

## 中国发布感染防控白皮书

# 幽门螺杆菌感染率下降趋势明显

本报记者 王美华



### 中国近半数居民感染幽门螺杆菌

白皮书指出，幽门螺杆菌是一种具有传染性的致病菌，可引发幽门螺杆菌胃炎、消化性溃疡、胃MALT淋巴瘤、免疫性血小板减少等多种胃肠道疾病，严重情况下可能引发胃癌。幽门螺杆菌感染后难以自愈，若不治疗往往呈终身感染状态。

幽门螺杆菌在不同地域、不同人群的感染率有较大差异。白皮书指出，幽门螺杆菌全球感染率约为50%，中国幽门螺杆菌人群感染率近50%，不同人群感染率在35.4%—66.4%之间，且农村感染率高于城市，成人感染率高于儿童，具有人群感染率高、疾病负担重、耐药率高的特征。

“近一二十年来，我国幽门螺杆菌感染率有明显的下降趋势。”白皮书项目总体负责人、中国疾病预防控制中心传染病预防控制所研究员张建中介绍，随着中国社会经济的快速发展和健康教育的加速普及等，公众对幽门螺杆菌的认知度已有显著提升，幽门螺杆菌感染检测已普遍纳入健康体检，快速、简便、可靠的检测方法(如原

近日，《中国幽门螺杆菌感染防控》白皮书在北京发布。

这是中国在幽门螺杆菌感染防控领域的第一部白皮书，由中国疾病预防控制中心传染病预防控制所等发起，组织全国相关临床、基础、肿瘤、慢病及公共卫生领域专家共同完成，旨在为中国幽门螺杆菌感染防控提供科学、全面、系统的原则性指导，提高广大医务人员和公众对幽门螺杆菌感染的正确认识和防范意识。

素呼气试验)初步具备可及性，感染人群的主动就医意识显著增强。

“不同地区、不同人群对幽门螺杆菌的认知水平还存在较大差异，广大农村及经济欠发达地区对幽门螺杆菌认知水平较低，亟待加强相关健康科普力度、提升群众的健康素养。”北京大学第一医院消化内科胡伏莲教授说，当前对幽门螺杆菌感染过度恐慌或不够重视这两种现象同时存在，“有人认为感染了幽门螺杆菌就会得胃癌，这是不对的。胃癌的发生与多种因素相关，包括感染、环境和遗传因素等，幽门螺杆菌是目前唯一确定



图为2月11日，浙江省杭州市淳安县各餐饮场所张贴“公筷公勺”“光盘行动”等宣传海报。 谢航凯摄(人民视觉)

的与胃癌发生密切相关的细菌性病原体，在胃癌的发生和发展过程中发挥重要的致病作用，所以它被世界卫生组织列为I类致癌因子。因此，根除幽门螺杆菌感染可显著降低胃癌及其癌前病变发生的风险，是人类胃癌的一级预防措施。”

### 根除幽门螺杆菌需注意抗衡因素

专家介绍，幽门螺杆菌的传播途径主要包括“口—口”传播和“粪—

口”传播，水源性、食源性和医源性传播等也是受到关注的传播途径。大多数人在感染幽门螺杆菌后没有明显的临床症状，可通过尿素呼气试验等进行诊断。

“人类对幽门螺杆菌普遍易感。如果一个家庭有一个人或多个人是幽门螺杆菌阳性，那么其他家庭成员有可能被传染。”张建中介绍，家庭内传播是幽门螺杆菌新发感染和再感染的重要途径，家庭成员之间常见的感染途径包括共用餐具、咀嚼喂食、不良的卫生习惯等。增强使用公筷、公勺的意识，提倡分餐制，避免食用

被污染的食品和饮用受污染的水等，有助于防止幽门螺杆菌在家庭成员间的传播。

白皮书指出，个人是预防和降低幽门螺杆菌感染危害、保障身体健康的第一责任人，应养成良好的卫生习惯，特别是使用公筷公勺的进餐习惯。此外，应加强幽门螺杆菌感染危害的科普宣传，特别是将其纳入国家学龄前儿童习惯养成和中小学卫生健康管理课堂。通过提高个人卫生健康素养，有效减少幽门螺杆菌的传播风险。

一旦检测出感染了幽门螺杆菌，该怎样进行治疗?

专家表示，鉴于当前在世界范围内仍没有被广泛采纳的预防性或治疗性幽门螺杆菌疫苗，临床药物治疗仍然是幽门螺杆菌感染干预的主要手段。随着人群感染菌株耐药率的持续升高，幽门螺杆菌根除治疗方案不断调整，相应地出现了耐药性检测技术和基于耐药检测结果的个体化治疗策略。

白皮书提示，在幽门螺杆菌感染的根除治疗中，要注意抗衡因素——足以能与幽门螺杆菌根除治疗获益相抗衡的因素，比如健康状况、年龄等。根除治疗应遵循“检测—治疗”原则，一旦检测出幽门螺杆菌感染，如果没有抗衡因素存在，均应鼓励进行根除治疗。有胃癌家族史等高危因素的感染者强烈推荐进行根除治疗。对有抗衡因素的感染者，应由临床专家根据根除治疗带来的获益和可能带来的问题作出具体判断。

## 白皮书为精准防控提供有效指导

针对目前我国幽门螺杆菌的感染和防治现状，白皮书提出了“在预防为主、防治结合的原则下，以基层为重点，把幽门螺杆菌防治融入当地政策，多措并举，聚焦重点地区、重点人群，政府、社会、个人协同推进提高人民健康水平”的防控策略。张建中表示，这将为精准防控幽门螺杆菌提供有效指导，进一步降低中国幽门螺杆菌感染的疾病负担，推进健康中国建设。

值得注意的是，白皮书指出，人群干预策略是从整体层面降低幽门螺杆菌感染疾病负担的有效策略。整体人群干预可快速降低幽门螺杆菌感染相关胃炎和消化性溃疡的疾病负担，并对胃癌起到一级预防作用，具有突出的成本—效益优势。

张建中介绍，白皮书针对不同人群提出了不同的防治措施和建议：对于胃癌高发区的人群采取“筛查—治疗”策略，这是由于中国胃癌高发区人口集中了相当比例的胃癌病例，有研究发现，对胃癌高发区人群实施筛查和治疗措施可降低43%—52%的胃癌发生风险；对非胃癌高发区人群采取“检测—治疗”策略，这能使幽门螺杆菌感染相关消化不良患者获益，同时有助于预防大部分与幽门螺杆菌感染相关的胃癌等严重疾病的发生。

“长远来看，白皮书对于持续推进幽门螺杆菌的规范化诊疗，提高人民健康水平、延长人群健康寿命具有重要意义。”胡伏莲说，白皮书有助于完善医院对消化疾病的防治体系建设，提升医务工作者对幽门螺杆菌诊疗的救治能力，为下一步规范化诊疗工作的开展指明方向。同时，有利于进一步提高公众对幽门螺杆菌及其感染危害的客观、科学认知，加强患者对于根除幽门螺杆菌感染的重视以及致癌因素的预防筛查意识，提升患者的治疗信心。

## 健康故事汇

# 李文忠：我把中药卖到了八十多个国家

本报记者 熊建



图为李文忠早年间在阿根廷行医的场景。

受访者供图

### 去阿根廷创业

40年前，中国第一家专门收治偏瘫患者的医院诞生了。《人民日报》1985年2月12日三版上刊发了一篇报道——《让偏瘫病人站起来》，主角之一就是李文忠。当时，他和哥哥自办偏瘫康复医院、用中医方法治疗患者，引发了社会热议。《北京日报》《健康报》《瞭望》等媒体均予以报道。

“当时，好多外国人都来参观。看到中医药的神奇疗效后，就有人邀请我出去。”李文忠说，经过考察，1990年，他选择去阿根廷创业。

“中药治疗很多疾病都很有效，外国人也承认，但不能否认的是，你去人家国家宣传中药，人家认为你是来抢饭碗、抢市场的。所以，真正融入当地是很难的。”李文忠说，中医药的理论基础对中国人来说也是难以理解的，“阴阳五行、中医哲学，外国人也很难接受。”

因此，李文忠在阿根廷熬了十几年才算站稳了脚跟，秘诀就是——融入主流，回馈当地。他认为，这是中医药“走出去”必须要做到的。

李文忠属于中国改革开放后第一批富起来的人。上世纪90年代初，去南美洲闯荡时，他投入所有积蓄——40万美元，开了中药加工厂。然而，转眼就赔得血本无归。

“我是医生出身，没搞过企业，不懂企业管理，对当地的医药政策没搞清楚，语言也不通，翻译、律师都能骗你。”李文忠说，还有一个，缺少人脉，打不开局面。

李文忠说的人脉，不是花钱拉关系办事那种，而是“让人家了解你、信任你的渠道”。这种人脉，只有建立起来朋友关系才能实现；这种信任，只有长期合作才能获得。

### 用中药治好了头虱

“寺庙里的罗汉，站的站一生，坐的坐一生。”不少人都夸李文忠认命，别再干下去了。

虽然深受打击，李文忠没有放弃，而是回归老本行，在布宜诺斯艾利斯开了中医诊所行医。此外，他还开过洗衣店，办过中医学校。

通过行医，李文忠慢慢积累起人脉，信任基础逐步夯实。“当时看好了几个名人，其中有位电视台的知名主持人，他给我做了广告，后来跟当地卫生部的官员也建立起联系。”他说，接下来，他被聘为布宜诺斯艾利斯医科大学的客座教授，还到阿根廷国家电视台做过中医药讲座。

在这个过程中，李文忠始终没有忘记如何让中医药真正在阿根廷落地生根，他在观察，等待机会。

新世纪的曙光照亮了李文忠的中药之路。在他到阿根廷第11个年头时，李文忠主持研发的几款药物上市了。其中，最重要的莫过于治疗头虱的特效药。

头虱病是头虱寄生于头发和头皮部位而引起的传染性皮肤病。头虱叮咬皮肤后会产生不同程度的瘙痒和皮疹。

在南美洲，在阿根廷，头虱病在儿童群体流行甚广，是多年来困扰当地民众的痼疾。由于传染性很强，阿根廷规定，患有头虱病的孩子不得进校学习。

传统治疗头虱病的手段是用西药，但很难除根，“而且用得年头多了，头虱的耐药性大大加强了。”在李文忠看来，用中药治疗是能奏效的。

通过试验，翻查中药典籍，李文忠研制出一种制剂，效果非常明显。“我还在其中添加了冰片，因为虱子咬完的地方又肿又痒，这样就

凉飕飕的，特别舒服。”

“我希望根治阿根廷孩子的头虱病，为阿根廷做件实实在在的好事，也为中医药留个好名声。”为此，李文忠以个人名义在阿根廷成立了慈善基金会。他每年都向阿根廷的学校免费捐赠价值不菲的灭虱剂，得到阿根廷社会各界的高度赞扬。

### 又差点儿破产

头虱战役一炮打响，李文忠名声大噪，中医药声名鹊起。

“外国人为什么对中医药感兴趣?”李文忠总结道，“中药的效果，他们看到后，是从心里服气和接受的。”

同时，李文忠的企业还同步推出了治疗焦虑抑郁的药、治疗便秘的药、治疗消化道疾病的药，还有像人参蜂王浆之类的补药。

所有药的原材料都是从国内运到阿根廷，再在阿根廷的加工厂制作完成的。“中药讲道地药材，党参就得是山西的，人参就得是吉林的，川贝母就得是四川的，淮山药就得是河南的。”李文忠说，为了降低运输成本，后来就在药材产地建立提炼厂，就地加工提炼再出口。

在哪里销售，产品就要符合哪里的相关法律、政策规定。李文忠为此和阿根廷司法机关建立起联系，还被聘请为药典编辑委员会的编委。

在来阿根廷11年之后，李文忠的中药事业终于赚钱了。

好景不长。2001年，阿根廷遭遇罕见经济危机。银行冻结资金，企业大量破产。“当时从银行最多才能取出2万美元来，工资都不够发。”他说，“产品都大批量生产出来了，也搞好了营销和广告策划，投放了大量资金下去，结果货卖不出去了，积压在仓库里，差点儿破产。”

### 融入当地实现共赢

尽管几乎倾家荡产，但李文忠只有一个信念——再苦再难也要熬下去，中医药在海外推广不能半途而废。

阿根廷经济逐渐复苏后，在李文忠的大力推动下，阿根廷卫生部从法律上承认了中医药的地位。他的中医药产品也在市场上广受好评。

为进一步融入当地，李文忠在2010年前后，跟一家阿根廷百年药业巨头合作了。如此一来，中医药变成了阿根廷企业的产品，成为阿根廷民族工业的组成，真正实现了本土化。“你在人家的地盘搞销

售，竞争不过人家的。那种独特的语言、销售方式，我们无论如何是掌握不了的。”李文忠说，“我在阿根廷摸爬滚打那么多年，都只能是在社会上销售；合作之后，人家第一年就把药卖到法院了，销量增加了25%。”

“所谓融入，是要站在当地的立场上去思考。”李文忠说，“要成为一家人，取得信任，就得让人家的利益最大化，我挣钱你也挣钱，实现共赢。”

同时，在推动中阿两国医疗交流方面，李文忠不遗余力。一方面，多次促成中国中医药管理机构相关负责人访问阿根廷，与阿根廷卫生部负责人交流洽谈。另一方面，多次邀请阿根廷卫生部官员到中国考察中医药。

2012年4月，李文忠促成以阿根廷卫生部药监局局长为团长的访问团来华考察。阿方访问团不仅亲眼见到了中医药研制的现代化操作，还与中国卫生部、中医药管理局相关负责人进行了深入交流。2015年，他又促成阿根廷卫生部副部长丹尼尔来华参观访问北京中医药大学、中国中医科学院中药研究所、上海中医药大学等中医药教学科研单位。

### 老祖宗的智慧不能忘

现在的李文忠早已过了古稀之年，但精神依旧矍铄，能说一口流利的西班牙语。“不能光靠翻译，必须要学会当地的语言，才能深入地交流。”李文忠说，信任不是一两天就能建立起来的，必须几十年如一日地不断交往、不断培养。

“这30多年来，我绝大部分的时间、精力、物力、财力，都投在中医药的海外传播、研发、销售上了。”李文忠说，“生意不好时，通过门诊收集信息，了解当地的常见病、多发病是什么，了解当地人的饮食习惯、生活方式。”

李文忠发现当地人爱吃烤肉，尤其是红肉吃得很多；另外，早餐、午餐都很简单，正餐通常晚上9时、10时才开始。“大半夜吃两斤肉下去，长期如此，肥胖、消化不良等问题很多。”他说，这样有针对性地研发中药产品，就能适销对路。

《黄帝内经》有言：“夫道者，上知天文，下知地理，中知人事，可以长久。”李文忠对此深以为然。

“上知天文，掌握当地的气候条件；下知地理，了解当地的风土人情；中知人事，明了当地人的精神状态、生活习惯。”李文忠说，“中医的理论在中国适用了几千年，指导国外的行医问诊，一样管用。所以说，老祖宗的智慧，难以超越，不可轻言放弃。”

## 养生杂谈

6月6日是第28个全国“爱眼日”。全国“爱眼日”宣传教育周活动于6月3日—10日开展。今年活动的主题是“关注普遍的眼健康”。

看到主题中“普遍”二字，心中不免咯噔一下。关注普遍的眼健康，说明“眼不健康”现象是比较普遍了，不然何必关注?这与我们的日常观察相吻合。近视人群正在肉眼可见地扩容。尤以青少年群体为代表。国家卫健委调查显示，2022年全国儿童青少年总体近视率为53.6%，其中6岁儿童为14.5%，小学生为36%，初中生为71.6%，高中生为81%。

按这个比例，每年新入学的大学生里，10个有8个戴眼镜。虽然有大量的防控手段和支援策略，可以让戴眼镜人士从容处理很多对视力有要求的工作，但毕竟如果能不戴不是更好吗?

现状已经是无法改变了，因为近视一般无法治愈，只能期待后来者的视力能保持优良。但这个期待，也很难实现。

早在30年前，媒体就已经开始讨论“小眼镜”现象了。如今随着各类电子产品、移动终端的深度普及，一些孩子玩手机成瘾，一些老师布置作业高度依赖电子终端，使之成为“题海战术”的新载体，一些学校推进信息化建设，结果连原本动手动脑的课外实践也离不开显示屏……

对此应该两面看，一方面，对电子产品当然不能一概摒弃，但要严格管起来。从学校到家庭，帮助孩子建立使用规范，控制好使用时间。切不可放任孩子自己去管理，毕竟，短视频刷题题要爽多了。

另一方面，户外活动一定要有保证，多让孩子们接触大自然。这与学习、写作业绝不是非此即彼的关系。适量运动能提升学习效率，这已经是为科学所证明了的。

预防近视，需要让孩子们的目光所及更多是绿树和蓝天。在保持一定的学习强度和增加户外活动之间走好平衡木，并不是一道送分题，而是近视压力下的新课题，更是必答题。相信在各界的努力下，这一课题一定能破解。

## 如何摘掉「小眼镜」

魏昶昊