



“健康中国行”及活动周郑州启动仪式现场

编者按:健康促进与健康教育工作作为卫生与健康事业的重要组成部分,是提升公民健康素质和健康水平的重要手段。自2016年以来,围绕健康中原建设,河南省疾病预防控制中心积极贯彻落实河南省委、省政府和省卫生计生委各项决策部署,找准突破口,下好先手棋,从提升群众健康素养入手,在全省18个省辖市和10个省直管县(市)持续开展“健康中原疾控行”健康促进主题活动,在不断探索与创新中,引导群众树立健康观念,强化个人健康责任,使健康成为全社会的共识和自觉行动。

全民健康是民生之本,强国之基。“十三五”时期是我国全面建成小康社会的决胜阶段,是推进健康中国建设的关键阶段。《“健康中国2030”规划纲要》更明确指出“共建共享、全民健康”,其战略核心是以人民健康为中心,坚持以基层为重点,以改革创新为动力,把健康融入所有政策,坚持政府主导,强化个人健康责任,推动人人参与、人人尽力、人人享有,落实预防为主,引导形成自主自律、符合个体特点的健康生活方式,形成热爱健康、追求健康、促进健康的社会氛围,减少疾病发生,实现全民健康。

作为人口大省的河南,2016年,群众健康素养水平仅有8.0,低于全国10.15的平均水平,并且全省居民卫生防病健康素养水平更是低于全国平均水平。

为了进一步做好河南省健康促进与健康教育工作,提高居民健康素养,配合“健康中国行”主题宣传教育活动在河南省的开展,2016年5月20日,围绕《中国居民膳食指南》、运动与健康、烟草控制、心理健康、预防高血压、糖尿病防治、肿瘤防治、预防卒中等主要内容,由河南省卫生计生委、省疾病预防控制中心联合中国营养学会、河南省营养学会共同开展的“健康中原疾控行”启动仪式暨《中国居民膳食指南》专家报告会在河南省郑州市举行。

一年来,根据省卫生计生委与省疾病预防控制中心的策划安排,以“健康生活,预防疾病”为主题的“健康中原疾控行”系列健康促进活动,立足稳步推进健康中原建设战略,以人民健康为中心,在全省18个省辖市及所属各县(市)、10个直管县(市)相继展开健康知识讲座、健步走等系列活动。

同时,“健康中原疾控行”活动积极与中央补助地方健康素养促进行动项目、国家基本公共卫生服务健康教育项目等重点工作有效结合,以学促变、自上而下,广泛传播疾病预防知识,一站一站地走,一县一县地行,聚像一团火,散开满天星,形成了疾病预防控制健康教育与健康促进的规模效应和品牌效应。

如今,以“健康中原疾控行”各项活动为载体,在持续提升百姓健康意识的探索中,以“组织进社区、机关事业单位、乡村、学校、企业开展专家讲座、现场咨询和行为指导”为主要内容的2017年“健康中原疾控行”系列活动相继展开,再次引起了社会各界的关注和积极响应……

把握“主旋律” 唱好“重头戏”

过去,人们对于好生活的感受,莫过于“大口喝酒、大口吃肉”“咸香淡无味”,后来,各类保健品成了养生“标配”……可是,这些生活方式真的科学吗?

如今,“健康中原疾控行”活动初步改变了人们对于健康生活方式的认识。他们将这些知识和日常饮食结合起来,收获了一种集体体育锻炼、竞技健身和传播健康知识为一体的全新生活方式。

2016年6月2日,“健康中原疾控行”系列活动启动后,自濮阳市开始,全省18个省辖市、10个省直管县(市)陆续接力举办主题宣传周活动,共在省、市、县层面组织举办大型

健康讲座28场。

同时,全省各地紧紧围绕活动主题,以举办“健康中原疾控行”活动为契机,在“做”上下真功,在“带”上谋提升,让健康促进深入基层,并借助广播、电视、报纸、微信、网络直播等平台,探索全省疾病预防控制中心联动、媒体与社会力量广泛参与的疾病预防控制健康教育与健康促进工作模式。

开封、洛阳、三门峡、平顶山等省辖市,更是顺势而为,在开拓和创新中乘势而上,将活动覆盖到辖区所有的县(市、区),甚至乡镇(社区)。

焦作市结合当地旅游资源丰富的特点,同市旅游局协作,持续开展“健康中原疾控行——做健康生活方式的践行者和传播者”系列登山活动,到云台山等景区开展“健康生活、快乐运动”倡导活动;在市区公园、广场等地进行“健康中原疾控行”旗帜传递活动,倡导健康生活。

濮阳市以“健康生活,预防疾病”为主题,围绕膳食与健康、运动与健康、心理与健康、慢性病防控与健康这4项内容,持续开展健康教育进机关、进社区、进学校等系列活动,把健康理念及知识传播到千家万户,并通过开展“健康家庭”“健康达人”“健康儿童”评选,动员广大群众积极参与,提高健康素养。

洛阳市多部门联合发布疾病监测信息和倡议书,呼吁社会各界关注健康;制作活动专题招贴画《平衡膳食》《全民健身》和《营养与健康》《健走与健康》动漫微视频,将健康教育光盘赠送给群众;组织健康宣讲专家在各县(市、区)开展健康讲座,要求各县(市、区)开展100人以上的健步走活动,积极扩大系列健康活动的影响。

鹤壁市将“健康中原疾控行”同日常万步走活动相结合,逐渐步入常态化……截至2016年12月22日,“健康中原疾控行”的大旗经过了濮阳、安阳、滑县、鹤壁、新乡、长垣、开封、郑州、商丘、洛阳、平顶山、南阳、固始、漯河等18个省辖市和10个省直管县(市)的传递。

据统计,全省共举办大型健康讲座70场,直接受益群众5万余人,举办大型健步走活动68次,参加活动人数5.4万人次,间接受益群众超过20万人次,使全省全民健康的氛围更加浓郁,极大地满足了群众日益增长的健康与防病需求,积极发挥了健康教育与健康促进工作在预防疾病特别是慢性病工作中的作用,提高了全省各地疾病预防控制中心、健康教育专业机构组织开展大型健康传播活动和社会动员的能力,促进了全省疾病预防控制中心工作科学发展,探索了全媒体时代健康传播的新模式。

“我们希望通过此次活动的开展,形成一股强大的力量,影响并逐渐改变群众的情感和行为,深刻影响群众的价值判断、思维方式和行为选择,并促进健康观念的形成。”河南省疾病预防控制中心健康教育与慢性病防治所所长周刚表示,“2016年‘健康中原疾控行’系列活动的圆满举办,除了我们自身总结的经验,更离不开全省各地各部门的信任、支持与帮助。今后,省疾病预防控制中心将继续坚定不移地为全省人民的健康

而全力以赴。”

采取“多举措” 延伸“大舞台”

在稳步推进“健康中原疾控行”活动、促进全省健康教育工作发展的同时,河南省疾病预防控制中心健康教育与慢性病防治所以重大公共卫生服务项目为抓手,与时俱进,积极参与基本公共卫生服务工作,落实领导班子提出的建设重点示范县(区)和“健康中原疾控行”的要求,实现统筹融合、多举措无缝衔接、有机统一,形成整体合力,推进优势互补,构建高效强大的慢性病防治体系,助推全省健康教育与慢性病防控各项工作的有序开展。

省疾病预防控制中心以切实维护提高全省百姓健康为己任,把慢性病系列宣传日活动与全民健康生活方式活动、慢性病防控示范区创建工作、重大疾病预防控制工作结合起来,开展宣传工作;在全省各类媒体进行公益广告播放;举办上千场健康讲座,直接受益群众达20万人以上。

2016年5月29日,也就是在2016年“健康中原疾控行”活动启动后的第10天,省卫生计生委、省疾病预防控制中心与多部门联合,在郑州市绿城广场举办了主题为“拒绝烟草危害”的第29个世界无烟日大型广场宣传活动,并举办了万人参加的第二届网络控烟健康知识大赛。

2016年10月8日,省疾病预防控制中心举办了第19个全国高血压病宣传日活动,全省859家单位积极参与,向广大居民发放宣传资料411527份,发放限盐勺、限盐罐、健康腰围尺等1190套,接受高血压病健康知识咨询122071人次,测量血压54222人次。

2016年10月16日,省疾病预防控制中心开展2016年世界慢性阻塞性肺疾病宣传日活动,做好公益宣传和健康巡讲活动;制作拍摄《烟草控制——我们现在的任务》《科学就医——让爱化解所有的不理解》两部健康公益宣传片;在全省完成健康巡讲1006场,覆盖人群208388人,发放健康教育传播材料614769份,展出展板2016块。

2016年11月13日、14日,全省984个机构参与开展了丰富多彩的糖尿病防治宣传活动,悬挂横幅969条,展出展板16501块,发放宣传册216062本,发放控油壶、限盐勺、计步器、腰围尺、环保袋等2665个。

此外,省疾病预防控制中心还邀请著名心血管病专家胡大一教授、刘玄重教授、宁夏健康教育所长王德臣来豫讲解健康教育知识。巡讲活动深入郑州航空港区富士康等大型企、业,创建了一批“健康细胞”工程(健康单位、食堂、餐厅、学校、社区等)。在全省慢性病综合防控示范区,省疾病预防控制中心组织了1621人参加全国“万步有约”健步走活动,其中50%以上为卫生系统以外人员(政府机关、各事业单位、高等院校、社

区、企业)。

“2016年,省疾控中心在探索全民健康防病活动中取得的成绩有目共睹,但‘健康中原疾控行’等各项工作推进的力度、深度和广度还有待于进一步加强。”在周刚看来,在当前快节奏的生活压力下,很多老年疾病呈现年轻化的趋势。让群众在身体尚无病痛时就开始关注健康问题,树立正确的健康观念,是“健康中原疾控行”活动的目标。

凝聚“新合力” 力求“新突破”

2016年12月12日,全省卫生与健康大会在郑州召开。会议深入贯彻全国卫生与健康大会特别是习近平总书记重要讲话精神,部署新形势下河南省卫生与健康工作,动员全省上下共同推进健康中原建设,全面提升河南卫生与健康事业发展水平。

根据大会精神,围绕2017年全省健康促进与健康教育工作,省疾病预防控制中心坚持预防为主,树立“大卫生、大健康”理念,把健康融入所有政策,坚持人民共建共享,更加突出依靠群众,调动全社会的积极性、主动性、创造性,更加深入地推进健康中原建设。

通过总结2016年“健康中原疾控行”活动经验,了解群众对于健康的渴求与焦虑、实践与困惑,河南省卫生计生委、河南省疾病预防控制中心决定2017年继续在全省开展“健康中原疾控行”活动,并在形式和内容上创新活动管理机制,促进长效常新,自下而上,以点带面,拓宽工作范围,进一步发挥社会各方面力量的优势与作用,调动企事业单位、社会组织、群众参与健康促进与健康教育工作的积极性、主动性和创造性,使促进健康成为全社会的共识和自觉行动。

一周年,是坚强奋起的日子,更是开启未来的日子。河南省疾病预防控制中心不断提升全省人民健康水平的思路很清晰:2017年,“健康中原疾控行”活动主题依然是“健康生活,预防疾病”,围绕中国公民健康素养防病相关知识和技能,包括“三减三健”(减盐、减油、减糖,健康口腔、健康体重、健康骨骼)、适量运动、控烟限酒、心理健康,以及预防高血压病、糖尿病防治、肿瘤防治、预防卒中等内容开展活动。

2017年5月16日,按照《河南省2017年“健康中原疾控行”活动工作计划》要求,1~4月在总结2016年“健康中原疾控行”活动情况的基础上,河南省卫生计生委积极开展调查研究 and 意见征集,并制定下发了《河南省卫生计生委关于印发〈河南省2017年“健康中原疾控行”活动实施方案〉的通知》。

2017年,“健康中原疾控行”活动进一步深入基层,进社区、进单位、进乡村、进学校、进企业。截至2017年6月30日,已有郑州、开封、漯河、周口、商丘、三门峡、焦作、濮阳、许昌、洛阳、平顶山、信阳、济源、安阳14个省辖市,巩义、汝州、新蔡、滑县、固始、长垣、鹿邑7个省直管县(市)制定、下发了“健康中原疾控行”实施方案。

郑州市卫生计生委在河南省人民大会堂以中医养生与亚健康调理为主题开展了活动,邀请北京中医药大学教授、国家中医药管理局中医药文化科普巡讲团巡讲专家郝万山开展了大型健康讲座。

信阳市疾病预防控制中心在信阳市平桥区第二小学、淮滨县住房和城乡建设局、信阳电视台等单位,以口腔健康知识、健康生活方式、合理膳食等为主要内容,开展了讲座活动;在龙江路居委会、息州广场、众鑫

时代广场、平电居委会,以口腔卫生、结核病防治知识和中医药文化为主题,开展了健康咨询和行为指导活动。

许昌市多级疾病预防控制中心相继举办“健康中原疾控行”严重精神障碍患者信息管理知识讲座、健康素养进社区“万步有约”大型健步走活动、合理膳食、扶贫义诊(量血压、测血糖等)等,发放宣传材料5000余份,参加活动4000余人。

漯河市健康教育网组织23家医疗卫生单位开展健康素养进社区、进企业、进机关健康巡讲活动,并在《漯河日报》进行专题报道。截至6月27日,漯河市健康教育网共组织开展39次进社区义诊活动,共计367名医疗专家参与义诊,发放宣传材料4种,其中《糖尿病健康教育手册》1150本、《居民疾病预防控制中心手册》1840本、《健康素养66条》2300本、“四大基石宣传袋”920个。

由济源市卫生计生委主办、济源市疾病预防控制中心承办的“健康中原疾控行”第二届“万步有约”职业人群健步走暨全民健康生活方式行动“三减三健”启动仪式活动在济源文化城西广场隆重举行。2017年6月1日,济源市疾病预防控制中心还在市人力资源与社会保障局以健康生活方式为主题开展了健康讲座活动。

2017年5月31日,洛阳市卫生计生委、爱卫办、疾病预防控制中心及西工区卫生计生委、爱卫办、疾病预防控制中心在西工区周王城广场联

合组织开展第30个世界无烟日宣传咨询活动暨西工区全民健康生活方式(“三减三健”)活动启动,发放宣传资料(宣传画、手册、折页及实物)3万多份。

2017年6月3日,汝州市疾病预防控制中心在汝州市蟒川镇英张村开展《慢性病预防措施和治疗方法》讲座活动,460名村民参加活动;6月28日,固始县卫生计生委、县疾病预防控制中心在固始县实验中学、永和小学、幸福小学、第一小学开展了进校园活动,覆盖学生500余人。6月29日,邓州市以食品安全为主题开展了咨询活动,覆盖人群500余人。

虽然越来越多的群众自发加入到“健康中原疾控行”活动中,但在当前,从人们的行为及生活方式上看,群众健康知识知晓率依然偏低,不健康生活方式仍比较普遍。“在‘健康中原疾控行’前进的路上,我们只是迈出了一小步。”周刚表示,省疾病预防控制中心今后将沿着正确的方向前行,寻找探索慢性病防治与健康教育的新契合点,将防治关口前移到人们的生活行为上;进一步加强“健康中原疾控行”项目的评价工作,保证具有一定的科学性、有效性和可操作性;进一步通过媒体宣传,营造全社会关注健康问题的氛围,让大家在听中学、思中改,形成正确的健康意识,找到合理的应对方案,开启健康生活方式,形成“众人划桨开大船”的疾病预防局面。



“健康中原疾控行”健康教育现场



“健康中原疾控行·三减三建”健康知识讲座到基层



“健康中原疾控行”焦作在行动