

# 共享健康，从『小环境』开始

本报记者 刘 晓



“关注小环境，共享大健康”，这是中国第30个爱国卫生月的主题。今年4月，中国各地将通过倡导垃圾分类、社会环境整治、科学健身等活动，引导公众关注身边的健康环境，践行健康生活方式理念。

“每个人都是自己健康的第一责任人”。如何从体制机制上鼓励健康行动、提升健康素质，以小环境的改善创造大健康的成果，是健康中国战略落地生根的关键。

4月15日，参赛选手在2018年北京国际长跑节—北京半程马拉松赛上。

新华社记者 鞠焕宗 摄

## 垃圾分类 改变习惯需要“硬约束”

在北京工作的媒体人小郑，如今已经习惯了将垃圾进行分类投放。“小区和写字楼里的垃圾桶都有明确的分类提示，我会提前把厨余垃圾、可回收垃圾等分装到不同的垃圾袋里。”

去年4月，中国发布《生活垃圾分类制度实施方案》，要求在全国46个城市先行实施生活垃圾分类，2020年底生活垃圾回收利用率达35%以上。近1年的时间，垃圾分类的难题正在逐步得到解决。

此次爱国卫生月期间，各地也将举办宣传活动，倡导垃圾分类，广泛普及生活垃圾分类知识，推广生活垃圾分类好的做法和模式，引导群众践行绿色生活，共建和谐宜居的生态环境。

“虽然垃圾分类的‘提示’到位了，但是习惯改变还需要时间。”小郑说，应有相关的政策和机制，鼓励分类行为、惩罚不分类行为。

北京市政府参事王维平认为，过去垃圾分类推进艰难，其中一个原因就是居民的生活习惯问题。既没有严苛的处罚，也没有诱人的利益，习惯自然难以养成。除了明确垃圾分类的奖励措施外，必须要有强制性措施。

为此，不少城市各出“奇招”。上个月，上海出台了关于垃圾分类体系建设的实施方案，加强对垃圾分类违法行为联合惩戒等“硬约束”。在上海长宁区，由党员、楼组长、居民骨干和物业人员组成的志愿者队伍，在垃圾投放时段到垃圾厢房处指导分类，并统计每家每户的垃圾投放情况。半年间，坚持垃圾分类的居民由过去的5%增长到了95%。

“垃圾分类具有公众性，每个人都得参与，这就决定了垃圾分类的长期性，必须由简入繁，逐渐推进。”王维平说。

## 全民健身 科学锻炼才能“会健身”

4月15日这天，很多人的朋友圈都被马拉松“刷屏”了。这一天，有超过26万名跑者奔赴全国各地，参加了超过40场马拉松比赛。有人说，这一天是马拉松的“春运日”；也有人说，这是一个属于马拉松的“超级周末”。

1天40多场比赛的背后，是全民健身理念的普及与全民健身风潮的汹涌。10年前，中国大众跑步才刚刚萌芽启动；5年前，全年的马拉松相关赛事刚突破两位数。而今，仅去年一年，全国各地就举办了马拉松及相关运动赛事1100场。全民健身搭建了从“健身”通往“健康”的桥梁，成为健康中国的有力支撑。而其中的要义在于，如何科学锻炼，让体育锻炼的功效发挥到最大。虽然跑步热潮席卷，赛事数量井喷，但因缺乏科学系统训练、心态急功近利等原因造成的运动损伤甚至猝死的情况时有发生。

有跑友表示，一些跑者单纯追求新鲜、刺激，缺乏系统训练和跑步习惯的养成。目前我国在跑步团队的培养和跑步文化的塑造上，与发达国家还有较大差距。

所幸，越来越多的健身爱好者开始认识到科学锻炼的重要性。他们有的在网络上、朋友圈中传播正确的健身理念；有的投身基层，成为社会体育指导员，在社区街镇指导百姓科学锻炼。

用运动锻炼推进健康关口前移，要解决“能健身”的问题，即降低消费门槛，推动公共体育设施向社会免费或低收费开放。更重要的是要解决“会健身”的问题，普及科学健身知识，加强体育运动指导。

## 厕所革命 移风易俗加快“补短板”

建设美丽乡村，是乡村振兴战略中的重要环节。近期，中国多地陆续召开2018年农村工作会议，推进乡村生态环境保护

和治理成为重点。北京市日前确定了今年1107个美丽乡村建设任务的村庄名单，重点围绕“清脏、治乱、增绿”三项要求，聚焦“厕所革命”“四好农村路”建设、垃圾污水处理等，加快补齐农村人居环境突出短板。

美丽乡村的一大重点，就是“厕所革命”。数据显示，2016年全国农村卫生厕所普及率达80.3%，健康素养逐步提升，厕所革命成为疾病防控、健康素养培养与人居环境建设等中国社会治理“大处方”的有机一环。到2020年，全国农村卫生厕所普及率要达到85%；下一步，中国将推动形成建、管、用并重的长效管理机制，进一步提升改厕质量，力争2030年实现全国无害化卫生厕所全覆盖。

今年的爱国卫生月提出，将以加强农村地区卫生厕所建设、使用、管理为重点宣传推进“厕所革命”，引导群众养成良好的卫生习惯，从源头控制疾病的传播流行，改善农村人居环境。

厕所“小环境”的改善，是提升健康卫生素养的一大步。数据显示，改厕前后中国农村居民的健康知识知晓率由70%提高到77%，饭前、便后洗手的农村居民比例分别提高了21.5%和24.9%。专家表示，全民健身素养是健康融入所有政策的生动体现，而以厕所革命为代表的爱国卫生工作发挥了“移风易俗、改造国家”的重要作用。

## 智能医疗器械 守护居民健康

大到一台CT，小到一粒胶囊，中外医疗器械企业正纷纷通过技术和数字创新，各施所长，推进医疗服务变得更智能、更精准，守护更多居民健康。

记者在近日上海举行的第79届中国国际医疗器械（春季）博览会上看到，上海逸思医疗首次展示了一台近红外荧光光学摄像系统设备，借助荧光显影剂，可在正常白光画面下以蓝色标记清晰显影前哨淋巴结、脉管、肺段等组织/器官。

“一方面帮助医生‘手术导航’，精准切除肿瘤或分离组织，另一方面帮助患者保留更多正常组织，保留更强免疫力，减少并发症，提高术后生活质量。”逸思医疗创始人聂红林说，上市后设备价格预期将比进口便宜约30%。

另外，已经实现磁控胶囊胃镜机器人出口欧洲的上海安翰医疗技术有限公司，此次带来了一个新的“胶囊机器人”。与之前用于检查的“胃镜胶囊”不同，这款“振动胶囊”首先采集人体肠道数据并进行分析，进入肠道后以适合的频率进行纯物理振动，在不破坏肠道内环境的前提下，激活肠道神经反馈，治疗和缓解顽固性便秘。

据了解，整个治疗过程在体外通过手机遥控实现，目前国内尚无同类产品上市，安翰预计年内可以投入临床应用。

除了“中国智造”，外资企业带来的新设备和新技术也备受瞩目。西门子医疗此次带来了30余项产品与服务，展示了在复合手术室解决方案、实验室自动化解决方案、影像诊断系统等领域的最新进展。西门子医疗大中华区临床治疗系统副总裁浦峰说，下一步将顺应中国分级诊疗需求，推出更多适合中国的产品。

另外，GE医疗带来了16款智慧型创新成果，其中7款为全球首发，9款中国首发。

“几年前这是不太能想象的，很多全球产品首发是在发达国家，如今实现一半的产品在中国同步首发。”GE中国总裁兼首席执行官段小缨说，中国现在是GE美国之外最大的单一国家市场。

据了解，GE医疗有三大主打数字医疗应用和解决方案：资产云管家、云心电、云影像，其中资产云管家是GE医疗在中国落地的首个数字化项目。从中国内部医院的反馈来看，总体设备运维效率提升10%。

业内人士表示，智慧医疗尽管没有具体化，但是有方向，比如诊疗、服务、管理、业务运行，都是逐步从无智慧走向更智慧。

（据新华社电 记者龚雯）



图为参加国际医疗器械博览会的厂商工作人员（中）介绍一款移动数字拍片机。新华社记者 方 喆 摄

## 中国每年新发癌症病例超350万

据新华社电（记者王宾）4月15日至21日是第24个全国肿瘤防治宣传周，主题为“科学抗癌，关爱生命”。中国科学院院士、中国医学科学院肿瘤医院院长赫捷15日表示，我国肿瘤防控需注重降低发病率、提高早诊率、提高生存率、推进服务规范化，促进全生命周期健康。

国家癌症中心统计数据表明，我国每年新发癌症病例超350万，死亡病例超200万，肺癌、乳腺癌、胃癌等是最常见的癌症。

研究显示，我国总体癌症5年生存率为30%左右，较发达国家仍有不小差距。中国工程院院士、肿瘤病理学专家程书钧说，一些基层地区肿瘤的早期筛查、诊断水平有限，患者确诊时已处于中晚期。老龄化加速、环境污染增多、高脂饮食习惯等也为肿瘤防控带来新挑战。

国务院办公厅印发的《中国防治慢性病中长期规划（2017—2025年）》提出，推广应用癌症个体化规范治疗方案，降低患者死亡率。

“实现个体化最佳治疗要做好‘顶层设计’。”中国医学科学院肿瘤医院副院长蔡建强表示，癌症防治应完善多学科团队临床诊疗规范，根据癌症种类和疾病分期决定综合治疗方案。

中国工程院院士、肿瘤内科学专家孙燕提示公众，尽量远离致癌因素，养成健康生活方式。戒烟限酒、平衡膳食、心情舒畅可有效减少癌症发生。

近日，由人民日报海外版指导、海外网主办的“健康中国：全民健康管理论坛”在北京召开，来自健康领域的专家学者以及相关企业，就“健康中国2030规划”进行深入探讨。



## 助推产业发展

“提升民族健康素养、普及全民健康管理，要把以健康为中心的大健康观、大卫生观理念融入政策制定的全过程，并且以法制来保证。”中国工程院院士、原卫生部副部长、“健康中国2020战略研究组”首席专家王陇德说。

王陇德介绍，美国、日本以及北欧的一些国家都有健康法。日本法律规定，50人以上的企业必须有一个职业委员管理健康问题。“借鉴国际经验，我们在健康促进法草案中，要求一定规模的单位、企业，必须设立健康管理委员会或者健康职能委员”。

在谈及健康产业发展时，国家发改委社会发展司司长欧晓理表示，投资健康产业可以有效提高劳动生产力，对人口老龄化有重要影响。同时可以解决群众的后顾之忧，努力释放其他领域的投资和消费需求。

欧晓理认为，健康产业发展需要总体推进供给侧结构性改革，消除制约产业发展的障碍。需要

大幅取消和下放涉及健康产业的决策，放宽市场准入，同步加强事中事后监管，营造共同进步的市场环境。

全国政协委员、国务院发展研究中心原副主任侯云春谈到，智能化、网络化的迅速发展和交叉应用，让健康管理水平的提升找到了可以依靠的先进技术。在这种情况下，健康产业非常有发展潜力，医疗器械、药物、医疗服务等多个亟待开发的领域都孕育着巨大的商机。

人民日报海外版副总编辑王咏赋在致辞中指出，在健康中国大战略背景下，推进健康中国品牌建设是大势所趋，媒体要关注健康领域自主品牌的成长，讲好健康品牌故事，以标杆力量促进一批健康企业做大做强，让健康产业筋骨强健、加快发展。

## 实现中国模式

健康产业发展如何才能实现“中国模式”？中国投资协会副会长刘韧表示，要建立健全促进健康产业有序发展的法律法规，借鉴国外

经验和教训，挖掘现有的资源特别是中医药资源。

刘韧建议，国家应设立助力健康产业发展基金，金融机构应对健康产业的好项目给予支持，提供优惠贷款，有关部门也可以为优秀的健康项目提供税收减免优惠。

中国外商投资企业协会药品研制和开发行业委员会执行总裁康书说，中国卫生总费用2016年占GDP的6.3%，而在发达国家约占10%。中国健康产业的总量和结构还有待改善，在保健和健康管理、长期护理上投入还不够。因此，中国需要一个创新驱动并能确保人民对优质健康产品和服务可及性的健康产业。而实现这一目标的关键，就是进一步完善医药创新生态系统。

美年大健康副董事长郭美玲表示，中国提出从以治疗为中心转向以大健康为中心，这对于企业经营者来讲是很好的机会。中国人口基数大，医疗资源紧张，医疗保障、保险短缺，要真正地解决大健康的问题，必须从预防端入手、从健康教育入手。

## 借力科技创新

“中国要想与其他国家携手为世界发展做出更大贡献，必须在生命科学和健康领域有更大的建树，占有一席之地。”谈及如何通过科技创新落实健康中国战略，科技部中国科学技术发展战略研究院副院长王宏广说。

王宏广强调，大数据、人工智能和穿戴设备能够更加准确地把握人体的生命规律，而下一步将探究蛋白质结构、脂肪结构、分子结构、生命代谢规律的发展。

原国家食品药品监督管理局医疗器械分类技术委员会中医疗器械组组长张启明说，信息技术、数据处理技术和信号采集技术的完善，为中医医疗器械的发展创造了机遇，为人体新陈代谢及其调节能力的创新检测提供了帮助。

张启明认为，现代医学更关注人体相对稳定的物质改变引起的功能改变，而中医及可穿戴设备更注重通过人体新陈代谢及其调节的检测来反映人体健康状况的变化。“两者相互配合，更能反映出一个人的健康状况。”

## 普及健康管理 弘扬健康之风

本报记者 刘 晓