

科学规划健康生活 有效传播健康理念 首届科学与大健康高端论坛在京举办

■梓涵 张芸帆

11月1日,首届科学与大健康高端论坛在北京举办。论坛旨在践行健康中国战略,凝聚各方资源,围绕“疫情常态化防控下全民健康”主题,聚焦我国疫情常态化防控下大健康产业高质量发展和疾病防控等方面的新趋势、新成果,着力助推大众科学规划健康生活,有效传播普及卫生健康理念,大力促进健康产业和中医药高质量发展。

全国政协副主席、民盟中央常务副主席陈晓光宣布论坛开幕。

十一届全国政协副主席李金华,原国家卫计委副主任、中国卫生信息与健康医疗大数据学会会长金小桃,“人民英雄”国家荣誉称号获得者、中国工程院院士、天津中医药大学校长张伯礼,中国工程院院士、国医大师王琦,中国城市报社总经理常亮,《科学与大健康》总策划梓涵等共同启动首届科学与大健康高端论坛。该论坛今后将每年举办一届。

中国城市报社总编辑杜英姿在致辞时建议,当前和今后,在疫情常态化防控背景下,要大力宣传普及防病知识和措施,做到努力促进全民参与,实现预防为主。她介绍,中国城市报社在财政部、国家市场监督管理总局、国家标准委、中国品牌促进会支持下,成功研制了我园第一个《品牌评价 城市》国家标准,依据该标准和国家统计局数据多次成功发布全国城市品牌排名,同时成功推进了中国健康小城、长寿之乡品牌促进工作。

金小桃在致辞中指出,在这场抗疫的战斗中,尊重科学是党和人民所遵循的重要准则,要用科学指导我们的生活工作,用科学规范我们的健康事业。

全国政协委员、民盟中央卫生与健康委员会主任、北京大学肿瘤医院院长季加孚认为,在疫情防控常态化背景下,具有中国特色的中医药发挥了重大作用。

张伯礼在主题发言环节表示,中医药全程参与新冠肺炎疫情防控工作,在抗击疫情中作出了突出贡献;中西医结合救治,提高了救治率,降低了死亡率。他指出,常态化防控下的多



首届科学与大健康高端论坛会场。李明放摄

点散发和局部聚集性暴发将成为今后的常态。人们要坚持少聚集、勤洗手、戴口罩,克服麻痹思想。

王琦分析了大健康产业趋势,认为不同人群、不同职业、不同个体面临不同的健康问题。老龄化社会带来大病、慢性病攀升,要从以治病为中心转变为以人民健康为中心,关注不同群体、不同个体的健康水平、状态及所处环境与健康关系的总和。王琦指出,全社会要转变理念,增强创新能力,用科技创新破解大健康问题,推动大健康产业升级转型。

江苏省溧阳市副市长陆慧琦介绍了长寿康养市情。作为长三角生态创新示范城市,溧阳市具有丰富的康养产品、宜居的生态环境和便利的投资条件,已经打造成为休闲康养的胜地。

河北省安国市副市长刘婷介绍了该市数字化中医药体系建设情况,提出坚守中医药本源正道,注入时代创新元素,确立了“种好药、做好药、卖好药、用好药”发展理念,聚力缔造国家级现代中医药产业创新之都。

成都华神科技集团医药研究院院长林大胜分享了三七通舒胶囊欧盟注册进程,提出要用健康生活方式整合解决方案,构建健康服务生态圈,助推中医药产业国际化、标准化进程。

以“新时代中医药守正创

新之路”为主题的第一论坛由“肉苁蓉之父”、北京大学药学院教授、北京大学创新药物研究院副院长屠鹏飞主持,9位著名医学大家及知名中医医师进行了热烈交流。

中国老年医学学会会长、北京301医院原副院长范利提出,独居、高龄、失能等慢性病老年人极易发生心脑血管急症,要科学构建基于可穿戴设备加全维健康的老年共病数字诊疗技术与评价模式,构建共病防控模式,提高老年人群的主动健康水平。

全国政协委员、中国中医科学院首席研究员、广安门医院原院长王阶认为,随着秋冬季节的到来,人们应增加防病意识,利用中医药增强人民体质,提高免疫力,把保健养生普遍知识和个人情况结合起来,科学养生。

中日友好医院中医呼吸科主任张舒难介绍了中医药防治新冠肺炎的概况与特色,提出中医药预防原则是因入而异。应针对“短板”,健康成年人不建议服用中药预防,高危人群(高龄、慢性病等)、密接人群(医务人员等)可酌情用药预防。

北京医院肾内科主任、全国三八红旗手、“一线医务人员抗疫巾帼英雄”毛永辉提出,了解肾脏病离自己有多远非常重要,因此要大力推进肾脏科普。

北京协和医院内分泌科主任医师、民盟中央卫生与健康委员会副主任、北京协和医院

垂体一性腺学组负责人伍学炎认为,激素平衡是健康根基,可以通过调节激素重建功能。他认为,通过激素“扶贫”,可促进生命发育,能够更加健康成长。

北京医院呼吸与危重症医学科副主任柯会星介绍了疫情防控常态化下呼吸系统常见病的管理,并表示对于疫情要继续外防输入,内防反弹,联防联控,群防群治。流感季节,要积极做好个人防护,减少聚会,保证健康生活。

全国人大代表、民盟中央农业委员会副主任、陕西省林业局副局长管林森提出,要高度重视全民食品安全与森林康养,走近大自然,到森林中去深呼吸,森林康养将是今后消费的必然趋势。

中国中医科学院广安门医院泌尿外科主任医师卢建新介绍了膀胱肿瘤的中西医结合治疗的新探索,认为中药能够有效防治膀胱肿瘤,如围手术期调理、放疗化疗减毒增效、膀胱灌注治疗导致的下尿路症状,预防复发。

北京科技大学大健康学院院长长温建民以骨质疏松症防治为题,介绍了骨质疏松的分类、原因和临床表现,提出要加强生活引导,合理膳食,适量运动,加强骨质增生的预防。

以“疫情防控常态化下全民营养与健康新选择”为主题的第二主论坛,由《中华临床营养杂志》副主编、北京协和医院临床营养科教授于康主持。

中国卫生信息与健康医疗大数据学会副会长、江苏省医学学会会长王咏日提出,充分利用区块链、数字技术、新设备,将信息科技引入医疗保健领域,可大大提高我国医疗卫生水平,惠及亿万人民。

北京301医院营养科副主任医师刘英华从临床常见的病例出发,阐述科学营养的重要性,提出科学营养助力健康的理念。

浙江寿仙谷药业股份有限公司总裁宋涛介绍了该公司通过守正创新,打造育种、深加工、标准制定等灵芝全产业链,研制有效成分纯度提高十倍的去壁灵芝孢子粉,助力中国品牌走向世界。

于康提出,健康中国,营养先行。目前,我国腹型肥胖人数达到了2.8亿人,饮食不健康人数更多。因此,要进行荤素搭配,减少油盐,做好健康管理。

国家级名医、中国中医科学院广安门医院风湿免疫科主任医师冯兴华,北京协和医院呼吸内科主任医师徐作军,整合中药学研究中心副主任、中国中医科学院中药研究所研究员许海玉,四川华西医院临床营养科主任胡雯,北京医院中医科副主任医师张军等进行了书面发言。

论坛上,中国城市报和《科学与大健康》融媒体中心宣布合办《科学与大健康》月末刊,开设“名家谈健康”“你的职业与健康”等栏目,共同传播科学、权威、实用的康养知识。

论坛还为天士力、浙江寿仙谷药业股份有限公司、北京康益德中西医结合肺科医院和成都华神科技集团股份有限公司颁发了科学与大健康论坛战略合作暨贡献奖。

“五色交辉,相得益彰;八音合奏,终和且平。”中国工程院院士、原铁道部副部长、中国铁道学会理事长孙永福等参会嘉宾还进行了深入地交流互动,现场气氛热烈。多位院士、国医大师题词祝贺,更加凸显了科学与大健康的重要意义。

本届论坛由国家卫生健康委人口文化发展中心、民盟中央卫生与健康委员会、中国优质农产品开发服务协会指导,中国城市报社、《科学与大健康》高峰论坛组委会共同主办,组分中药国家重点实验室、江苏省溧阳市人民政府协办。

权威观点



我们团队通过临床流调明确了新冠肺炎为“湿毒疫”,属于“疫病”范畴。湿毒是核

心要素,夹热、夹温、夹燥、夹寒等兼夹发病是临床特征。该病具有起病隐匿、症状多变、黏腻胶着、缠绵难愈的特点。

中医药早期介入、全程参与新冠肺炎疫情治疗具有四个突出贡献:一是对确诊患者、疑似患者、发热患者、密切接触者“四类人”集中隔离,普遍服用中药,有效阻断了疫情扩展和蔓延;二是中医药方舱综合治疗轻病普通患者,显著降低了转重率;三是对重症患者中西医结合

救治,提高了治愈率,降低了死亡率;四是在恢复期采用中西医结合康复治疗方案,综合治理,促进一大批患者完全康复。

“大疫出良药”,历代很多有效的方药都是在疫情中筛选出来的,这次也应该出一批好药。在国家中医药管理局组织下,筛选出来“三方三方”,这些药经过临床评价,疗效可靠,证据成链。

常态化防控下的多点散发和局部小规模聚集性暴发将成为今后常态。对比武汉华

南海鲜市场、北京新发地海鲜市场、大连海鲜市场、青岛海鲜市场疫情,我们发现问题是出在来自高风险地区、经过长途冷链物流的海鲜上及牛羊肉上,病毒在低温环境下,在物体表面可以长期存活,并保持其传染性。对此,我们向中央及海关提出了相应的应对策略:一是检疫关口前移,登机检查加大抽检密度,熔断发现病毒产品国家和地区的进口;二是运输、销售、加工处理这类产品要戴帽子、口罩、

手套,处理后丢弃在专门处理箱中;三是来自海外高风险地区地区的邮件、包裹也要做表面消杀。

世纪瘟疫,肆虐全球,造成了人类重大死亡,重创各国的经济社会发展,加剧了百年之大变革的不稳定性,令世界动荡不安。目前我们应总结经验,尽快补齐短板,加快建设应急响应和防控救治体系;发挥中西医结合优势,迎接今年秋冬可能的反弹。我们有信心夺取抗击疫情的最后胜利!

弘扬抗疫精神 坚定文化自信

“人民英雄”国家荣誉称号获得者、中国工程院院士、天津中医药大学校长 张伯礼

行业声音

构建多层次医养服务新生态

民盟成都高新区主委,成都华神科技股份有限公司董事长、总裁 黄明良



当前,老龄化成为我国社会最大基本国情之一。改革开放以来,我国经济社会取得长足进步,医疗卫生事业和健康服务水平得到提高,人口预期寿命大幅度提升至77岁。截至2019年底,我国60岁以上的老年人达到2.54亿,占总人口比例为18.1%,65岁以上老年人口数量约为1.76亿,占总人口的比例为12.6%。预计到2030年以后,我国65岁以上的老年人占比将超过20%,我国将进入重度老龄化社会。如何以创新的方式解决老龄化所带来的系列社会问题?对全社会和构成这个社会的每一个组织或企业来说都是巨大的挑战,但同时也是空前的机遇。

对此,我们应该构建以医疗为核心的整体化医养结合

解决方案。老年人具有身体机能退化、抗病能力差、疾病易发的特点,决定了养老必然是建立在良好的医疗服务体系的基础上。老龄化是一个复杂的综合社会问题,应对这一复杂问题,必然要以系统性的方案来解决。针对我国养老国情,我主张打造以中医为特色的医疗服务内核,构建新型社区中医连锁诊所、城市医养照护机构及持续照料社区多层次养老机构,带动现代中药、生物制药、特医食品、中医药膳食、保健饮品养老相关产业的协同发展,构建医、养、产于一体的多层次、多维度医养服务生态。

新型社区中医诊所连锁以中医MDT(多学科联合诊疗)诊疗为特色,运用“一针二灸三推四汤五药”法,以连锁超市模式下沉到居民社区,为医养人群提供包括中医特色的家庭医生健康管理、慢性疾病管理、亚健康调理、家庭健康保健等基础医疗服务,成为广大医养人群的社区基石。

城市医养照护机构以中医为特色,结合现代康复医学、老年医学、心理学等,以专业医疗服务为依托对老人进行养老、护理照护及临终关怀等服务。工作日,老人的家属可利用下班时间实现对老人的日常探望与陪伴;节假日,

在老人身体条件允许的情况下,家人还可将老人接回家共享天伦之乐,实现“离家不离亲”的医养模式,老人身心均得到良好照护。

持续照料社区(CCRC)是一种复合型医养社区,实现老年人社交流,让老人在熟悉的社区环境中完成老年生活各个阶段的平滑转换。社区配备以中医为特色的中西医结合专业医疗机构,为社区老人提供基础、康复、心理医疗服务。社区针对活力、半失能、失能失智等不同照护需求等级的老人,将老人居住区分为自理区、介助区、护理区三种类型。社区设置娱乐、运动场所,重视老人精神生活家园建设,设置图书室、书画室、音乐室、戏曲室等文化与宗教活动场所。

提升老人社会价值感,发挥老人自我服务能力。在CCRC中建设农趣生态果蔬农场及老年创作空间、才艺工坊,建立时间银行,提倡老人将劳动成果、参与社区管理服务工时兑换成时间存入时间银行换取并享受服务;鼓励老人自助组建兴趣小组,在专业兴趣老师指导下开展兴趣互助学习班。

开发银发人力资源,发掘银发宝藏。老人在退休以后,工作能力不会直接退化,经过几十年工作积累,其在专业知

识经验上十分丰富,在智力型的工作上往往能提供优质的参谋顾问服务。通过多层次养老生态体系的建设,将大量老年人力资源聚集起来,建立老年人力资源服务平台,当好老年人力资源经纪人。一方面为社会提供具有丰富经验的智库服务,另一方面也为有工作意愿的老人提供再次实现自身价值的放心渠道。

生态共享,资源互通。我们可以通过打造多层次医养机构,形成生态效应。在服务上,医养人群可根据老年生活的不同阶段与状态,可在系统内的机构有序自由流动。源于制药行业从业经验,我深知好医还

需好药才能发挥最好的效果。医养服务生态中健康产品也同样服务的重要支撑,一旦形成产业规模优势,就能为系统内的健康产品赋能医养服务,让广大的医养群体享受到“质优价优”的健康产品。充分运用系统自身优势,创造性构建以医养服务为基础,带动健康产品产业发展,搭建老年人力资源价值实现平台,搭建老年人身体、心理健康和老年价值自我实现医养生态圈,是未来医养产业发展的一条重要路径。通过上述模式及平台,能进一步将老有所养、老有所能、老有所医落到实处并开花散叶。



(梓涵 张芸帆整理报道)