜，取胃黏膜标本，在体外进行细菌培养；另一种是通过分子生物学的方法，以粪便或胃黏膜组织为样本，通过检测幽门螺杆菌的基因突变，从而推测其类型是否耐药。

专家介绍，细菌培养的方法，在临床实际上存在一定困难，培养的阳性率仅能达到60%—70%，意味着会有一些患者做了胃镜检查，取了组织样本，最终细菌培养不出来，无法进行下面的药敏检测。同时，人们对胃镜存在畏惧、依从性不足，还有一些患有慢性疾病的人接受内镜检查存在其他风险，这些都是细菌培养进行耐药检测技术现实的困境。

分子生物学的方法可以避开传统药敏检测的细菌培养。粪便检测是分子生物学的检测方法之一，不仅避开



近期，江苏省昆山市为新就业群体提供一批暖心服务，包括急救技能培训、预约就诊服务和含有幽门螺杆菌检测在内的一些免费健康服务。

图为外卖、快递人员在昆山市第三人民医院接受免费幽门螺杆菌检测。 陆恒摄(人民视觉)

了细菌培养耗时费力的问题，也避开了做胃镜检查。本次泰州“健康惠民一号工程”所使用的粪便Hp核酸检测技术，就属分子生物学方法。

“泰州这个研究，可能对今后幽门螺杆菌治疗有重要的提示。”王蔚虹表示，通过粪便来进行检测感染，同时检测耐药，就可以在首次治疗的时候做到更加精准，达成我们一直期望的Hp根除治疗“首战即决战”的目的。

“能准确判断Hp感染与耐药情况，能极大提升临床诊疗效率。”泰州市人民医院消化科主任、内镜中心主任杨斌表示，幽门螺杆菌根除治疗的个性化和规范化，是一个问题的两个方面；从群体角度看，规范抗生素应用，可减少抗生素耐药率；从个体角度看，选择合适抗生素，能提高抗生素敏感性。

## 以家庭为单位，检测和治理幽门螺杆菌

幽门螺杆菌作为一种可在家庭成员之间传播的致病菌，还可导致消化系统内/外的疾病，包括消化性溃疡、慢性活动性胃炎、不明原因缺铁性贫血、原发性免疫性血小板减少症、维生素B缺乏症等。

《第六次全国幽门螺杆菌感染处理共识报告》提出，家庭成员共同治疗可阻断幽门螺杆菌在家庭中的传

播，有助于减少根除后的再感染。《中国居民家庭幽门螺杆菌感染的防控和管理专家共识(2021年)》指出，儿童在家庭内部被感染主要发生在12岁前；父母均感染幽门螺杆菌者，子女感染率为69.34%。

“筛查和治疗幽门螺杆菌感染，是每一个家长应该重视的问题。因为幽门螺杆菌的感染主要发生在儿童和青少年时期，发生在成年后的相对较少。”田艳涛说。

近年来，国内外的临床观察发现，在高达4%—10%的儿童、青少年幽门螺杆菌感染者的胃黏膜组织中发现了病理性癌前病变，提示在感染率较高的地区，儿童和青少年胃黏膜癌前病变的发生可能比人们想象的更早、更普遍。

“有儿童的家庭，成人是应该检测的。”中国医学科学院肿瘤医院放疗科副主任张凯表示，应重视以家庭为单位防控幽门螺杆菌感染的理念，“如果我们的下一代幽门螺杆菌感染率降到10%左右，当他们到了50岁以后的胃癌高发年龄段，我们国家整体的胃癌发病率一定会降低。”

## 幽门螺杆菌筛查检测进入2.0时代

张凯表示，随着泰州12万人群数据的发布及耐药检测新技术的出现，幽门螺杆菌筛查检测开始进入2.0时

代——不但可以居家检测，还可以通过一种方法一步确定两件事：是否感染；是否有耐药、耐什么药。

“检测是为了治疗，如果这一步能完全满足这两个条件，那对我们以后进行干预可能有巨大的助力。”张凯说。

通过一份粪便样本进行Hp感染+耐药的测定，是技术研发领域一直想实现的突破。此前在技术层面上有2个难题未能解决：一是粪便中的Hp-DNA极易降解，粪便离开人体后，室温储存超过15分钟，粪便中微生物显著变化，核酸发生降解；二是粪便样本中成分复杂，如胆盐、胆色素、胃肠道消化液、纤维、蛋白质等大量杂质，可能影响测定的灵敏度。在粪便样本的DNA提取过程中，PCR反应的抑制物难以快速且有效去除。

“我们在研发上突破了这两个难点：在粪便核酸保存方面，可实现2—37摄氏度常温条件下，粪便样本稳定保存至少60天，使‘居家取样—样本邮寄—实验室检测’的模式成为可能。同时也解决了粪便核酸提取过程中去除反应抑制物的问题，实现了Hp检测灵敏度96.7%、特异性96.27%。”康为世纪董事长王春香介绍，基于这些专利技术，国内首创的粪便Hp核酸检测技术应运而生，并已获得三类医疗器械许可证，正逐步在医院、体检及个人健康管理、流行病学调查等多元场景中得到应用。

2023年度肥胖防控主题系列活动启动会在京举办

# 管理体重，享受健康人生

本报记者 王美华

为提高全民肥胖防控意识，由全国爱卫办、全国妇联妇女发展部指导，在国家卫健委、健康中国行动肥胖防控联盟主办的2023年度“健康城市 健康体重”肥胖防控主题系列活动启动会近日在京举办。

“‘健康城市 健康体重’活动已经纳入健康中国行动工作要点。”全国爱卫办副主任、国家卫健委规划发展与信息化司司长毛群安在致辞中表示，在建设健康中国的过程中，要把健康体重和健康生活方式作为重要抓手，特别是要持续加大肥胖防控的工作。

《中国居民营养与慢性病状况调查报告(2020年)》数据显示，中国有超过一半的成年人超重或肥胖。居民不健康的生活方式仍然普遍存在，膳食脂肪供能比持续上升，家庭人均每日烹调用盐、用油量仍远高于推荐值。同时，居民在外就餐比例不断上升，身体活动不足问题普遍存在。

“肥胖属于慢性、易复发、进行性疾病，会引发一系列身心健康问题。”全国妇联妇女发展部副部长奉朝晖介绍，2022年国家卫健委开展“健康城市 健康体重”肥胖防控活动，全国妇联发起“健康体重 母亲行动”线上主题活动，取得了一定成效。下一步，全国妇联妇女发展部将继续加强与全国爱卫办的沟通与合作，共同开展丰富多彩的活动，普及运动健身、合理膳食、健康体重管理等知识，引导广大妇女带动家庭成员提高肥胖防控意识、养成健康的生活方式。

“近年来，我国高度重视居民超重和肥胖问题，积极加强相关领域的防控工作，采取有力措施强化超重、肥胖的源头治理和综合干预。”国家卫健委医疗应急司公共卫生健康管理处处长黄欣介绍，未

来，将进一步强化政府主导、部门协作、社会动员、全民参与的策略，切实强化关口前移，预防为主，充分发挥基层组织、社区、家庭、企业以及其他社会组织对慢性疾病、肥胖防控的预防早筛作用，创造良好的健康支持环境。

中国疾病预防控制中心营养与健康研究所研究员何丽介绍，蛋白质、脂肪和碳水化合物作为人体能量主要来源的三大营养素，对减重同样重要；优质蛋白质在减重过程中不可或缺；要控制主食的摄入，但不能完全不摄入碳水化合物，而是要用杂粮、杂豆等既补充能量又能长时间有饱腹感的食物替代；每一餐摄入不同食物的顺序有讲究，建议先饮用少油少糖的汤，再食用叶菜，然后摄入肉类，最后吃主食。

“可以说肥胖是‘万病之源’。”首都医科大学附属北京天坛医院健康

管理中心主任郑华光介绍，肥胖会通过影响血脂、血压和血糖以及其他分泌物来增加心肌梗死、心衰、脑卒中和认知障碍的发生率。临床研究发现，肥胖儿童从8岁起就可出现动脉粥样硬化脂纹期，而通过合理膳食和均衡运动减重，能够减轻身体负荷，有效逆转早期糖尿病向糖尿病的转化，减少心脑血管疾病的发生。同时，身体不肥胖但是内脏“肥胖”也是危险的，因此呼吁早防早治、精准治疗理念，建议从中青年期开始培养健康生活方式，这对老年期的健康产生至关重要的影响。

活动现场，《城市人群健康体重指数报告》编写工作启动。健康中国行动肥胖防控联盟和报告编写专家组表示，将以深入的调研和翔实的数据，为实施肥胖防控策略、完善健康体重管理提供决策支持。

## 科学饮食是关键，坚持运动是保障

### 在饮食方面

要平衡膳食、食不过量、吃动平衡

可按照《中国居民膳食指南(2022)》提供的指引，将谷薯类、蔬菜和水果、动物性食物、大豆类和坚果、烹调油和盐五大类食物由多到少进行搭配

### 在运动方面

18岁以上成年人

建议每周进行150至300分钟中等强度或75至150分钟高强度有氧活动，每周至少进行2天肌肉力量练习

6至17岁的儿童青少年

建议每天进行至少60分钟中等强度到高强度的身体活动，每周至少进行3天肌肉力量练习和强健骨骼练习，每天看电视时间累计小于2小时，鼓励户外活动

营造生育友好社会环境

## 第二批新时代婚育文化建设试点项目将开展

据新华社北京电(记者董瑞丰、田晓航)5月15日是“国际家庭日”，中国计划生育协会近日宣布今年将在河北省邯郸市、广东省广州市等20个地市开展第二批新时代婚育文化建设试点项目，大力营造生育友好的社会环境。

以“倡新时代婚育文化 助家庭和谐幸福”为主题的新时代婚育文化建设主题宣传活动近日在广东省广州市举办。中国计生协在活动期间公布了上述消息。

“人口问题是‘国之大者’，在降低生育、养育、教育成本的同时，应大力推进新时代婚育文化建设。”主题宣传活动中，中国计生协常务副会长王培安说。

王培安表示，近年来，中国计生协全面落实宣传教育、生殖健康咨询服务、优生优育指导、计划生育家庭帮扶、权益维护和流动人口服务等6项重点任务，广泛动员百万基层组织和数百万会员、志愿者，创新工作方法，提供多层次、精准化、有温度的群众性宣传服务，为倡导新时代婚育文化、促进家庭健康幸福做出了积极努力。

践行了积极的婚恋观、家庭观、生育观，倡导健康文明的婚俗文化，加强家庭、家教、家风建设……活动现场，多位专业人士畅谈如何积极推进新时代婚育文化建设。

国家卫健委人口家庭司副司长杨金瑞表示，要高度重视人口发展工作，完善生育支持政策体系，营造生育友好社会氛围。广东省卫健委稳妥有序实施三孩生育政策及配套支持措施，健全人口服务管理制度，加快构建全方位积极生育支持政策体系，取得积极成效。

该主题宣传活动还向全社会发出新时代婚育文化建设倡议书，号召广大家庭和青年朋友们携起手来，共同营造生育友好社会氛围，谱写幸福美好生活新篇章。

此次活动由国家卫健委指导，中国计生协、共青团中央主办，广东省卫健委、广东省计生协、共青团广东省委承办。除现场活动外，全国各级计生协及会员群众约1000万人次线上参加。

## 健康视线

## 健康营养 伴我成长

5月15日—21日是第9届“全民营养周”，今年的主题是“合理膳食，食养是良医”。同时，5月20日是第34个中国学生营养日，今年的主题是“科学食养，助力儿童健康成长”。各地近日开展了丰富多彩的活动，引导孩子从小养成健康饮食、均衡营养的生活方式。

图为5月16日，山东省东营市东营区实验幼儿园，师生在制作水果拼盘。

刘智峰摄(人民视觉)

