

烟草的谬误与真相 (十七)

吸烟祸及家人



中国疾病预防控制中心 中国控制烟草协会

谬误一：如果餐饮娱乐业禁烟了，会影响生意的

解析：餐饮娱乐业全面禁烟能为消费者、场所工作人员提供一个健康的环境。爱尔兰、纽约的餐厅和酒吧全面禁烟后，不仅得到了公众的广泛支持，而且没有对生意带来任何负面影响；纽约市所有的餐厅和酒吧都遵守

了禁烟令，上座率和营业额都有所提高。调查显示，北京有68.4%的居民(包括吸烟者和非吸烟者)都赞同在餐厅禁止吸烟。说明绝大多数人希望就餐场所是无烟环境。北京市爱卫会命名的无烟餐馆，其营业额均没有受到影响。

另外，餐饮娱乐业不论规模大小，都应该适用相同的禁烟标准，即室内完全禁烟。这样才能保证所有的经营者都处于公平的竞争环境，吸烟者不会根据不同的禁烟规定来选择消费场所。

谬误二：吸烟是我的权利，公共场所禁烟是违反人权

解析：防止烟草烟雾的义务是以基本人权和自由为依据的。每个公民都有选择吸烟或不吸烟的权利。但我国宪法赋予公民健康权，政府优先考虑的是公民的健康权。科学已证实，吸烟有害健康，并可导致多种疾病。烟草烟雾不仅对吸烟者本人有害，也会使他人受到二手烟危害，殃及他人健康。世界卫生组织《烟草控制框架公约》第8条明确要求缔约方“应在国家法律规定的现有国家管辖范围内采取和实行，并在其他司法管辖权限内积极促进采取和实行有效的立法、实施、行政或其他措施，以防止在室内工作场所、公共交通工具、室内公共场所，适当时包括其他公共场所接触烟草烟雾。”

室内禁烟能有效保护不吸烟的人避免接触烟草烟雾，使其免受二手烟危害。因此，任何吸烟者个人的权利都不应建立在损害他人权利的基础上，都应在法律法规准许的范围内行使。

控烟办

新医改 100 问 (十七)

55. 婴幼儿需进行几次健康体检，在哪里进行

答：满月后的随访服务均在乡镇卫生院、村卫生室、社区卫生服务中心进行，时间分别在3、6、8、12、18、24、30、36月龄时，共8次。有条件的地区，建议结合儿童预防接种时间增加随访次数，特别是2、4、5、15月龄时。

56. 婴幼儿健康管理内容有哪些

答：健康管理内容包括询问上次随访到本次之间的儿童喂养和患病情况，为儿童进行体格检查、生长发育和心理行为发育评估，进行心理行为发育、母乳喂养、辅食添加、伤害预防、常见疾病防治等方面的健康指导。

57. 对0-36个月的儿童何时进行血常规检查

答：在儿童6—8、18、30月龄时分别进行1次

血常规检测

58. 对于发生贫血的儿童如何处理

答：对轻度贫血儿童的家长进行健康指导，中、重度贫血儿童建议转诊。

59. 国家基本公共卫生服务项目中孕产妇保健包括哪些内容

答：为孕产妇建立保健手册，开展至少5次孕期保健服务和2次产后访视。进行一般体格检查及孕期营养、心理等健康指导，了解产后恢复情况并对产后常见问题进行指导。

60. 孕产妇保健服务的对象是如何规定的

答：辖区内所有孕产妇。



控烟办

云南省健康教育所
云南省健康教育协会



2012年6月25日
第六期(总第106期)

食品安全宣传周暨云南省食品安全专项整治年行动启动



6月11日，我省与国家同步举行“食品安全宣传周”启动仪式，同时启动“云南省食品安全专项整治年行动”。

2012年全国食品安全宣传周的主题是“共建诚信家园，同铸食品安全”。宣传周及专项整治行动期间，省农业厅、省商务厅、省工信委、省卫生厅等部门将举办一系列的主题宣传活动，并将开展非食用物质生产加工食用油、非法添加和滥用食品添加剂、重点场所食品安全、农兽药残留、畜禽屠宰、调味品、餐具及食品包装材料和学校食堂食品

安全8个方面的专项整治行动。

启动仪式上，省农业厅、省工商局、省质监局、省食药监局、省公安厅、昆明市政府的相关负责人作了发言，食品生产企业代表进行了集体宣誓。省食品安全委员会各成员单位，昆明市政府及食品安全委员会各成员单位，昆明市食品种养、生产加工、餐饮服务等企业的代表共计300余人参加了启动仪式。

副省长高峰出席启动仪式并宣布活动启动。

张子卓 张炯雪 刘 照

昆明对千余管理人员进行健康教育培训 确保农村中小学校营养改善有序进行

记者从日前举行的昆明市首期农村学生营养改善计划管理人员培训班开班仪式上获悉，针对当前实施营养改善计划的薄弱环节，昆明市将对943所实施营养改善计划学校的1000多名管理人员进行健康教育培训，培训内容包括“中小学生学习状况和营养改善措施”、“营养与健康”、“学校食堂食品卫生安全”等。

为确保农村中小学校营养改善工作有序进行，昆明市将建立学生营养状况监测评估制度、农村学生营养健康调研数据库，掌握农村义务教育学生营养健康状况的发展变化趋势；建立以县为主的学校大宗食品定点采购制度，保证食品供应质量，使食品原材料供应、采购、制作加工、储藏、检验

等各个环节都有章可循，实现规范化操作；建立完善实名制学生信息管理系统，杜绝套取和虚报冒领补助行为；加强财务管理，依法健全学校财务机构，配备专、兼职财会人员，定期公布学生营养改善经费账目，确保资金使用安全、规范和有效；建立“八个必须”制度，即：必须建立健全以校长为第一责任人的食品安全责任制，必须提供符合卫生标准的饮用水，必须坚持从业人员持证上岗，食品加工供应必须符合国家卫生标准，必须规范使用食品添加剂，必须持证合法经营，必须严把食品采购进货关，必须坚持每天保洁。此外，建立通报制度，实施营养改善计划的学校每周要向所属县(市)区逐层上报，确保学生健康安全。丁星亦 李沙青

编审：段 勇 贾卫锋 编辑：木子 刘庚 赵丁
电话：0871-5366172(传真) 邮编：650118
地址：昆明市白马小区澄碧巷6号
电子邮箱：sqws012@yeah.net 网址：www.ynjky.com

内部资料 免费交流

云新出(2011)准印联字第 A15054 号

卫生部门开展“食品安全宣传周”活动

按照国务院食品安全委员会办公室的安排，2012年6月11日—20日是我国食品安全宣传周。6月11日，我省与全国同步启动了食品安全宣传周活动，同时启动了“云南省食品安全专项整治年行动”。活动周期间，我省及昆明市食安委各成员单位、食品生产及销售企业紧紧围绕“共建诚信家园、共铸食品安全”，开展了一系列宣传活动。6月15日，由云南省卫生厅和昆明市食安办联合举办的卫生部门食品安全宣传周活动在西山区碧鸡广场拉开了帷幕。

民以食为天。食品安全事关民众的生命与健康，安全质量重于泰山。加强诚信体系建设，形成诚



实守信的社会风尚，是确保食品安全的重要手段。

在当天的活动中，来自省卫生监督局、省及昆明市疾控中心、省健教所、昆明市食安委5家成员单位(农业局、质检局、工商局、商务局、食药局)、昆明市卫生执法监督局、及市、区级医院的专业人员、医务人员为市民开展了有关食品安全、健康保健、疾病预防等方面的咨询服务。活动现场，专家与群众就一些食品安全小常识进行了有奖问答互动；活动单位向群众发放食品安全知识、食品安全法规、食品安全守规的宣传资料，并展示食品安全宣传展板。

刘彦



云南省健康教育协会五届四次常务理事会在昆召开

2012年6月12日，云南省健康教育协会五届四次常务理事会在昆召开。16个常务理事单位，25名常务理事参加了此次会议。

受段鸿会长的委托，杨添懿副会长作重要讲话，他指出：这次会议是本届最后一次常务理事会，协会届期已满，根据协会申请，卫生厅党组建议协会会长拟任候选人为云南中医学院院长李玛琳。本次常务理事会议将讨论协会换届的有关事宜，提出一个完整的方案上报相关管理机构及部门。省卫生厅科教处处长、协会副秘书长黄兴黎就协会换届进行说明，并传达了省卫生厅关于部分省级医疗卫生社团组织换届工作的通知精神，进一步明确了学会(协会)换届的时间、换届程序。

受常务理事会委托，副会长兼秘书长盛星明就本届工作向常务理事会进行报告；财务科长刘静琴对本届财务收支情况进行汇报；副会长杨添懿就拟定第六届组织机构人选进行了说明；副秘书长段勇就协会章程是否修改，协会名称、住所是否变更，是否设立分支机构、是否设立常务理事，制定(或修改)本会会费标准和完善内部管理规



章制度及协会换届选举办法等进行了说明并提交大会讨论。

大会审议并通过了本届协会工作报告、本届财务审计情况及协会换届选举办法，各常务理事对本届协会工作取得的成绩给予充分肯定，对提交大会讨论的事宜提出了修改意见和建议。通过参会常务理事的讨论和酝酿，会议通过了章程修改，第六届组织机构人选的重新拟定，保持目前协会名称、住所，等条件成熟以后再成立分支机构，保留原有的常务理事设置。关于制定(或修改)本会会费标准和内部管理规章制度，建议在新一届理事会提出讨论。

省健康教育协会

云南第25个世界无烟日主题活动隆重举行



2012年5月31日是世界卫生组织发起的第25个世界无烟日。本次世界无烟日的主题是“烟草业干扰控烟”，口号是“生命与烟草的对抗”。为切实履行世界卫生组织《烟草控制框架公约》(以下简称《公约》)，进一步提高全社会对烟草危害的正确认识，保护和促进人民群众健康，省卫生厅根据卫生部有关文件精神，以无烟日为契机，结合我省控烟履约工作和控烟项目进度，将5月31日—6月30日定为2012年世界无烟日宣传月活动，全省各地因地制宜，在世界无烟日当天及一个月内举行形式多样的控烟宣传活动。

2012年5月31日，来自厅直单位、昆明市四区以及7所大专院校的医护人员、市民及志愿者近500人参加了由卫生厅主办、云南省健康教育所、云南超轶健康咨询中承办的“云南省世界无烟日省级主题活动”，活动在省疾控中心举行，云南省卫生厅副厅长张宽寿出席并发表主题讲话。

面对烟草业对控烟的干扰，张宽寿认为，烟草业虽然能创造较多的税收，但烟草使用也给社会带来沉重的负担，对人民的健康造成严重危害，影响社会和谐与人民幸福。绝不能以牺牲人民的健康和生命来换取企业的利益和短期的经济发展。同时，国家“十二五”规划已经明确提出：要在五年时间内使我国人均期望寿命增加一岁。要实现此目

标，控制烟草使用、降低二手烟暴露，是重要举措。烟草使用是健康的大敌，遏制烟草流行才能保护人民健康。

此次活动还对云南省5年以来在控烟履约工作中做出突出贡献的单位和个人进行了表彰。省第一人民医院、疾病预防控制中心等21个单位和团体获得“云南省控烟先进集体”，云南超轶健康咨询中心执行主任李晓亮获“云南省控烟特别贡献奖”，大理州水务局周明华等27人获“云南省控烟先进个人”称号，春城晚报罗南疆等10人获“云南省控烟优秀记者”称号，五华区司法局李娅妮等15位志愿者获“云南省控烟优秀志愿者”称号。



主题大会上同时启动了“被吸烟我不干”志愿者行动。随后，180余名身穿印有“被吸烟我不干”T恤的志愿者在南屏街、金马坊、翠湖等市民较为集中的场所开展形式多样的宣传活动，向公众宣传吸烟及二手烟的危害，与市民合影并将照片上传微博，争取更多公众抵制二手烟，呼吁无烟环境。

此后，有国家级、省级、市级共35家媒体对云南无烟日主题活动进行了报道，报道篇次达39，转载量目前已近200篇次。烟草控制与心理咨询部

我省开展联合国儿童基金会“青少年爱心大使项目—传播策略开发工作”现场调查



日前，联合国儿童基金会“青少年爱心大使项目—传播策略开发工作”现场调查在昆明、芒市两地圆满完成。

本项目在云南省昆明市、德宏州芒市和深圳市三地开展现场调查，旨在通过问卷调查和个人访谈，了解工厂、发廊、歌厅、网吧、宾馆等5个场所15-24岁外来务工青少年、少数民族青少年关于生殖健康及性病、艾滋病预防知识技能现状、健康教育需求、卫生服务利用情况、社交网络分布情况、社交媒体的利用情况，并根据调查结果，提出

开展校外青少年生殖健康教育的有效策略和措施。

为了高质量完成我省的调查工作，省爱心大使项目管理办公室在调查前对昆明和芒市的爱心大使调查员和质控员均进行了培训。培训的内容涉及：调查的背景，调查的目的、意义，调查方法，问卷结构，调查技巧，质控要求等。

在调查过程中，调查员深入到上述5个场所，对15-24岁的青少年进行自填式问卷调查，在调查对象完成问卷后，由调查员对问卷进行复核，发现有漏填、书写不清和逻辑错误的地方，由调查对象及时修正，保证了调查质量。

与此同时，调查还对部分青少年进行了一对一访谈，访谈员均由健康教育专业人员担任，深入了解其休闲娱乐、上网情况、与父母的关系、对朋友的认识、对生殖健康的认知、生殖健康相关态度及行为，生殖健康服务的利用情况和需求等。

本次在昆明、芒市两地共完成调查问卷541份，个人访谈62人。行动办

· 疾病防控 ·

国家食品药品监督管理局提醒—— 谨防夏季细菌性食物中毒

国家食品药品监督管理局5月8日发布2012年第1期餐饮服务食品安全预警公告，要求餐饮服务单位严把原料采购关和制作过程关，建议消费者选择餐饮服务监督量化级别较高的餐饮服务单位就餐。

公告说，消费者在就餐过程中如发现餐饮服务单位供售的食品腐败变质、感官性状异常的，应及时向食药监部门投诉举报；就餐结束时，应主动索取发票等就餐凭证。在家就餐时，加工制作餐具、砧板、容器应生熟分开，且用后洗净；冷藏食物存放时间不宜超过24小时；慎食野生植物，原则上不随意采食不认识的野生植物和蘑菇。

公告指出，为避免夏季细菌性食物中毒，当熟制食品存放在10℃~60℃之间的温度条件时，存放时间应不超过2小时；食品中心温度保持在60℃以上(热藏)的集体用餐配送食品，其保质期应不超过烧熟后4小时；食品中心温度保持在10℃以下(冷藏)的食品，其保质期应不超过烧熟后24小时。

吃凉拌菜吃出片形吸虫病

最近一年多来，大理州宾川县州城镇陆续报告了26例不明原因的疾病，患者有高热、肝区疼痛、肝脏肿大等症状。经过调查发现，当地的牛羊粪便中有片形吸虫虫卵，水沟中的椎实螺中有片形吸虫幼虫，部分患者的粪便中也查到了片形吸虫虫卵。因此确定，这些患者所染疾病为片形吸虫病，而当地居民喜欢吃凉拌蔬菜，是染病的原因。

片形吸虫能在人体存活12年

片形吸虫病是一种人兽共患寄生虫病，既可感染牛、羊等牲畜，又可以感染人。片形吸虫的成虫主要寄生在牛、羊等哺乳动物的胆道，成虫

吐出的虫卵随胆汁进入肠腔，混入粪便排出体外。片形吸虫的中间宿主是椎实螺。片形吸虫成虫在牛体内可存活9~12个月，在绵羊体内可活11年，在人体内可活长达12年。

人体感染片形吸虫是偶然的，其主要感染方式是食入感染期囊蚴，也有经生食牛、羊肝脏造成感染的报道。根据流行病学资料分析，大多数感染者有喝生水和生食水生植物的习惯。

片形吸虫引发肝胆损伤

片形吸虫囊蚴经口感染后，在消化液和胆汁的作用下尾蚴脱囊而出，童虫穿过肠壁，经腹腔侵入肝实质，数周后直接侵入肝内胆管，或经淋巴、血液循环进入胆管定居，发育为成虫，并引起肝胆系统的病变。片形吸虫病表现为肝胆炎症、坏死、纤维化等渐进性病理改变，甚至出现肝萎缩，若损伤血管可致肝实质梗死和出血性损伤。少数感染者可不出现临床症状而只是带虫者。

如果患者来自片形吸虫病流行区，有喝生水或生吃水生植物史，急性期出现高热、腹痛，多数患者有胃肠道症状，肝脾肿大，嗜酸性粒细胞增高，应考虑为片形吸虫病，再进一步做病原学、免疫学和影像学等相关检查。治疗片形吸虫病的药物为三氯苯达唑。此次宾川县的患者经三氯苯达唑治疗，效果明显。

片形吸虫病的预防措施主要是控制传染源，加强人、畜粪便管理和水源管理，切断传播途径。居民要改变不良的饮食习惯，不饮生水，不生吃蔬菜、水生植物和动物内脏。

文斌 方文



· 卫生信息 ·

陈竺：健康城市建设是医改应有之义

6月7日，健康城市建设工作经验交流会在京举行。全国爱国卫生运动委员会副主任、卫生部部长陈竺在会上指出，健康城市建设工作是我国医改的应有之义。会议认为，健康城市代表了我国发展转型期城市发展的方向。当前，我国健康城市建设正迎来最佳的发展机遇。

陈竺说，健康城市建设工作是促进实现人人享有基本医疗卫生服务目标的一项重要举措，也是促进“健康中国2020”战略规划实施的有效载体，为创新社会管理提供了崭新的思路和广阔的平台。

1984年，世界卫生组织提出健康城市概念，强调城市要在规划、建设和管理等各个方面都以人的健康为中心，通过不断改善自然和社会环境，使人们能够充分享受生命和不断发挥潜能，实现人群健康、环境健康和社会健康的和谐统一。我国卫生城市创建与世界健康城市创建同步，其内涵不断扩展，目前已累计命名153个国家卫生城市，并启动了健康城镇建设。 郑灵巧

我国人口老龄化呈现六个基本特征

我国是在尚未实现现代化、经济还不发达的情况下进入老龄社会的，“未富先老”问题突出。在近日举行的“2012世界卫生日主题活动暨中国老龄化与健康研讨会”上，与会专家表示，我国人口老龄化存在规模巨大、增长迅速、地区失衡、城乡倒置、女多于男、未富先老6个基本特征。实现健康且积极的老龄化社会是一项推动社会进步的公益事业，需要政府、社会以及每个公民作出积极响应。

出席研讨会的世卫组织驻华代表蓝睿明博士指出，引发疾病的危险因素随着年龄的增加而不断增加，因此应将健康促进贯穿生命全程，其中包括健康饮食，积极锻炼，避免吸烟、酗酒等。其次，政府应做好应对老龄化的准备，创造一个关爱老人、支持老人参与日常生活的良好环境。

王丹



科学用盐促进健康计划启动



6月12日，中国盐业科学用盐促进健康行动计划在京启动，旨在通过科学用盐推动盐品升级换代，开发科学用盐产品，变“工具限盐”为“技术减盐”，促进国民健康。

世界卫生组织建议，健康成年人每日盐摄入量最多不超过5克。调查显示，我国膳食盐人均摄入量高达每日12克~15克。《中国慢性病防治工作规划(2012年~2015年)》提出的目标是，到2015年全国人均每日食盐摄入量下降到9克以下。

据悉，由中国盐业总公司发起的该计划内容包括：实施全国范围科学用盐促进健康项目，加强与科学用盐相关的产品研发；推进与科学用盐相关的盐产品在调味品、方便食品、酱油酿造等食品加工企业、企事业单位食堂和社会餐饮的应用；广泛宣传科学用盐饮食理念，积极传播健康生活方式和健康文化等。 边吉

慢病防治进入细化落实阶段

6月8日，第三届中国慢病管理大会在京举行。据卫生部疾病预防控制局副局长孔灵芝介绍，首个由多部门联合制定的《中国慢性病防治工作规划(2012年~2015年)》颁布后，规划所涉及的15个部门已于上月底召开第一次部级联席会议，各部门均开始围绕《规划》制定相应的细化措施，各地也将结合实际制定本地防治规划和年度工作计划。

《规划》提出8个目标、24个指标、3项基本原则、7项策略措施以及5项保障机制。其中，24个指标中不仅有疾病相关防控目标，还包括食盐摄入量、参加体育锻炼人数比例等卫生部门职责外的慢病危险因素相关指标控制。如何将所涉多部门职能和工作进行协调整合，是下一步部级联席会议的讨论重点。

边吉

· 卫生工作动态 ·

我省所有行政村配齐卫生室 缓解基层看病难

记者从近日召开的省人大常委会视察农村医药卫生工作情况汇报会上获悉，截至2012年2月底，全省1286个建制乡镇设有卫生院1386个(含乡镇卫生院分院100个)，12684个行政村共有卫生室13291个，全面实现每个乡镇有一所政府办的乡镇卫生院、每个行政村有一所村卫生室的目标。

省卫生厅负责人在会上表示，通过3年的建设，全省农村医疗卫生机构新增业务用房面积200多万平方米、新增住院病床近8000张，业务用房不足、危房比例高、功能不完善、医疗流程不合理等问题不同程度得到解决，基层“看病难”问题得到进一步缓解。去年，乡镇卫生院门诊诊疗达到了3248.86万人次。尽管云南省农村卫生机构建设得到了加强，但服务能力依然不强。目前，全省达到国家指导意见标准的乡镇卫生院和村卫生室分别只有848个、8380个，近40%的乡镇卫生院没有标准的手术室、产科设施。同时，基层卫生技术队伍不足、素质不高。

刘颖

马龙县—— 部署疾病预防控制工作

5月15日，马龙县疾控中心召开全县疾病预防控制工作会议，贯彻曲靖市疾病预防控制工作会议、总结2011年全县疾病预防控制工作、安排部署2011年工作任务。

2011年全县疾控工作的主要任务是：(一)以一个“确保”为中心、切实加强霍乱、鼠疫、手足口病、流感、艾滋病、结核病、肝炎等重点传染病防控工作。(二)以科学应对突发公共卫生事件为核心、切实加强卫生应急能力建设。

(三)以巩固消除脊灰和消除麻疹为目标、切实强化免疫规范化管理。(四)切实加大慢性工作传染性疾病的防控力度。(五)以提升公共卫生综合服务水平为主题、切实加强健康危害因素监测与评价工作。(六)切实增强健康教育与健康促进工作。(七)以绩效考核和督导落实为抓手、推进全县疾控工作的年度考核和评比。

(八)以疾控品牌创建为内涵、加强疾控特色文化建设工作。(九)以基层培训为切入点、加大科研力度、加强人才队伍建设。

张勤 琴号

大理州—— 2012年争取到19个中央投资项目

大理州卫生局在上级各部门的关心支持下，2012年争取到州儿童医院、祥云县中医院、云龙县急救中心等19个中央投资卫生建设项目，建设规模61822平方米，项目投资17417万元。

截止2012年5月，大理州先后实施了国家农村卫生服务体系、基层医疗卫生服务体系、急救体系和监督体系项目建设，组织实施了县市综合医院、中医院、急救中心、卫生监督所、妇幼保健院、乡镇卫生院、村卫生室等建设项目1273个，总投资18.65亿元，房屋建筑面积达87.8万平方米，与2005年相比，房屋建筑面积增加17万平方米；多渠道筹措资金，投资5.47亿元进行设备更新，使各级医疗卫生机构设备装备水平上了一个新台阶。

张机康



麻栗坡县—— 深入麻风病疫村开展卫生服务工作

为深化医药卫生体制改革，切实做好基本公共卫生服务项目，加强麻风病防治工作，保护人民群众身体健康，近日，麻栗坡县皮肤病防治站组织专业人员深入到重点麻风病疫村猛洞乡昆脑村委会新寨村小组，采取多种方式，开展了一系列宣传、调查、体检等基本公共卫生麻风病服务项目工作。

一是在入村体检前3天，选派专业人员深入新寨村小组，挨家挨户进行强化宣传，共发放宣传单200余份，张贴宣传画200余张，发放皮肤病调查体检通知，保证村民能按时接受调查体检；二是组织山、乡、村三级工作人员组成的查病工作组，对新寨村小组村民开展皮肤病调查，为219人进行体检并建立了《居民健康档案》和《皮肤健康档案》；三是对24名外出务工的麻风病高危人群建立名册，进行详细登记，采用电话联系的方式，预约完成一年一次的调查体检工作。

麻坡

· 健康教育 ·

健康教育与临床服务脱节 卫生系统内部应整合资源加强协作

全国健康教育与健康促进工作座谈会近日在上海市召开。卫生部副部长刘谦在会上指出，健康教育与临床服务明显脱节，医疗卫生工作者尚未有效发挥社会动员、传播健康知识的作用；健康教育专业人员数量不足，整体素质亟待提高；政府和社会各界对健康教育的投入不足。

刘谦说，随着医改的深化，健康教育作为医改中10类国家基本公共卫生服务的内容之一，工作内容应由以疾病为中心的卫生知识传播，逐步发展为以健康为中心的健康促进综合干预。今后，应把健康教育放在深化医改的大局中统筹推进，力求与医改各项措施协同与配合，促使各级政府和各有关部门加大对这项工作的支持力度。要加强卫生部门内部分工协作与资源整合。要不断丰富健康教育内容和形式，充分利用网络、微博等新媒体，坚持科学传播健康知识，避免虚假信息误导群众。

会议披露，截至2010年年底，全国健康教育专业机构达到2678个，100%的省(区、市)、95%的地市、81%的县(区)设置专门的健康教育机构，其中独立设置的健康教育机构有314个。

甘贝贝

“八个行动主张”应对慢病

在由中华医学会、中国健康教育中心、中国健康促进基金会主办的2012年“中华医学会健康大讲堂”第一讲课堂上，中华医学会健康管理学分会候任主任委员、空军航空医学研究所武留信研究员，针对“提高健康素养，自主管理健康”的主题作了报告。

对于已患有慢性疾病或具有患慢性疾病的风险人群，武留信建议可以采取主动管理的“八个行动主张”方法积极应对：戒烟行动、限酒行动、健身行动、减肥行动、合理膳食行动、心理呵护行动、环境健康行动、健康生活行动。

世勇

· 健康指导 ·

在家自测血压益处多

我国高血压患者高达两亿，且随着人口增多、老龄化加速，患者仍不断增多。但我国人群高血压知晓率和控制率均较低。其中一个重要原因就是很多老百姓不知道自己的血压高低，或测量方法不规范，甚至很多高血压患者不了解自己的血压情况，仅凭感觉用药。而对于一些特殊的高血压患者，如老年高血压、难治性高血压和孕妇等，不但要提防血压骤然升高，也要注意过度降压或血压自身波动等情况下的低血压。



《中国血压测量指南》近日正式发布，建议有条件的家庭最好能备一个血压计进行自测血压，采用国际标准认证的上臂式电子血压计，一般不推荐指式、手腕式电子血压计。病人及家属积极参与，提高了其接受治疗的主动性，比单纯被动治疗更能收到理想效果。例如，有的患者某时期由于工作劳累、精神紧张或看精彩的体育比赛等导致血压升高，需要适当增加降压药物；有的患者血压虽已稳定在正常水平，但因某一时期合并有其他疾病，使用特殊药物影响降压药效果。随时增减药物的依据就是血压值，判断调整治疗效果的手段也是血压值，自测血压既方便又及时。

世界高血压联盟主席 刘力生

手部破损莫接触生牛羊肉

近日，40多岁的赵先生莫名其妙地发起高烧，体温最高时达41℃。血液检测报告显示，血中特异性抗体阳性，且检出布鲁氏菌。据此，医生高度怀疑赵先生感染了布鲁氏菌。

布鲁氏菌病是由布鲁氏菌引起的急性慢性传染病，属自然疫源性传染病。布鲁氏菌感染一般认为与牛羊接触较多而患病，但赵先生否认直接接触牛羊等牲畜。赵先生平时喜食牛羊肉，且喜欢自己动手烹饪，在清洗、切割的过程中，免不了会碰到生牛羊肉。若赵先生接触的是被感染的牛羊肉，而手此时恰好有伤口，就极有可能被感染。

专家表示，预防布鲁氏菌病，除了从事畜牧业、屠宰或做皮毛生意等与牛羊频繁接触者应特别注意外，一般人也应不吃半生不熟的牛羊肉，国内有报道吃涮羊肉感染布鲁氏菌的病例。同时，手部有破损者应尽量避免接触生牛羊肉，以免感染。浙江省人民医院感染科副主任医师 王洪