



第九届全球健康促进大会

特别报道

与会中外嘉宾赴上海 16 个区走访社区企业学校

让世界各地分享“健康上海经验”

寒风和冷雨阻挡不了嘉宾的热情。昨天是第九届全球健康促进大会“中国国家日”，中外嘉宾兵分多路，来到上海 16 个区参观学习上海在健康促进领域的经验。本报记者跟随巴基斯坦、土库曼斯坦嘉宾前往普陀区。放眼全区，从健康社区到企业、学校，社会的健康细胞正在被充分激活，获得嘉宾的好评。

走进石泉路街道品尊国际居民区，嘉宾们立即感受到朝气与热情。一位头发花白的阿姨激动地说：“我特别要感谢我所在的健康自我管理小组，它让我转变错误观念，养成健康的生活方式！”品尊国际健康自我管理小组共有 20 名组员，其中不乏高血压、糖尿病、心脏病、关节炎、颈椎病等慢性病患者。

组长聂晓波表示，小组有针对性地开展健康干预活动，听取医生建议，制定个人健康自我管理年度计划，通过健康菜肴、健康操等活动普及健康保健知识，大家还在微信群里互相鼓励。如今，小组慢性病指标抽查不合格率明显下降。

像这样的居民健康自我管理小组，普陀区已有 916 个，覆盖所有居委会。这种模式引起了土库曼斯坦嘉宾的好奇，她赞美这群老人“像年轻人一样有活力”，同时惊讶于他们



外国嘉宾昨天参观梦清园纪念馆

本报记者 陈梦泽 摄

“对健康知识竟如此了解”。

嘉宾一行人还来到上海化工研究院参观。虽和“化工”沾边，但企业

整洁有序，俨然一座绿色花园。企业负责人介绍，由于化工行业的特殊性，职工身边有许多潜在的危险因

素，化工院正在建设张江科技园区普陀生物医药科技分园，园区加大绿化覆盖，建设保健站、健身步道，

并按相关标准提升餐饮质量。看到员工食堂楼上有个巨大的室内运动馆，嘉宾连连称赞，“如此好的运动条件，让人羡慕！”

在普陀区金沙江路小学，老师向嘉宾介绍了“快乐足球”、“机器人”、“书法”、“有机小农夫”、“创意工作坊”等特色课程。而为了控制学生近视发病率，学校调整班级光源强度，将第一排桌椅与黑板的距离调整为 2 米。学校健康促进工作用了仅仅几年时间就带来巨大改变。

分赴上海其他各区考察的健康促进领域专家，亲眼目睹了中国特色的健康促进行动与成效，同样留下了深刻印象。“健康促进，需要不同社会成员发挥作用，企业做好管理，老百姓管住自己，社会组织再贡献一份力量。”嘉宾指出，上海健康促进工作充满亮点。

活动结束后，世卫组织一位官员感慨：“在美国，一些老人感到孤独，但中国，老人们聚在社区里一起活动，发自内心的感到快乐。”上海的健康促进工作令人惊喜，他们看到了一个健康、积极的城市，一个健康、和谐的社区，一群健康、快乐的人们。

本报记者 左妍

从重视疾病转向提高生存质量 中医“治未病”大有作为

第九届全球健康促进大会期间，中医药文化吸引了全世界目光。昨天的“中医药发展”平行论坛上，国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长王国强倡议，发挥传统医学在健康促进方面的作用，在维护健康、防治疾病方面发挥更大作用。

中医药引世人瞩目

王国强指出，中医药不仅是中华民族的瑰宝，也是中国对人类健康的贡献，对一些国家的传统医学也产生了深远的影响。世界卫生组织传统医学与补充医学处处长张奇也说，目前传统医药受到了全球青睐，在非洲、亚洲、澳大利亚和北美，越来越多的人采用传统医药治疗方法。

上海中医药大学教授、中国科学院院士陈凯先说，过去几千年，中医药为健康保健作出了不可磨灭的贡献。晋代葛洪最早提出用含碘的食物治疗甲状腺疾病；中国首先使用人痘进行天花免疫，并在 17 世纪普遍运用和推广这项技术，是中国对人工特异性免疫一项重大贡献。中医药在现代疾病治疗方面仍发挥着重要作用，如上海中医药大学附属龙华医院刘湘湘教授领衔的扶正化痰方治疗慢性肝纤维化，如今在美国已经完成二期临床，三期临床正在进行。

中西并重促进健康

中国中医科学院院长、中国工程院院士张伯礼说，医学目的从“治人的病”转向“治病的人”，从“重视

疾病”转向关注“生存质量”，从重视躯体疾病到重视人的心理失衡。用中国式办法解决好医改这个世界性难题，就是“中西并重，预防为主”。

今年，全国卫生与健康大会提出，中西并重是我国的显著优势。国务院制定了中医药健康服务发展规划，从中医的养生保健、治疗、康复、养老服务等方面做作部署，扩大服务半径。王国强说，覆盖全国的中医医疗服务体系，以简、便、廉、验的特色，有效降低了医疗费用。

“治未病”层层推广

论坛中，上海市长宁区区长顾洪辉介绍，长宁区 2009 年正式启动“治未病”健康工程，2011 年被国家中医药管理局确定为首批区域“治未病”预防保健服务试点区。将辖区内公共卫生资源进行有效整合，形成“1+2+10+40+X”的服务体系，即建立 1 个区级中医预防保健服务的常设专业管理机构，负责“治未病”工作的综合协调和业务管理；依托区属二级三级中医医疗机构，建设 2 个“治未病”中心，为基层提供技术支持；扶持 10 家社区卫生服务中心、40 家社区卫生服务站作为基础网底。截至 2015 年底，54 万人次接受了中医体质辨识及健康服务指导，184 万人次接受了中医药技术的干预。

甘肃省定西市市长唐晓明介绍，他们用最简单办法解决老百姓基本健康问题：对 55 岁以上男性及 45 岁以上女性群体进行“拉网式”体检，建立健康档案，并用中医手段辨识体质。 本报记者 左妍 施捷

新民健康大讲堂三年举办 39 届 打造惠民健康科普平台

健康上海

今天，第九届全球健康促进大会在沪闭幕。上海打造健康城市的经验获得称赞，各部门在健康促进领域的努力有目共睹。作为上海主流媒体，新民晚报一直以来注重民生热点，打造读者喜爱的栏目品牌。2013 年元月起，本报和市卫生计生委、市体育局等联手推出“新民健康大讲堂”，打造惠及市民的健康科普平台，助力市民健康素养提升。

健康知识送到社区

随着百姓健康意识和需求的不断提高，健康教育在服务意识、服务能力方面的不足逐渐显现。为使广大居民掌握健康常识，提高自我保健能力，“新民健康大讲堂”坚持每月一期一个主题，深入社区、学校、企业，邀请医疗健康领域的权威专家，为市民送去贴心的关怀，带去精彩的健康讲座。

首届大讲堂就请到了中国工程院院士、市第九人民医院的戴尅戎教授，讲述运动和骨骼之间的关系；著名田径教练孙海平也做客新民健康大讲堂，传授正确的锻炼方法。此后，孙颖浩、宁光等院士，陶璐娜、孙祥等体育明星来到新民健康大讲堂，与听众互动交流。

至今，新民健康大讲堂已举办了 39 届，内容涉及健康保健和疾病预防治疗的方方面面，包括膏方养生、健康生活、合理膳食、关节保

护、糖尿病防治、心血管疾病预防等，同时结合时令、卫生节日等向市民提供免费咨询和义诊活动，深受市民欢迎。上海市健康教育所所长顾沈兵说，新民健康大讲堂的专家讲座内容丰富、科学严谨、语言朴实、通俗易懂，健康科普知识使群众受益匪浅。

提升市民健康素养

平时，医生出门诊的时间，面前的患者希望细致咨询，而候诊的患者则希望前面的人快些、再快些，医患沟通的时间十分有限，医生无奈，患者失望。新民健康大讲堂的开设，给了医患一个沟通的平台，也实实在在拉近了医生与患者的距离。

曾有一名听众在现场激动地说，“挂专家号要排队一个月，没想到在这里免费听专家讲课 1 个多小时，还能面对面提问，这样的机会太难得了！”不少承办活动的医院透露，健康大讲堂让医院的知名度、美誉度提升，也让医院的专家更热衷于做公益科普。每次讲座办完，总有患者慕名前去找专家看病。

对于听众来说，通过新民健康大讲堂可以学到专业权威的疾病预防知识，培养良好的生活习惯，走出养生误区。比如，通过讲座可以知道“痛风不仅仅是吃出来的毛病”、“盲目跑步可能会对膝盖造成不可逆转的损害”等。作为一项科普教育公益服务，新民健康大讲堂在提高市民健康素养、预防疾病等

方面取得了一定成效，并在 2014 年曾获得上海科普教育发展基金资助，2015 年获得上海报业集团改革创新案例奖。

健康教育不喊口号

近 4 年来，新民健康大讲堂除了做线下讲座，还通过报纸、微信公众号、网站等平台同步传播，大讲堂实况则由东方宣教中心全程录制，并派送光碟到各社区活动中心。此外，新民健康大讲堂还推出多种延伸活动，如与默沙东中国合作开展“糖尿病科普漫画进社区活动”，联手举办市民健康跑活动；与雅培中国、中国医师协会、中国医师协会内分泌代谢科医师分会联手，签署中国血糖监测规范化行动战略合作框架协议，启动血糖监测现状专项调研。

正如国家卫生计生委宣传司司长毛群安在首届新民健康大讲堂开幕式上所说，“健康是我们每个人最大的财富，也是我们每个人全面发展的基础，也关乎千家万户的幸福安康。如何让公众的健康水平不断提高，健康教育是公认的有效方法。相关部门共同参与，动员媒体力量来传播健康知识和健康技能，上海的做法值得推广。”

为解决当前健康教育中存在的问题，“新民健康大讲堂”的脚步从未停歇。今后将探索“百姓菜单式选择，专家订单式服务”的健康教育与促进工作模式，以需求为导向，提升上海健康教育服务能力。 本报记者 左妍