



主 办：张家界日报社
协办单位：张家界市人民医院
张家界市永定区妇幼保健院
张家界大众医院
张家界美年大健康管理有限公司

咨询热线：刘雪融 13037449120
周国任 13237442000
联系地址：市区南庄坪张家界日报社一楼

健康中国行动加速 美年健康迎来最强风口



近日，国务院印发《关于实施健康中国行动的意见》（下称《意见》），国务院办公厅印发《健康中国行动组织实施和考核方案》，健康中国行动推进委员会印发《健康中国行动（2019—2030年）》。这三个文件为实施健康中国战略绘就了施工图。

《健康中国行动（2019—2030年）》指出，积极应对当前突出健康问题，必须关口前移，采取有效干预措施，努力使群众不生、少生病，提高生活质量，延长健康寿命。这是以较低成本取得较高健康绩效的有效策略，是解决当前健康问题的现实途径，是落实健康中国战略的重要举措。

人民健康是民族昌盛和国家富强的标志，预防是最经济最有效的健康策略。作为预防慢性病，防治亚健康的第一道关卡，体检的重要性不言而喻。

事实上，《健康中国行动（2019—2030年）》明确表示，人群健康体检率要持续提高，基本实现癌症高危人群定期参加防癌体检。

太平洋证券研报对此认为，随着健康消费升级，大众对早发现、早治疗、早预防、早健康的健康观念大幅提升，健康体检行业的市场需求旺盛，呈现井喷发展的趋势。

领先布局防癌体检

值得关注的是，《健康中国行动（2019—2030年）》认为，规范的防癌体检是发现癌症和癌前病变的重要途径。目前的技术手段可以早期发现大部分的常见癌症，如使用胃肠镜可以发现消化道癌，采用醋酸染色肉眼观察/碘染色肉眼观察（VIA/VILI）、宫颈脱落细胞学检查或高危型人乳头瘤病毒（HPV）DNA检测，可以发现宫颈癌，胸部低剂量螺旋CT可以发现肺癌，超声结合

钼靶可以发现乳腺癌。建议高危人群选择专业的体检机构进行定期防癌体检。

实际上，美年健康作为国内健康体检行业的企业，持续运用先进技术，在癌症早筛领域早已进行了相关布局。

美年大健康集团副总裁、首席科学家宁毅博士表示，从国际上来看，新的技术手段正在越来越多的运用于将关口前移的预防医学中。根据金标准随机临床实验（RCT）结果，低剂量螺旋CT能够降低20%的肺癌死亡率，另外我国有自主知识产权的胃镜胶囊对胃部疾病的筛查效果也非常突出。

从中国出来第一台低剂量CT开始，目前美年体系内CT数量已超700台，占全国CT总量的3%，有效替代了传统的DR肺部检查。而相比MR的重大阳性检出率，CT的这一数据为6.2%。2018年，美年肺癌查出率6%，脑梗阻6.9%，胃癌3.2%，接近1%重大阳性。根据中关村美年健康产业研究院提供的数据，2018年，美年健康使用磁控胶囊胃镜进行检查中，胃肠道的息肉、黏膜隆起、溃疡、憩室、静脉曲张、克罗恩病等检出阳性结果近1.2万多例，检出率超过25%。

积极防控慢性病

防控重大疾病是《健康中国2030规划纲要》关键任务之一，它将心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统性疾病、糖尿病、传染病和地方病等最常见并严重危害国民健康及生活质量的疾病纳入防控行动中。

根据资料统计，2015年全球糖尿病患者约有4.15亿人，我国糖尿病患者人数约1.1亿人，位居世界第一。因糖尿病导致的直接医疗开支占全国医疗总开支的13%，达到1734亿人民币。预测到2040年，中国糖尿病患者将达到1.51亿。这一严峻的数字将对国家医保产生巨大的负担。

以糖尿病为例，在体检龙头美年健康近3000万人次的体检平台上，一年大概有1000万人查出血糖有问题，包括糖尿病患者有300万，处于糖尿病前期的人有700万。

不过，宁毅博士的研究发现，体检人群中10.8%的人是糖尿病，而患病人群的疾病知晓率只有49.0%，而知晓人群中糖尿病控制率仅仅27.3%，大大增加了糖尿病整体治疗的负担。对于预防医学来说，未来还存在着巨大的发展空间，比如研究发现，每天即便是15分钟的运动，也可以降低总死亡率、癌症死亡率、心血管和糖尿病死亡率。

事实上，早在2016年11月，美年健康发起，联合国家卫健委、拜耳医疗、慈铭体检集团、七乐康、迈克生物、通化东宝、三诺生物、北大未名、平安健康等企业启动了全民控糖登月计划。该计划为期十年，旨在通过广泛的产业联盟，在糖尿病预防领域，建立中国的糖尿病慢病防控体系。

（新华网）

话题

永定区妇幼保健院 开展义诊活动

近日，永定区妇幼保健院走进后坪社区，开展以“户帮户亲帮亲互助脱贫小康”为主题的义诊活动。

活动中，区妇幼保健院质控科相关负责人就高血压、糖尿病、癌症等中老年病的危害、诊断依据、影响因素以及如何从合理膳食、适量运动、戒烟限酒等方面给社区居民进行健康知识宣讲，同时活动现场还向大家发放健康教育知识宣传册，积极为大家介绍健康生活方式。随后，医护人员依次为社区居民进行生命体征测量、分析病情、指导用药，让居民在家门口就能寻医问药。

据悉，此次活动共义诊60余人，发放健康宣传资料300余份，免费向社区居民赠送了价值2800元的相关药品，帮助社区居民强化了基本知识，提高常见病、多发病的防治能力和公众卫生服务能力。（欧爱琼 李勇）

健康管理

如何保护自己远离登革热

世界卫生组织统计数据显示，登革热发病率最近几十年在全球大幅上升，目前该病在100多个国家呈地域性流行。其中，东南亚、美洲和西太平洋区域受影响最为严重。

在东南亚地区，登革热疫情几乎年年有，但近年来势格外凶猛：菲律宾、越南、马来西亚、孟加拉国等国病例数大幅超过去年同期，且疫情仍没有减缓迹象。登革热及其防控有哪些特点？如何保护自己远离登革热？

为什么流行？

登革热是一种由登革病毒引起的急性传染病。患者有持续发热、剧烈头痛、肌肉痛、关节痛等症状，同时会伴有食欲减退、恶心、呕吐和皮疹，严重病例会死亡。

东南亚地区在进入雨季季后，充沛降水为蚊子繁殖带来了有利条件。蚊子叮咬登革热病人或隐性感染者后，病毒就会在蚊子体内大量复

制。而当蚊子叮咬其他人后，病毒就会被传播。

英国《柳叶刀》杂志去年发表的一项研究发现，受气候变化影响，自1990年以来，登革热病例数每10年就近乎成倍上升。另一项发表在英国《自然·微生物学》杂志上的研究则认为，城市化发展和大规模人口流动助推了登革热扩散。

疫苗有用吗？

世卫组织官网资料显示，目前，对登革热没有特别治疗办法，及早发现和适宜的医护可将死亡率降到1%以下。

法国制药公司赛诺菲巴斯德2015年底研制的Dengvaxia是全球首款登革热疫苗，但只适合曾患过登革热的人预防再次感染，不能用于此前未患过登革热的人。对于那些从未感染过登革热的人群来说，在接种疫苗后如果

感染登革热，反而可能引发更严重症状。

美国食品和药物管理局生物制品评估与研究中心主任彼得·马科斯解释说，人体感染某型登革病毒后，通常只对该型病毒免疫，此后如果感染其他类型的病毒，可能导致严重病情。

防蚊是关键

做好防蚊措施，对预防登革热尤为重要。世卫组织建议说，睡觉时最好使用蚊帐，还应使用纱窗或关闭门窗防止蚊子进入室内。尽可能别让皮肤暴露在外，穿着浅色、长袖、稍显宽松的衣裤、较为紧密的衣物面料最为理想。这是因为蚊子更容易被蓝色、绿色、黑色等深色吸引，紧身且面料稀疏的衣物仍然让蚊子有可乘之机。

有些蚊卵能在无水的情况下存活长达一年，少量积水足以让蚊卵发育成幼蚊。因此清

理积水，从源头防控格外重要。世卫组织建议，要将水桶、花盆或者汽车轮胎等可能蓄水（即使是少量水）的容器排空，使其保持清洁或加以遮盖，让蚊子无处滋生。

世卫组织建议，可在皮肤或是穿着的衣物上使用驱蚊剂，驱蚊剂中应含有避蚊胺成分。要按产品说明所建议的剂量来使用驱蚊剂，这样做对孕妇和胎儿来说也是安全的。可根据户外停留时间的长短，选择不同避蚊胺浓度的驱蚊产品。使用避蚊胺浓度为30%的驱蚊液后，有效驱蚊时间可达6小时。

泰国公共卫生部发言人奥帕指出，传播登革热病毒的蚊子多在白天活动，游客在登革热流行地区户外活动时，应尽量避免在雨季出入山林、瀑布等有积水、不通风的地区。

（新华网）

就医助手



张家界市人民医院



张家界大众医院



永定区妇幼保健院



张家界美年大健康管理有限公司

