健康中国

——70年中国面貌变迁述评之七

文/新华社记者 陈 聪 屈 婷 邱冰清 林苗苗 摄影/新华社记者 彭 源

70年,是一个民族从“东亚病夫”到“东方巨人”的历史性跨越;

70年,也是一个国家不断开启健康中国建设新局面的生动写照。

从“赤脚医生”到“全科医生”,从消灭传染病、寄生虫病到攻坚慢性病、癌症,从“以治病为中心”到“以人民健康为中心”……70年来,在中国共产党的坚强领导下,立柱架梁的民生举措相继实施,人民群众的健康获得感不断增强,一条致力于让近14亿人过上美好生活的健康中国之路正在铺就。

健康中国的为民底色

新中国成立之初,多地疫病横行,农村卫生基础十分薄弱。但医疗卫生从业人员少得可怜,几乎无力解决人民群众大量的健康问题。

形势急迫。在党中央的关怀下,一条具有重大革新性的公共卫生体系之路开启——通过“中西医相结合”,在很短时间里培训出大量掌握基本技能的医护工作者,以集中力量实施预防、初级保健和公共卫生行动。

此后仅用了短短30年,中国人的人均预期寿命、孕产妇死亡率、婴儿死亡率等主要健康指标实现了巨大飞跃,一个覆盖绝大多数民众的初级保健体系基本建立。其中,“赤脚医生”穿行乡间村陌,用中西医结合的“土法”治病、制药,解决了农村缺医少药的燃眉之急。

改革开放后,随着卫生健康事业不断发展,“赤脚医生”变成了技能更专业、诊疗更规范的乡村医生,继续行走在基层医疗的第一线。解决了疫病横行问题的中国,也发展出众多全科医生、家庭医生这样人民群众健康的“守门人”。

医疗卫生人才队伍更加优化,整合型医疗服务体系逐步构建……如今,我国医师数量已达360.7万,每千人口医师数达到2.59人,年诊疗人次数达到83.1亿,支撑起世界上最大的医疗卫生服务体系。

从“赤脚医生”到“全科医生”,一张张平凡的面孔,印证了中国卫生健康事业一路走来的不凡岁月;从缺医少药到村村有卫生室,是中国共产党全心全意为人民服务宗旨在卫生健康领域的具体实践——

在山西吕梁,13个县均成立医疗集团,村卫生室达标率为91.4%,远程诊疗体系框架初步建立;

在四川乐山,针对乡村医生“招不来、引不进、留不住、考不上”的问题,通过“乡村医士班”免费定向培养474名乡村医生,逐步打造一支“永久牌”人才队伍;在新疆克孜勒苏柯尔克孜自治州,全面实施“先诊疗、后付费”、“一站式”结算,全州已有约3.2万人享受了“先诊疗、后付费”政策……

正如世界卫生组织前总干事陈冯富珍所说,中国关于医疗改革的相关决定最突出特点就是立足基层,体现政府真正把百姓的利益放在心上。

健康中国的理念支撑

“借问瘟君欲何往?纸船明烛照天烧。”

1958年夏,毛泽东看到血吸虫病重点流行区之一江西省余江县消灭血吸虫病的新闻报道,挥笔写下《七律二首·送瘟神》。血吸虫病基本消灭,成为新中国疾病防控的“第一面红旗”。

旧中国,不仅血吸虫病,鼠疫、霍乱、黑热病、斑疹伤寒、回归热、丝虫病、疟疾、麻风病等恶性传染病、寄生虫病和地方病横行肆虐,严重危害着亿万群众的生命健康,影响生产生活。

治病救人,成为国家医疗卫生工作的急迫要求。“爱国卫生运动”随即开展,通过移风易俗、群防群治,让群众疾病在短时间内得到有效控制,城乡面貌和人民健康水平获得极大提升。

70年来,随着经济社会的发展,公众的期盼已从“能看病”发展为“看好病”乃至“不得病”。与此同时,工业化、城镇化、人口老龄化进程加快,加上居民健康知识知晓率偏低,吸烟、酗酒、缺乏锻炼、不合理膳食等不健康生活方式比较普遍,由此引起的健康问题日益突出。

民之所望,政之所向——

2016年10月,由中共中央政治局审议通过的《“健康中国2030”规划纲要》发布,勾画出打造健康中国的美好蓝图。这一部署,标志着健康中国建设的顶层设计基本形成;

今年7月,国家层面出台《健康中国行动(2019-2030年)》,字里行间折射出从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”的巨大转变。

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,努力使群众不生病、少生病,为全方位全周期保障人民健康、建设健康中国奠定坚实基础。

重点人群“网格式”防护——健康中国行动针对妇女婴幼儿、中小学生、劳动者、老年人四类重点人群开展专项行动,体现出全生命周期健康覆盖“一个都不能少”的坚定承诺。

重大慢病防治再出发——如今慢性病已取代传染病成为国民健康的“头号威胁”。健康中国行动明确,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。

从健康知识普及和合理膳食,到全民健身和控烟,从心理健康和健康环境促进,到防控四类重大慢性病,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。

国家卫健委卫生发展研究中心主任傅卫指出,健康中国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。

内蒙古自治区人民医院新生儿科护士长杨晓玲在护理新生儿

健康中国的生动图景

“去哪儿锻炼”一度是很多人的困扰。

江苏镇江市世业镇永茂圩自然村村民洪家勇家门口的一条小河,曾几何时既是排污处也是灌溉水,“到了夏天院子里都不敢站人,更别提锻炼了”。

近年来,与“厕所革命”相伴进行的厕所下水道管网建设和农村污水处理,给农村环境进行“美颜”升级。不仅如此,村里还添置了公共健身器材,铺上了自行车道和人行步道,“走下牌桌走向户外的村民越来越多了。”世业镇世业村村委会主任何永林说。

世业镇体育活动的火热场景,是健康中国建设推进全民健身的缩影——

在各大城市,街边绿道、城市公园、公共体育馆都成为群众健身的主场地,“马拉松热”“私教课热”“广场舞热”等无一不彰显全民健身理念深入人心;

在农村地区,“一场两台”等体育设施已覆盖全国近57万个行政村,“15分钟健身圈”让“健身去哪里”变为“健身在身边”。

有关部门不断深化改革、创新举措,为百姓参加健身锻炼创造便利条件、营造良好氛围,让国人真正从“全民健身”中享受“全民健康”。

随着大卫生、大健康观念的树立,健康生活理念深入人心——

大众的健身方式从单一的跑步做操,到健身房练习,再到私教课、零售制健身课程,越来越多的人选择用动感的节奏搭建疾病防治的首道关卡;

大众对健康状态的认知从单一的体魄强健到关注心理健康,越来越多的人主动选择通过运动、“诗与远方”、培养更多的兴趣爱好以及接受心理咨询等方式缓解内心压力;

大众对健康观的理解从“疾病治疗”到“健康管理”,越来越多的人开始重视定期体检,注重通过饮食起居、运动疗法、中医药等多种措施将管理健康的关口前移;

大众对健康管理的标准从大概念的少油少盐到精确控制每天摄入、消耗的卡路里,越来越多的人开始对体重“斤斤计较”,与高糖高油“说再见”。

“这种趋势反映出更多的人开始意识到吃一些‘自己觉得健康’的食物。”南京市妇幼保健院营养科医师苗苗说,近几年到该院减肥门诊的人次增多,他们关心怎么吃能做到膳食均衡、如何运动能减重。

始简今巨。我国人均预期寿命在新中国成立之初仅35岁,在2018年已达到77岁;孕产妇死亡率由1500/10万下降到18.3/10万,婴儿死亡率由200‰下降到6.1‰。

70年来,我国用较少的投入取得了较高的健康绩效,多项指标优于中高收入国家平均水平,走出了一条中国特色卫生健康事业改革发展之路;

70年来,卫生健康事业的持续发展、国民身体素质的不断提高,绘就一幅健康中国的生动图景——

从西方摄影师镜头中“瘦小伶仃”的形象到向“更高、更强”的目标进发,中国孩子身高呈现“上扬曲线”,其中7到19岁儿童青少年的身高、体重等指标增幅显著;

从“吃不饱”到“吃得好”“吃得健康”“吃得营养”,我国建立了全国食物与营养监测体系,中国居民膳食营养与体格发育状况总体改善;

从“小病拖、大病扛”到分级诊疗、三医联动,我国已基本建成覆盖城乡的基层医疗卫生服务网络,着力打造家门口的“15分钟医疗圈”。老百姓对“病有所医”的期盼,正转化为看病就医实实在在的实惠。

70年栉风沐雨,70年砥砺前行。

健康中国行动文件里,一组数据清晰描绘健康中国的未来目标——到2030年,全民健康素养水平大幅提升,健康生活方式基本普及,居民主要健康影响因素得到有效控制,因重大慢性病导致的过早死亡率明显降低,人均健康预期寿命得到较大提高,居民主要健康指标水平进入高收入国家行列。

一人健康是立身之本,人民健康是立国之基。站在更长远的历史视野上回望,在健康中国战略指引下,中华民族伟大复兴的健康之基正在不断夯实,人民美好生活的梦想正在走进现实……