

2023 健康热词集锦

本报记者 陶稳

2023年进入尾声。回顾过去一年,健康相关的话题频频登上各热搜榜,引发热烈关切。在辞旧迎新之际,结合媒体报道和相关平台检索量,记者整理了健康领域关注度较高的6个热词,对这一年来的健康热点作简要回顾。

这些热词背后,有反映年轻人趣味的健康理念与实践,有卫生健康部门一直在强调和推动的具体工作,还有引发较大关注的热点事件。从这些热词可以看到,社会对健康问题的重视度在加强,大众健康素养在提升,国家医疗服务在不断完善。

中式养生

今年年初,号称北宋时期国民健身操的八段锦火了。这是一种传统养身功法,具有养心柔筋补气效果,也是中医治未病方法之一。某视频平台的八段锦演示视频,播放量超千万次,在年轻人中风靡一时。今年夏天,凭借便宜健康等天然优势,中药店的酸梅汤配方也火了,一些地方还借此机会摆起了中医夜市,市民在中药养生茶饮摊位前寻找“保健良方”,体验中医文化。这些以中医知识为依托的养生行为,被网友趣称为“中式养生”。

中式养生走红折射出年轻人对健康生活方式的追求,对中医养生理念的认可和重视。随着我国中医药事业的发展,中药文化的普及度越来越高,中式养生正在成为更多年轻人健康生活方式的新选择。

夜间门诊

为解决上班族、学生族等群体“8小时内”没时间看病、不方便看病的难题,今年多地医院推出夜间门诊、午间门诊、周末专家门诊,赢得广泛关注和好评。以夜间门诊为代表的便民门诊,是医疗机构改善患者就医体验的有益尝试。今年还有一批地方推行了一次挂号管三天、先诊疗后付费、床边结算、医保刷脸结算等,提高患者就医效率和满意度。

民生无小事,细微见服务。今年国家卫健委印发《改善就医感受提升患者体验主题活动方案(2023—2025年)》,随后各地根据方

(上接第1版)

中央政治局的同志一致认为,一年来的实践再次证明,“两个确立”对于我们应对各种风险挑战、推进中国式现代化建设具有决定性意义。全党全军全国各族人民必须深刻领悟“两个确立”的决定性意义,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,坚定不移贯彻落实党中央方针政策和决策部署。明年是中华人民共和国成立75周年,是实现“十四五”规划目标任务的关键一年,要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的二十大精神,坚持稳中求进工作总基调,完整、准确、全面贯彻新发展理念,全面深化改革,推动高水平科技自立自强,切实增强经济活力,防范化解风险,改善社会预期,巩固和增强经济回升向好态势,以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业。

习近平对中央政治局各位同志的对照检查发言一一点评,逐一提出要求,并进行了总结。他指出,这次中央政治局专题民主生活会开展得很有效,达到了接受政治体检、打扫政治灰尘、净化政治灵魂的目的,对中央政治局增进团结、改进工作、担当使命很有帮助。

习近平强调,这次学习贯彻新时代中国特色社会主义思想主题教育,是贯彻落实党的二十大精神的重要举措,主题主线突出,目标任务明确,在学铸魂、在学增智、在学正风、在学促干上取得了明显成效。中央政治局要带头巩固拓展主题教育成果,建立长效机制,加强自身建设,在全党发挥示范带头作用。

(上接第1版)

抵御严寒、温暖过冬是重中之重

12月22日,记者来到震中——积石山县柳沟乡。当地无人员伤亡、受伤人数相对较少,但许多村民的家园遭到损毁,民房内散落着玻璃,墙体裂缝有指缝宽……

时值严冬,最低气温零下17摄氏度。如何保障受灾群众抵御严寒、温暖过冬,成为安置工作的重中之重。

在柳沟乡的主干道上,救援官兵在进行除冰作业。这是一条运送救灾物资的“生命线”。因为这里海拔高、气温低,有不少路段结冰影响车辆通行,救援官兵只得通过铁锹、斧头、铁锤等工具进行除冰。

柳沟乡政府院内,群众正在搬运物资。挂着“一方有难,八方支援”标语的车辆络绎穿梭,从各地赶来的志愿者和自救的村民奔忙不歇。“赈灾物资运抵乡政府后,就迅速分发到各村。”柳沟乡张郭家村党支部书记董军说。

张郭家村是个小村,只有350多人。地震发生后,全村绝大多数房屋受损,通往道路遭遇塌方。当地村民积极自救互救,临夏州、积石山县和柳沟乡的三级干部下沉张郭家村,抗震救灾工作有序开展。

正在领取物资的村民安明福说:“虽然夜晚的气温降到了零下十几摄氏度,但帐篷里架起

案制定了相应的改善就医体验计划。据介绍,下一步,国家卫健委还将及时总结和推广各地在改善医疗服务过程中的好做法好经验,力争用3年时间,将“以病人为中心”贯穿于医疗服务各环节,推动形成流程更科学、模式更连续、服务更高效、环境更舒适、态度更体贴的中国式现代化医疗服务模式。

阿斯巴甜

今年7月,国际癌症研究机构、世界卫生组织等发布了阿斯巴甜对健康影响的评估报告,将阿斯巴甜列为可能对人类致癌物质(2B类),一时间阿斯巴甜致癌、无糖饮料还能喝吗、甜味食品怎么吃才健康等相关话题在网络引起大量讨论。阿斯巴甜一词也入选中国健康促进与教育协会营养素养分会近日公布的2023年度“十大营养热词”。

通过报道和讨论,人们认识到阿斯巴甜的致癌风险是建立在量的基础上,但此类事件的讨论热度显示出,大众对“食物刺客”的容忍度越来越低,对健康营养饮食的重视度越来越高。更多人在饮食消费时更加关注食品配料表、营养成分表,做自我健康的第一责任人。

医药反腐

今年5月,国家卫健委、公安部、税务总局等14部门联合发布《关于印发2023年纠正医药购销领域和医疗服务中不正之风工作要点》,要求重点整治医药领域突出问题。今年8月,国家卫健委又会同教育部、公安部、审计署等9部门共同启动为期一年的全国医药领域腐败问题集中整治。

医药领域是维护人民群众健康的主阵地,关系到广大人民群众最关心、最直接、最现实的健康权益。医疗反腐一直在路上,此次全国医药领域腐败问题集中整治,旨在以问题为导向,聚焦医疗行业“关键少数”和“关键岗位”,坚决整治违规违纪违法行为,构建风清气正的行业氛围,为医药卫生事业高质量发展提供保障。

多巴胺穿搭

多巴胺是一种神经传导物质,能传递兴奋及开心的信息,多巴胺穿搭是指通过搭配服装颜色,营造轻松愉悦的感觉。多巴胺穿搭爆红于今年夏天,在某短视频平台,相关

视频播放量超百亿次,多巴胺穿搭一词也入选国家语言资源监测与研究中心近日发布的“2023年度十大网络用语”。

多巴胺穿搭走红的背后其实是人们对心理健康的重视。日常工作和生活中的压力容易使人产生焦虑紧张情绪,年轻人通过衣服色彩进行积极心理暗示,调节压力,完成自我情绪疗愈。

儿童呼吸道疾病

进入冬季后,儿童呼吸系统感染性疾病高发。随着一些地方儿童呼吸道疾病病例数量明显增加,儿科医院、儿科门诊一度出现就诊高峰。

为缓解就诊高峰,一些医疗机构积极增加医疗服务供给,根据患者数量增开午间、夜间和周末门诊,延长服务时间,扩充住院床位,不断优化挂号、检查、缴费等就诊流程,最大限度满足患儿就医需求。国家卫健委也及时通过新闻发布会普及呼吸道疾病防治知识,提示患儿居家护理要点等。据12月17日发布会消息,近期,全国医疗机构门急诊呼吸道疾病总诊疗量已呈下降趋势。



(上接第1版)

习近平指出,思想统一是政治统一、行动统一的基础。在政治上行动上同党中央保持高度一致,首先要思想上同党中央保持高度一致。中央政治局的同志要在学习贯彻新时代中国特色社会主义思想上发挥示范引领作用,在把握科学体系、核心要义、实践要求上融会贯通,以思想理论水平的提高促进政治能力、领导能力的提升。维护党中央集中统一领导,是具体的而不是抽象的,首先要落实到坚定维护党中央权威上,落实到增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”的实际行动上。

习近平强调,民主集中制是我们党的根本组织原则和领导制度。民主集中制包括民主和集中两个方面,两者互为条件、相辅相成。要坚持科学决策,就必须充分发扬党内民主、集中全党智慧。中央政治局的同志要带头贯彻执行民主集中制,参与党中央研究重大决策时要认真思考,充分发表意见;对工作中了解到的真实情况,要及时客观全面反映上来,不能只报喜、不报忧。在分管领域和主政地方,要注重发扬民主,鼓励大家畅所欲言;要善于正确集中,把符合事物发展规律、符合广大人民群众根本利益的正确意见提炼出来,作出科学决策。对违反民主集中制的错误行为,要及时发现、坚决纠正。

习近平指出,政治敏锐性是政治立场、政治洞察的综合体现,是提高领导干部政治判断力、政治领悟力、政治执行力的重要前提。在错综复杂的国内国际形势中,把握战略全局、掌握战略主动、增强各项工作的预见性和前瞻

性,必须始终保持高度的政治敏锐性,做到居安思危、未雨绸缪。中央政治局的同志要具有见微知著、明察秋毫的高度政治敏锐性,善于从政治上分析形势的发展变化和趋势,透过现象看本质,把握事物发展的内在规律,准确识别时与势、危与机、利与弊,主动识变应变求变,准确把握先机,有效应对风险,谋定而后动。谋划重大战略、制定重大政策、部署重大任务,都要把准政治方向、落实政治要求。处理解决矛盾和问题时,要注重防范和化解政治风险,眼睛亮、见事早、行动快,及时消除各种政治隐患,高度重视并及时阻断不同领域风险的转化通道,防止非政治性风险转化为政治风险。

习近平强调,领导干部要树牢造福人民的政绩观。我们共产党人干事业、创政绩,为的是造福人民,不是为了个人升迁得失。中央政治局的同志要带头坚持以人民为中心的发展思想,坚持高质量发展,反对贪大求洋、盲目蛮干;坚持出实招求实效,反对华而不实、数据造假;坚持打基础利长远,反对竭泽而渔、劳民伤财。高质量发展是全面建设社会主义现代化国家的首要任务,坚持高质量发展要成为领导干部设备观和重要较多的实际。“光明驿站”应运而生。国网甘肃省电力公司紧急调拨设备,到12月20日上午,由充电赋能区、应急照明区、便民服务区组成的驿站建成投用。其中,应急照明区设立两台高10米、3千瓦的照明灯,可将整个安置点照亮。

服务队现场负责人陈杰告诉记者:“帐篷搭到哪儿,我们就把电通到哪儿,把服务延伸过去,把马进伟用生命点亮万家灯火的劳模精神发扬下去。”

冬至到,一起吃饺子

12月22日,正逢冬至。在积石山县梅坡村安置点,新搭建的彩钢房里煮好了热腾腾的饺子。

12月19日凌晨,中铁二十一局集团接到救援任务后,第一时间组织当地施工团队50余人,25台大型机械设备,打通了4个乡镇的救援通道。在3天内完成了500间板房搭建任务,安装1000张床位,确保受灾群众住进温暖的板房。

冬至这天一大早,该集团参与救援的职工准备了400公斤水饺。中午时分,热腾腾的水饺出锅,安置点内香飘四溢,让受灾群众暖心暖胃。

“俗话说,冬至到,家家户户吃水饺。我们在野外施工的项目部,也都有冬至这天做饺子的传统。今天职工们都带,有饺子就要和灾区群众共同分享。”中铁二十一局集团抗震救灾指挥部现场救援组组长张建明说。

活动板房每个房间面积18平方米,配备被褥、火炉等物品。记者了解到,作为积石山县地震灾区率先建成的彩钢房安置点,500间板房有着不同寻常的故事——这些板房都曾是集团在兰州新区和临夏州东乡县建筑施工项目部的职工宿舍。

行走在受灾群众安置点,像这样拆装“工房”做“板房”、冬至吃饺子的场景,处处可见。目前,甘肃省在切实保障受灾群众基本生活的同时,加快推进保障性过渡安置工作步伐,做好服务和配套设施建设,让灾区群众尽快住进更加稳固、温暖的住所。

(本报甘肃积石山县12月22日电)



受灾群众就医有保障

12月22日,甘肃省积石山县柳沟乡肖红坪村安置点,受灾群众在解放军战士搭建的帐篷医务室内就诊。

据了解,在积石山6.2级地震受灾地区,在救援单位和当地医疗机构的支持下,不少安置点都设置了这样的医疗帐篷,确保受灾群众就医看病有保障。 本报记者 王伟伟 摄

北京协和医院专家提醒:

出现这些症状要小心是红斑狼疮

本报讯(记者姬薇)日前,系统性红斑狼疮这一疾病引发关注。国家皮肤与免疫疾病临床医学研究中心主任曾小峰教授介绍,系统性红斑狼疮是一种自身免疫性疾病,可导致肾脏、心血管、肺、消化系统、血液系统、血管、眼部等多器官和组织损伤。感染、肾脏受累及狼疮脑病等是我国系统性红斑狼疮患者的主要死亡原因。“红斑狼疮是自身免疫性疾病,虽然不能根治,但是可以控制。”

全球最大的系统性红斑狼疮数据库最新数据显示,系统性红斑狼疮患者存在多种器官损害,甚至不可逆损害,约20%的患者已存在器官不可逆损伤,40%的患者在第一年出现器官损害,50%的患者发病5年内发生永久性器官损害。

《2019中国系统性红斑狼疮发展报告》显示,我国目前有近百万系统性红斑狼疮患者,主要集中于育龄女性,虽然随着我国风湿免疫科的发展,患者的5年生生存率已提高至90%以上,但我国患者的临床缓解和完全缓解率分别仅为3.2%和2.8%。

狼疮性肾炎最常见的临床表现为蛋白尿、血尿和肾小管损伤。狼疮性肾炎如不能有效控制,有17%至25%的狼疮性肾炎患者可进展为终末期肾脏病,需要接受透析或肾移植治疗。

不少患者在得病初期容易混淆病情,发病早期一般不容易确诊,同时也会被误诊为其他方面的疾病。北京协和医院风湿免疫科主任李梦涛提醒,如果出现以下几种症状,建议到风湿免疫科,找有经验的医生诊断,规范的治疗可以阻断病情:第一,皮肤黏膜。年轻女孩出现皮疹,脸上出现盘状红斑或者蝶形红斑等皮肤症状,或者头发掉得特别厉害;第二,关节、肌肉疼痛;第三,白细胞低,有时出现血小板低的情况;第四,尿液检查发现肾脏受累。关节痛或关节炎是系统性红斑狼疮最常见的临床表现之一,约90%的患者在其病程的不同阶段出现关节痛或关节炎。

兜底解忧 守护“温度”

(上接第1版)

在河南,安阳市民政局扎实开展“寒冬送温暖”专项救助行动,指导全市救助管理机构坚持市、县(区)联动,保持救助热线24小时畅通,提前储备、按需发放应急御寒物资。

救助困难群众,一个不能漏,各地扎实做好低保家庭、流浪乞讨人员等生活救助工作。

在山东,德州市将福利彩票销售站点、大救助站点等场所全部开辟为临时庇护场所,方便流浪乞讨、临时遇困人员就近就便求助。

湖南省民政部门联合公安、城市管理等部门,牵头做好街面巡查救助工作,重点对车站、商业街、桥梁涵洞等流浪乞讨人员容易集中露宿区域进行“拉网式”巡查,对发现的流浪乞讨人员和临时遇困人员“应救尽救”。

兜底解忧,寒冬送温暖

防范应对低温雨雪冰冻,民生无小事,枝叶总关情。

在贵州省毕节市百里杜鹃管理区大水彝族苗族布依族乡鞍山村,当地村干部联系40吨煤炭保障村民取暖。“政府补助了2000斤煤炭,不用为过冬取暖发愁了。”鞍山村村民樊军说。

鞍山村驻村第一书记张维江说,对于行动不便的老年人、无劳动能力家庭,村里的党员干部、志愿者帮助装煤送煤,及时送到群众家里。

湖南省宁乡市一桥梁下,顶着寒风,救助站工作人员正给流浪人员送上御寒物资。“这是棉衣棉被,物资包里还有方便面、八宝粥和救助引导卡,如果需要帮助就给我们救助站打电话,24小时有人接听。”

“困难群众房屋有没有被雪压塌?他们御寒吃穿有没有保障?这些都是我们关心的首要问题。”河南省安阳市内黄县楚旺镇副镇长孙楠说。记者12月20日从河南省安阳市内黄县楚旺镇了解到,内黄县楚旺镇对辖区低保人员、独居老人、重度贫困残疾人等重点人群排查走访,并发布寒潮天气出行、用火用电等安全提示。

保暖保供,民生有温度

记者走进进村了解到,多地相关部门围绕重点人群保暖、保供,用“辛苦指数”换来群众冬日里的“温度指数”。

吉林省德惠市惠安街道永生村,脱贫户侯振发因身体残疾而丧失劳动能力。今年入冬前,村里就把地里够用一冬天的秸秆拉到了他家的院子里。该村党支部书记杨德说,村上冬季免费为脱贫户提供秸秆燃料,帮忙安装塑料棚,保障大家温暖过冬。

“还怕今天晚上来不了电,没想到你们这么快就来了。”12月14日13时,国网晋城供电公司土沃供电所抢修人员到达山西省晋城市沁水县土沃乡台亭村冯凹自然庄抢修线路,让村民们异常惊喜。

近日,沁水县西部山区遭遇持续暴雪冰冻天气,电力线路覆冰严重。国网晋城供电公司抢修人员紧急运来低压电缆重新布线,为这个22户的小村庄供电抢险修复。抢修人员经过两个多小时的作业,终于恢复全线供电。

山东省潍坊市按照每户每平方米优惠3.5元至4元的标准,对市区集中供热范围内的低保户家庭采暖用热实行价格优惠,惠及困难群众7300余户。

国网吉林供电公司来到吉林省舒兰市开原镇新开村的灾后重建现场,逐村逐线开展特巡,排查村民家电采暖隐患,对电力线路和设备进行维护。(据新华社北京12月22日电)