

市民健康素养逐年提升 健康知识水平参差不齐

50.3% 居民不懂如何选购包装食品

本报讯（记者 施捷）上海市民健康素养水平在过去的 9 年时间提升了 15.10%，平均每年提升 1.68%。与此同时，居民对各类健康知识的掌握水平仍呈参差不齐状态。

记者从今天上午第二十七届上海市健康教育周活动获悉，近年来，本市逐步建立起政府主导、多部门合作、专业机构支持、全社会参与的健康素养促进机制与体制。其中包括市政府每年结合不同健康主题，向全市居民家庭发放健康大礼包；各级医疗机构、疾病预防控制中心和健康教育中心专业机构通力合作，通过卫生日大型宣传活动、大讲堂、专家巡讲等方式大力普及健康素养 66 条等。

有关部门今天公布的市民健康素养监测数据显示：

■ 在防病知识方面，有 51.5% 的居民错误认为在咳嗽、打喷嚏时应用手直接捂住口鼻，只有 29.2% 的居民知道应该用手帕、纸巾或胳膊肘弯处捂住口鼻；45.1% 的居民不知道国家免费提供抗结核药物；79.0% 的居民错误认为骨质疏松是人衰老的正常生理现象，只有

“上海市健康教育周”上午启动

本报讯（记者 施捷）以“共建健康城市·共享健康生活”为主题，由市卫生计生委、市爱卫办主办的第二十七届上海市健康教育周活动今天上午启动。

本市一年一度健康教育周活动起始于上世纪 90 年代。历年来，这项全市性的活动紧紧围绕环境卫生、传染病防控、慢病自我保健、把住病从口入关、共筑健康社区以及健康城市建设等不同主题展开，旨在提高市民防病保健意识，增强政府对健康教育工作的关注程度，增加健康教育专兼

职人员的责任感，促进社会各机构在健康教育与健康促进工作中的团结协作。

今年的健康教育周集中在贯彻落实中共中央、国务院印发的《“健康中国 2030”规划纲要》精神，同时结合第九届全球健康促进大会《健康城市上海共识》理念，推进“健康上海”建设实施。其间除公布最新健康素养监测、控烟监测数据等，还将通过“共建智慧健康校园”“共建绿色健康环境”“共建和谐健康家园”“共建安全健康交通”等一系列活

动，以及市民“重点疾病防治知识竞赛”微信答题活动等，进一步做好冬春季各类流感和呼吸道传染病的有效防控、社会卫生环境污染的有效控制和城市交通的有效改善。

与此同时，本届健康教育周活动还将对上海医药卫生年度优秀新闻作品、第四届上海市健康传播设计大赛、上海市初中学生控烟书画作品征集大赛、上海市健康促进志愿者 2016 年度优秀组织奖和“十佳”健康促进志愿者等进行表彰。

11.2% 的居民知道饮奶、多运动可以预防骨质疏松。

■ 在食品安全方面，50.3% 的居民不能正确回答选购包装食品注意事项；还有 4.1% 的居民认为病死禽畜可以吃。

■ 在科学就医方面，当出现发热症状后，74.2% 的居民能够及时

找医生看病，但仍有 14.5% 的居民选择观察观察再说，9.8% 的居民根据以往经验，自行服用退烧药。

■ 在合理用药方面，对于 OTC 标志，只有 31.3% 的居民知道它是非处方药的标志，24.5% 的居民错误认为它是处方药标志，还有 3.6% 的人认为它是保健品标志，有 40.7%

完全不知道它代表什么意义。

■ 在安全与急救方面，11.2% 的居民尚未掌握正确的火灾逃生方法；17.4% 的居民不知道抢救煤气中毒人员应先将其移到通风处；33.3% 的居民未掌握“呼吸、心跳骤停伤病员应急处理”方法。

关于健康的四大基石“适量运

动、合理营养、戒烟限酒、心理平衡”，居民在认知上还存在一些不足。36.0% 的居民不知道促进心理健康的方法；47.9% 的居民不知道运动对健康的好处；79.6% 的居民不知道吃大豆制品的好处；18.5% 的居民不知道水果不能代替蔬菜；45.0% 的居民不能正确认识吸烟的危害。

上海市健康教育所在全市范围内开展成人烟草流行情况监测，调查结果显示：目前本市成人吸烟率为 23.3%。按上海市 15-69 岁常住人口计算，目前上海市吸烟者有 489.60 万，男性吸烟率为 46.8%，女性吸烟率为 2.0%。开始吸烟的最小年龄为 10 岁，开始每天吸烟的最小年龄为 14 岁。

市民对于吸烟可导致中风（脑卒中、脑血栓）、心脏病发作和阳痿的知晓率分别为 64.0%、62.3% 和 38.6%；二手烟可导致成人心脏疾病、儿童肺部疾病和成人肺癌的知晓率分别为 63.0%、81.7% 和 87.4%。相比普通卷烟，对于标明低焦油含量卷烟的危害并不小的知晓率仅有 28.8%，对于特制卷烟危害并不小的知晓率也仅有 36.3%。

首届区域名医出炉

夯实分级诊疗基础

本报讯（记者 左妍）首届“区域名医”评选结果上周出炉：20 位“区域名医”获得者、20 位提名奖从上万名区级医疗机构的医生中诞生，获奖者覆盖全市所有区。市卫计委负责人表示，区级医院承担着分级诊疗制度中的重要角色，为居民健康提供科学、就近、合理的医疗服务。

市中西医结合医院主任医师曹烨民本次高票获评“区域名医”。多年来，他主创的“糖尿病足肌腱变性坏死-奚氏筋疽诊疗方案”，已被国家中医药管理局认可，并在全国推广验证。

同样被评为“区域名医”的浦东

新区周浦医院心内科主任医师宁忠平，从事心脏介入诊疗近 20 年，累计完成各类心脏介入手术 1 万余例，尤其对复杂冠脉病变介入治疗经验丰富，亲自指导过国内 40 余家医院开展心脏介入手术。

市卫计委相关负责人表示，如今申城的区级医院逐渐形成了自身的特色品牌，如普陀区中心医院眼科、浦南医院神经外科、第七人民医院康复科、中西医结合医院脉管病科等，一批具有优势的医学重点学科，切实提升了区级医院诊治水平，由此促进了患者就诊的合理分流。（区域名医名单详见 B2 至 B3 版）



神圣职业在此起步

“健康所系，性命相托。当我步入神圣医学学府的时刻，谨庄严宣誓，我志愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德……”在学年的最后一天，上海健康医学院 104 位首届临床医学本科新生从老师手中接过象征医学使命的白袍，举起右手庄严宣誓。学生们还在当天寄出“给五年后自己的一封信”，敦促自己更好地规划大学生活，努力进取。仪式上，教师们还向新生道出寄语，这些“学医应该知道的事”，帮助他们开启医学之路。 本报记者 易蓉 孙中钦 摄影报道

（上接第二版）面对新形势新要求，要始终保持清醒头脑和忧患意识，始终看到工作中的不足、问题和挑战，始终按照中央要求稳中求进、进中提质，不断推进上海改革发展稳定各项工作再上新台阶，当好全国改革开放排头兵、创新发展先行者。

韩正指出，习近平总书记的重要指示和李克强总理的重要批示，对上海自贸试验区三年来的建设成效给予充分肯定，这既是鼓励、更是鞭策，为我们深化自贸试验区改革试点指明了方向。成绩代表过去，关键是在现有基础上不断前进。浦东新区要当好改革开放排头兵中的排头兵、创新发展先行者中的先行者，继续在解放思想改革开放、创新驱动发展、创新社会治理改善民生、从严管党治党上走在前

列，在探索地方一级政府管理体制和监管模式上闯出一条新路，深化政府职能转变，打造提升政府治理能力的政府再造区。

韩正强调，探索开放型经济下的政府管理新体制，核心是处理好政府和市场的关系，更好发挥市场在资源配置中的决定性作用和更好发挥政府作用，建设高效市场和有为政府；根本是转变政府职能，不适应市场经济规律、不适应创新发展要求的，都要改革，对标国际最高标准，按照建设开放度最高的自贸试验区要求，找到问题短板，不断攻坚克难；关键是强化改革创新系统集成，完整体现地方一级政府符合社会主义市场经济体制、全面提升治理水平能力的政府职能。这项工作没有参照、没有先例、

也没有借鉴，需要自我革新的精神，一切不符合社会主义市场经济规律的思想观念都要坚决摒弃，一切制约发展的体制机制弊端都要大胆革除，一切束缚创新创业创造手脚的政府管理方式都要彻底改变，把自我革新精神贯穿到各项工作之中。

韩正强调，人民群众的愿望就是我们的奋斗目标。新形势下，我们做好各项工作都要更加符合群众的期盼和呼声，市民的呼声应当成为我们的行动。希望人大代表更加紧密联系社区、联系群众，把人民群众最关心的问题带到会上，形成共识与合力，成为党和政府的行动，把上海各方面工作做得更好，不辜负全市人民的希望，不辜负党中央的厚望。

儿童医院开发儿童发育家庭评估软件

教家长监测孩子身高

本报讯（记者 左妍 通讯员 钮骏）身高已经成为孩子生长发育的关键热词，但很多家长不会监测孩子身高。昨天，上海市儿童医院泸定路院区举行了“我的宝贝·我测评”（0-18 岁）儿童生长发育家庭评估应用发布活动。儿童医院院长于广军介绍，儿童医院开发了一款（0-18 岁）儿童生长发育家庭评估应用，目前已有 6 万多名家长试用。该软件可估算出孩子生长发育处在同龄孩子的哪个阶段，低于正常值应带孩子就诊或咨询专家。

市儿童医院内分泌科主任李娣教授强调，家长要掌握儿童生长发育规律，要科学正确对待儿童身高这件事。“孩子能长多高，影响因素很多，其中多数人遗传因素占了 70%，其计算公式男孩子是父母身高之和除以 2 加 6.5，女孩则需要减

去 6.5，这就是孩子的遗传身高。”

李娣介绍，睡眠、运动、营养以及严重偏食也会影响孩子正常身高。“首先要关注孩子的发育规律，不该发育的时候发育了就是性早熟，会影响孩子身高；该发育的时候不发育是性发育不良，也会影响身高，尤其是部分孩子生长激素缺乏，需要及时干预。”李娣介绍，还需要关注孩子的睡眠，一般学龄期孩子要保证晚上 9 小时睡眠时间，只有深度睡眠才能促进机体生长激素的分泌；另外需要引导孩子多运动、合理饮食获取足够的蛋白质和钙、磷等物质。

上海市经济管理学校

重视人文素养 引领人生发展

www.sems.cn