

一人健康是立身之本,人民健康是立国之基。国务院近日印发《国务院关于印发实施健康中国行动的意见》,国家层面出台《健康中国行动(2019—2030年)》,为进一步推进健康中国建设规划新的“施工图”。这一中长期行动聚焦当前主要健康问题和影响因素,围绕疾病预防和健康促进两大核心,将开展15个重大专项行动,努力使群众不生大病、少生病。

划新的“施工图”。这一中长期行动聚焦当前主要健康问题和影响因素,围绕疾病预防和健康促进两大核心,将开展15个重大专项行动,努力使群众不生大病、少生病。

以人民健康为中心

——解读健康中国行动

新华社记者 陈聪 屈婷 王秉阳 温竞华

从前端入手,全方位干预健康影响因素——专项行动把“预防为主”的理念落到实处

从影响健康因素的前端入手,是健康中国行动的一大亮点。国家卫生健康委员会有关专家指出,健康中国行动文件通篇从前端入手,从主要的健康影响因素入手,通过健康促进手段,实现健康水平的提升。

每个人是自己健康的第一责任人,而健康的身体源自健康的生活方式。根据国家体育总局2014年全民健身活动状况调查,我国城乡居民经常参加体育锻炼的比例为33.9%,缺乏锻炼成为多种慢性病发生的重要原因。

推进科学的身体活动、维持身体各项指标刻不容缓。健康中国行动文件提出,到2022年和2030年,城乡居民达到《国民体质测定标准》合格以上的人数比例预期分别不少于90.86%和92.17%。

如何实现这一目标?健康中国行动倡议,鼓励每周进行3次以上、每次30分钟以上中等强度运动,或者累计150分钟中等强度或75分钟高强度身体活动。日常生活中要尽量多动,达到每天6000—10000步的身体活动量。

如何确保拥有积极健康的精神状态,也是当今社会关注的话题。

健康中国行动提出目标,到2022年和2030年,居民心理健康素养水平预期提升到20%和30%;焦虑障碍患病率、抑郁症患病率上升趋势减缓。

健康中国行动提出,政府部门应重视并开展心理危机干预和心理援助工作。卫生健康、政法、民政等单位建立和完善心理健康教育、心理热线服务、心理评估、心理咨询、心理治疗、精神科治疗等衔接合作

的心理危机干预和心理援助服务模式。

从健康知识普及和合理膳食,到全民健身和控烟,再到心理健康和健康环境促进,一项项指标正不断细化,一项项民生红利即将落地,健康促进行动将在未来10年内让全民健康素养水平得到较大幅度的提高,健康科普更加规范科学。

中华预防医学会会长王陇德指出,这些安排和建议将科学性和普及性有机结合,非常系统、细致,让老百姓都能看得懂、记得住、做得到。

一个都不能少,全生命周期健康覆盖——对“一老一小”等四类重点人群实行“网格化”防护

“小眼镜”预估超过1亿人,中小、小学生近视率高达71.6%,36%……严峻的形势让不少专家感叹:中小、小学生近视防控要打一场“全民战争”。

此次健康中国行动,将中小、小学生作为重点人群之一,动员家庭、学校、社会和政府共同守护其身心健康,形成“网格化”防护。文件提出,要引导学生从小养成健康生活习惯,锻炼身体,预防近视、肥胖等疾病。

此次中小、小学生健康促进行动明确提出了个人和家庭应采取的措施。

比如中小、小学生每天在校接触自然光时间要达到1小时以上,非学习目的使用电子产品单次不宜超过15分钟等。专家指出,这将极大地落实个人的健康责任,形成健康促进的强大合力。

国家卫生健康委有关负责人指出,特别针对妇女婴幼儿、中小、小学生、劳动者、老年人四类重点人群开展专项行动,对这些人群面对的特殊问题作出积极回应,进行全方位的干预,也是此次健康中国行动的亮点之一。

同时,在四类重点人群的专项

行动中,都对残疾预防和康复服务、贫困地区重点人群健康促进提出了相关措施,体现出全生命周期健康覆盖“一个都不能少”的坚定承诺。

在重点人群健康状况得到显著改善的目标下,一个个到2022年和2030年的中长期目标表明了决心,显示出信心:

——婴儿死亡率分别控制在7.5‰及以下和5‰及以下,孕产妇死亡率分别下降到18/10万及以下和12/10万及以下;

——国家学生体质健康标准达

标优良率分别达到50%及以上和60%及以上,全国儿童青少年总体近视率力争每年降低0.5个百分点以上,新发近视率明显下降;

——65岁至74岁老年人失能发生率有所下降,65岁及以上人群老年期痴呆患病率增速下降。

国家卫健委卫生发展研究中心主任傅卫指出,围绕四类重点人群的全生命周期健康促进行动,体现了以人民健康为中心的大卫生、大健康理念,是“把健康融入所有政策,人民共建共享”的具体实践。

决战“健康杀手”,防控重大疾病——围绕四类重大慢性病防治进行重点干预

说到“健康杀手”,心脑血管疾病和癌症最应引起人们的警惕。

数据显示,心脑血管疾病目前是我国居民第一位死亡原因,大约每10秒钟就有1人死于心脑血管疾病。

作为心脑血管疾病中一大凶险病症,脑卒中是我国成年人致死、致残的重要病因,具有发病率高、致残率高、死亡率高和复发率高的特点,掌握4小时的黄金抢救时间窗展开急救尤为重要。

健康中国行动指出,学习掌握心脑血管疾病发病初期正确的自救

措施及紧急就医指导,有助于降低致死率和致残率。

“心脑血管疾病造成死亡人数比较多,文件这次特地强调了急救。针对急救知识普遍缺乏、急救设施配备不足等问题,这次健康中国行动强调了公民急救知识培训和人员密集场所急救设施设备配备,是社会进步的表现。”专家表示。

癌症是人们谈之色变的重大重症。目前我国每年新发癌症病例约380万,死亡人数约229万,发病率及死亡率呈逐年上升趋势。

抗癌药零关税、医保谈判、加快

新药审批……近年来,为了让患者用得得起抗癌药物,国家有关部门打出“天价药”降价组合拳,不断加大对抗癌药相关政策改革力度。

“密切关注癌症危险信号”“普遍开展癌症机会性筛查”……此次健康中国行动针对癌症预防、早期筛查及早诊早治、规范化治疗、康复和膳食指导等方面给出有关建议。

随着我国居民疾病谱的不断变化,健康中国行动明确表示将针对心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病四类重大慢性病实施防治行动,围绕重大疾病防治工作

的突出问题进行重点干预,并为公众从自我健康管理、膳食、运动等生活方式方面给出指导建议。

如果说《“健康中国2030”规划纲要》提出共建共享的实施路径,那么此次健康中国行动把它落到了实处。中华预防医学会副会长孔灵芝指出,每一项行动都从个人、社会、政府三方面展开,涉及个人、家庭、社区、学校、医疗卫生机构、政府等各个主体,形成社会多方共治的格局。

(据新华社北京7月16日电)



团结带领广大文艺工作者记录新时代书写新时代讴歌新时代

(上接第一版)特别是党的十八大以来,广大文艺工作者坚持以人民为中心的工作导向,深入生活、扎根人民,不断增强脚力、眼力、脑力、笔力,推动我国文艺事业呈现良好发展态势,文学、戏剧、电影、电视、音乐、舞蹈、美术、摄影、书法、曲艺、杂技、民间文艺、文艺评论等都取得了丰硕成果,弘扬了民族精神和时代精神,为实现国家富强、社会进步、人民幸福作出了十分重要的贡献。

习近平强调,中国特色社会主义新时代呼唤着杰出的文学家、艺术家。中国文联、中国作协是党和政府联系文艺界的桥梁和纽带,在团结引领文艺工作者、繁荣发展社会主义文艺事业方面肩负重要职责。希望中国文联、中国作协深入学习贯彻新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神,自觉承担起举旗帜、聚民心、育新人、兴文化、展形象的使命任务,认真履行团结引导、联络协调、服务管理、自律维权的职能,团结带领广大文艺工作者记录新时代、书写新时代、讴歌新时代,努力

创作出无愧于时代、无愧于人民、无愧于民族的优秀作品,为繁荣发展社会主义文艺事业、建设社会主义文化强国,为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴中国梦作出新的更大的贡献。

16日上午,纪念中国文联、中国作协成立70周年座谈会在人民大会堂举行,中共中央政治局委员、中宣部部长黄坤明在会上宣读习近平的贺信并讲话。他说,习近平总书记的贺信,充分体现了党中央对文艺工作的高度重视、对文艺工作者的关怀厚爱,要牢记嘱托、铭刻初心,担当使命,更加自觉地举精神之旗、铸时代之魂、怀赤子之心、树凌云之志、领风气之先,用更多彰显中国精神和中国力量的精品力作回馈时代、奉献人民。

中国文联、中国作协相关负责人和作家、艺术家代表在座谈会上发言。

中国文联和中国作协均成立于1949年7月。中国文联由56个团体会员组成,现有全国性文艺家协会个人会员13.5万人。中国作协有团体会员46个,个人会员1.2万人。



河北香河:放暑假学剪纸 7月16日,香河市民间艺人指导孩子们学习剪纸。暑假期间,河北省香河县文化部门组织民间艺人向孩子们义务传授剪纸技艺,让孩子们感受传统文化的魅力,乐享假期生活。新华社记者 李晓果 摄

河南为国资国企减负

据新华社郑州7月16日电(记者 张浩然)记者从河南省国资委获悉,为解决形式主义突出问题,切实为企业减负,河南省国资委近日印发《解决形式主义突出问题为企业减负“五统筹”“五整合”“五一律”措施》的通知,要求确保今年发至企业的文件减少30%以上,会议减少30%以上,督查检查考核减少50%以上。

通知指出,河南省国资委结合河南国资国企实际,制定了“五统筹”“五整合”“五一律”措施为企业减负。其中,“五统筹”是指统筹理论学习,坚持学原文读原著悟原理;统筹机关发文,确保2019年发至企业的文件减少30%以上;统筹会议活

动,确保2019年会议减少30%以上;统筹督查检查考核,确保2019年督查检查考核减少50%以上;统筹调查研究,对企业提出的问题和建议,要确保件件有着落。“五整合”是指建好用好全省统一的智能化国资监管平台,实现公文信息、会议值班、督查督办、业务监管、动态监测功能“五整合”。“五一律”是指可以取消的监管事项一律取消;制定权力责任清单,依法必须履行的职责一律纳入;制定授权放权清单,可以授权放权的监管事项一律下放;可以事中事后监管的一律不再事前审批备案;可以纳入智能化监管平台的事项一律在线监管。

大汛当前须筑牢“防御工事”

新华社记者 刘诗平

时下,全国已进入“七下八上”防汛关键期。大汛当前,构筑起牢固的抗洪“防御工事”首当其要。打赢防汛抗洪“防御战”,各地、各相关部门必须事先筹谋,提早部署,走在洪水前头。

已经到来的洪水气势汹汹——长江中游九江江段超过警戒水位并缓慢上涨,珠江流域西江第2号洪峰来袭。即将到来的强降雨和台风也在跃跃欲试——气象水文部门预测,“七下八上”期间,长江中下游、黄河、海河和松花江部分水系、辽河等将发生区域性较大洪水。同时,一个月内将有两三个台风登陆我国,防汛抗洪形势严峻。

防汛抗洪,首要在防。各地、各部门首先须在“防”上下功夫,提前开展预测预报,提早安排部署防汛抗洪防御,拿出管用的实招,将防御部署落到实处。

必须守住重点江河。预报可能发生较大洪水的长江中下游、黄河、辽河等流域汛情,是构筑抗洪“防御工

事”的重中之重。必须加强监测预报预警,进一步分析本流域、本区域的防御形势,做到心里有底、应对有方。

水库和堤防安全同样须防。“七下八上”期间降雨偏多的北方地区水库安全必须重视和提早准备,长江流域超警戒和超保证水位河流、薄弱堤段,同样要严加巡查和防守,确保堤防安全。

整个汛期,对山洪灾害的防御也不容忽视。目前我国山洪灾害防御尚有不少短板,必须加强山洪灾害防治预报预警体系建设,完善预警发布机制,保障预警信息充分覆盖。同时,强化群测群防体系,各级政府应切实承担责任,强化山洪灾害防御,减轻山洪灾害损失。

此外,救援能力建设必须未雨绸缪。尤其是对预报预测可能发生较大洪水的地区,提前预置救援力量,做好队伍、物资、装备等相关准备,可以最大限度地减少损失,保障人民群众生命财产安全。

(据新华社北京7月16日电)



志愿者 盛夏将至,水蜜桃等时令鲜果正在密集上市。由于鲜果尝鲜期短,而上市期集中,每年沪郊果农都会不同程度遭遇“卖难”。今年,上海在鲜果产销链上探索建立志愿者队伍,助农增收。新华社发 曹一作

王凤山:盘肠奋战的抗日将军

隆冬时节的五台县东寨村,乡亲们并未“猫冬”,人们聚在村委会商量着来年的打算。2016年整村脱贫后,东寨村每年都有不少新变化,文化活动广场硬化了,养牛合作社越来越红火……这里正是英烈王凤山的家乡。

王凤山,1906年出生于五台县东寨村,自幼家境贫寒,村民喜其聪敏,一起掏钱供他上学,考入太原国民师范学校。青年时期,目睹国家衰败、列强入侵,王凤山投笔从戎考入北方军校,毕业后进入军队。

1937年,全面抗战爆发。9月,时任第69师203旅营长的王凤山参加了平型关战役的越口保卫战。在主

阵地与相邻阵地相继被日军突破,旅长战死的情况下,王凤山依然不肯撤离,率先冲向敌阵,与日军展开肉搏。最后被警卫连强行抱着跳下山崖,因有酸枣阻挡,才未有大碍。

1941年王凤山升任国民革命军陆军第34师218旅旅长,后转任暂编第45师师长,驻守汾河以南的万泉、荣河、河津一带。汾南地区为粮棉产区,日军进入该地区后,大肆掠夺粮食,到处筑碉堡、修据点、挖战壕、架电网。

1942年6月初,日军在汾南地区屡屡受挫,为挽回战局,集中汾南各县日、伪军,形成优势兵力向34军围攻。战斗一开始,34军第43师和第44

师均受重创,军长王乾元负伤返汾北医治,王凤山临危受命代理军长,率45师转战万泉、荣河一带,继续抗敌。

6月,日军千余人,坦克7辆抵45师师部及第2团包围在西张瓮村,王凤山率军坚守阵地,与敌人殊死搏斗。战至午后,敌人又增援2000余兵力。

在敌众我寡,兵力悬殊的情况下,王凤山沉着指挥,坚不言退,亲率预备队冲上前线与敌近战。战斗中,王凤山臀部受伤,仍坚持指挥,后腹部连中数弹,肠流腹外。他忍痛抱腹,

不下火线,以身殉国,时年36岁。

为表彰他的功绩,国民政府追晋王凤山为陆军中将。后来,王凤山的事迹被改编为话剧《盘肠英雄王凤山》,在战区广为上演。

1986年,民政部颁发证书,确认王凤山为革命烈士。2014年9月,民政部授予其抗日英烈的荣誉称号。2015年9月3日,在纪念抗战胜利70周年阅兵仪式上,王凤山之子女王述志代表英烈子女接受检阅。

(据新华社太原电)

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

为了民族复兴·英雄烈士谱

遗失声明

●许昌市万联运输有限公司项城市分公司于2017年9月27日办理的营业执照正(副)本不慎丢失,代码:91411681MA44EW140Y,注册号:411681000075522,声明作废。

●商水县那威高复合肥料门市部营业执照副本丢失,注册号:411623623234280,声明作废。

●周口市跨世纪运输有限公司豫P85527营运证丢失,证号:411620020375,声明作废。

2019年7月17日

●沈丘县康宝建材城营业执照副本丢失,统一社会信用代码:92411624MA454N5U0J,声明作废。

●鹿邑县富硕副食超市营业执照副本丢失,注册号:411628611073688,声明作废。

●宋飞(纳税人识别号:412726197806058415)通用定额发票百元版(一本)丢失,代码:141911350072,票号:59266901-59266950,声明作废。

2019年7月17日

人人健康+全民小康

健康教育·周口报业传媒集团主办