

从“土厚水深”到“全国健康城市试点”

——侯马扎实推进全国健康城市试点工作纪实

毛栋慷 秦明忠



侯马市委书记王熙杰在基层一线宣传健康知识。



侯马市委副书记、市长黄晓君在基层一线宣传健康知识。

万名党员「送健康」

刘晓波

2019年以来,为了提高群众的健康素养水平,让群众真正地掌握健康知识,侯马市组织全市16000多名党员干部,深入开展了“万名党员送健康”活动,把慢性病防控工作与基层党建结合起来,以党建促慢病防控工作,以慢病防控工作的成效来检验党员干部为人民服务的能力和水平,深入推进全国健康城市试点城市建设进程。

聚焦郭村,试点先行。卫体局是该市创建全国健康城市试点城市工作的牵头单位。早在2018年3月开始,卫体局就提前动手,组织本单位30多个党员干部作为试点,在新田乡郭村实施了党员包户宣传《中国公民健康素养66条》活动。郭村300余户农民,卫体局30余名党员干部,每人包10户,用10多个月的时间,提高这10户村民的健康素养水平。他们每月深入郭村开展一次宣传活动。每个党员都建立了自己宣传户的微信群,在群里发送健康知识。郭村村民薛希颜说:“他们发的健康知识,我都转发到家庭群里了,让我们家人好好学习”。这是群众对健康知识的迫切需求和对政府部门送健康的认可。

答题评估,普及知识。为了强化群众对健康知识的记忆,侯马市卫体局在郭村组织开展了卫生健康知识试卷答题活动,让村民在不同的时间反复回答一份试题。村委会干部张荷兰,第一次答题时只得了40分;包户党员干部对她详细讲解学习每道题的知识。过了几天时间,张荷兰第二次答题时就得了85分。又过了一个多月时间,让她第三次答题,张荷兰就轻轻松松得了满分。这样反复强化,最终让大家记住了核心健康知识,受到群众的普遍欢迎和充分肯定。群众不仅把知识记在脑子里,而且自觉应用到了日常生活中。张荷兰说:“从开始学习健康知识以后,我们家吃盐和油都少了。以前全家5口人,一个月要吃5公斤油,现在5公斤油能吃一个月还多”。

总结经验,全市推广。通过郭村先行试点工作,侯马市及时总结工作经验。大家发现,群众非常欢迎健康知识的宣传学习,只是很多人不知道从哪学、怎么学,缺少一个好的机制让群众持续深入地学习健康知识并变成健康行为。为此,侯马市委、市政府决定,从2019年3月开始由市委组织部牵头,市卫体局具体实施,结合党员干部下基层活动,在全市开展“万名党员送健康”活动。

首先进行了党员干部队伍培训。该市分期分批组织全市机关干部党员统一进行培训,其余8个乡镇党员干部在各辖区接受培训。培训课程由市健康教育所提供。通过培训学习,全市城乡16000名党员干部掌握了比较全面的健康知识,同时也宣传带动每一名党员干部的家庭成员。

准备专业资料。市卫体局把基本公共卫生的宣传内容、《中国公民健康素养66条》《中医健康素养42条》、慢病管理的核心知识等资料,统一装在一个基本公共卫生宣传袋中,做到每户一袋。一位正在入户宣传健康知识的干部说:“这样既好保存,又方便给大家发放,还可以随时拿出来翻看学习”。

“三步走”深化巩固宣传成果。一是开展宣讲活动。全市所有党员以支部为单位,结合本单位实际,实行支部包村(社区)党员包户,深入社区、乡村,集中开展送健康活动。包村(区)户支部及党员定期到群众家中开展健康知识宣讲活动,确保所包户群众能够熟练掌握健康知识。二是开展健康促进活动。包村(居)支部及党员在群众掌握健康知识的同时,指导群众在体质指数标准化、体育锻炼常态化等方面与群众共同努力,把健康知识应用到日常生活中,逐步使全市人民在“三减三健”方面都能形成自觉。三是开展健康知识考试和知识竞赛活动。每周11月至12月份,组织开展健康知识考试和比赛活动,考试活动由所包村(居)支部及包户党员组织开展并答题。

监测评估,继续推进。在2017年、2018年进行了2次监测评估健康素养水平的基础上,2019年底,侯马市又开展了第三次健康素养水平监测。该市达到了户均一套健康知识图册和基本公共卫生知识宣传资料,市民群众对烟草危害的知晓率、对吸烟增加肺癌风险的知晓率、对心血管疾病危害的知晓率等健康知识掌握程度都超过全国平均水平。“万名党员送健康”活动,取得了良好的社会效益。

目前,这项深受群众欢迎的活动,正在新田大地上持续深入推进中。



图为工作人员深入群众宣传健康知识。

“新田,土厚水深,居之不疾,有汾汾以流其恶,且民从教,十世之利也……”

这是2600多年前,春秋晋国名臣韩厥向晋景公建议迁都时所说的话(见《左传·成公六年》)。

新田,即今天的侯马。公元前585年,晋国迁都于此,开启了古新田的城市文明之光。斗转星移,岁月更替,历史赋予这座古城以深厚的文化积淀。改革开放以后,侯马市在经济建设迅猛发展的同时,城市建设日新月异,城市面貌焕然一新,先后荣获“国家卫生城市”“国家园林城市”“国家级生态示范区”“中国绿色名市”“全国双拥模范城市”“山西省文明城市”等多项殊荣,成为城市建设和城市管理的典范。2016年11月,侯马被确定为全国38个健康城市试点城市之一,也是我省唯一一座试点城市。

这是对古都“土厚水深,居之不疾”文明历史的继承,更是新时代侯马全面建成小康社会的必然选择。

高点规划描绘蓝图

侯马市委书记王熙杰说:“侯马入选全国健康城市试点,是荣誉,是压力,更是这座历史文化之城创新发展的机遇。我们要举全市之力,把健康城市建设作为头等大事来抓。”

侯马市委副书记、市长黄晓君说:“健康城市建设,不仅包含人的身体健康,还包括医疗、环境、食品、教育等城市生活的方方面面,需要我们多方施策,推进城市功能和城市品位再提升。”

健康城市建设,要高效能组织领导,高起点规划设计。

书记挂帅,高效能组织领导。侯马成立了市委书记王熙杰挂帅的“健康城市试点工作领导小组”,市长黄晓君和市委副书记任小组常务副组长,小组成员涵盖几乎所有市委、市政府组成部门和群团组织。各乡、街道办事处设立相应工作机构,各社区确定一名专职人员负责,在全市建立起“统一指挥、相互协调、上下联动”的高效组织和运行格局。

侯马特邀5位国家、省、市健康城市研究领域的专家牵头,组建了由各职能部门专业技术人员组成的专家组,对试点建设工作进行论证、评估和指导。

市人大、市政协召集有关代表和委员,组成督查组,定期对试点建设工作开展督查和检查。

高起点设计,规划先行。2017年11月,侯马市委、市政府出台了《侯马市健康城市健康村镇建设规划(2017-2020)》,下发了《侯马市健康城市健康村镇建设实施方案》。规划和方案围绕建设健康城市6个大的方面,决定开展30项主要工作,力争达到60个任务指标。每个方面,每一个指标,都与提高人民群众的健康水息息相关。

以人民为中心,是侯马健康城市创建工作的“出发点”和“目的地”。

全市动员,人民城市人民建。2018年3月,承担牵头工作的侯马市卫体局率先开展了“党员干部包户宣传健康”试点活动。紧随其后,侯马全市范围内启动了“万名党员送健康”主题活动。全市所有党员,实行支部包社区(村)、党员包户、入区入户“送健康”。健康宣讲活动,定期到市民家中开展《中国公民健康素养66条》《中医健康素养42条》等知识的宣讲,将党和政府的卫生健康惠民政策宣讲到每家每户;健康促进活动,指导和帮助群众体质指数标准化、体育锻炼常态化,在“三减三健”(减盐、减油、减糖,健康体重、健康口腔、健康骨骼)方面形成自觉;健康知识竞赛,组织群众进行问卷调查……

2019年5月9日,全国第四届“万步有约”健走激励大赛山西省侯马赛区启

动仪式在新田广场举行。这是侯马市委、市政府深入推进群众参与健康城市建设,推进全民健康与全民健身深度融合的又一项大型活动。

为了推动解决城乡居民的主要健康问题,侯马市着力打造“国家慢性病综合防控示范区”。在全市范围内推广“低盐、低油、低糖”专项行动。通过一系列专项防控工作,提高了居民慢性病核心知识的知晓率和健康素养水平。

蓝图绘就,目标明确。侯马城乡联动,人人参与,“健康侯马”攻坚战全面打响。

部门联动合力攻坚

健康城市的内涵,涵盖健康环境、健康经济、健康社会在内的大健康各领域。为了贯彻落实习近平总书记提出的“将健康融入所有政策”的要求,侯马市启动了“健康融入所有政策”工程,进一步明确政府要将健康融入所有政策的主体责任,落实相关职能部门健康维护和促进职责,构建将健康融入所有政策的工作网络,促进健康问题齐抓共管,逐步形成长效机制。

在“营造健康环境、构建健康社会、优化健康服务、培育健康人群、弘扬健康文化、发展健康产业”六大试点建设任务的推进过程中,侯马市各级职能部门勠力同心、群策群力,攻坚克难。

市环保局严格落实污染防控,着力解决可吸入颗粒物等大气污染突出问题,力争“蓝天常驻”;

市水务局加大了汾河、浍河沿岸污水治理,加强饮用水水源保护区内生态建设;

市住建局大力开展城乡环境整治,完善环境卫生基础设施,推进城乡环卫一体化;

市公安局全面深化平安创建各项措施,建立全方位、多层次治安防控体系;

市安监局严格落实安全生产责任,防止重大安全事故发生;

市人社局实施“全民参保登记计划”,建立与经济社会发展相适应的“城乡统筹、全民覆盖”的社会保险体系;

市民政局健全社会救助长效机制,逐步拓展社会福利保障范围;

市教体局大力实施素质教育,促进教育优质均衡发展;

市场监管局推动“食安侯马”建设,建立覆盖全过程的农产品和食品药品监管体系;

市文明办以创建文明城市为载体,大力宣传和弘扬社会主义核心价值观,让文明成为每个人的自觉行为,让每个市民都能行有所畏、心有所安,达到理性、心理、社会适应和道德的全面健康;

市农业农村局牵头推进农村“六个全覆盖”工程,实施城乡共建战略,推进城乡一体化发展,农村人居环境得到较大改善;

市卫体局全面优化健康服务,健全了基本医疗卫生制度,完善了医疗卫生服务网络,在全社会倡导健康方式,组织开展全民健身运动……

作为创建健康城市的牵头部门和主体单位,市卫体局任务最为艰巨,责任最为重大。市卫体局局长李林红说:“全国健康城市试点,是历史和时代对侯马的选择。我们要对得起全市人民对市卫体局的信任,就必须勇于担当、不辱使命,不负市委、市政府和全市人民的委托,把‘大卫生’‘大健康’理念贯彻好,为全市人民的健康作出我们应有的贡献。”

2019年6月,临汾市卫生健康委员会主任董凤妮在侯马调研卫生健康工作时,对侯马市卫体局在健康城市建设试点中卓有成效的工作给予了高度评价和肯定。

健康生活人民共享

“健康小屋”,为居民群众免费测量血压血糖,检测亚健康状态;

“爱心驿站”“连心小屋”,人们来这儿可以倾诉感情,排解生活烦恼和压力;

法律咨询室、爱家调解室,为你调解家长里短、柴米油盐的矛盾,促进邻里和睦;

儿童活动中心,小朋友在这儿玩玩具、做游戏,快乐成长;

“女性大课堂”,提升女性修养,绽放女性魅力……

走进侯马市浍滨街道秦村北社区服务中心办公楼,这里整洁的环境,健全的设施,贴心的服务,让社区居民如沐春风。参加完合唱、准备去社区“爸妈食堂”吃饭的68岁的周显明大爷高兴地说:“每顿饭8元钱,就可以吃到营养健康的午餐和晚餐,都不用在家做饭了。”

秦村北社区服务中心,是侯马实施“健康细胞”工程、开展“健康社区”工程建设的缩影。两年多来,围绕健康城市建设,侯马市启动了一系列重点健康工程。“健康细胞”是健康城市的基础。按照各行业、各单位的不同特点,侯马确定了健康机关、健康乡镇、健康社区、健康医院、健康学校、健康企业、健康家庭、健康一条街、健康公园等12个类别。打造了以路西西街社区、路西小学、黄记煌焖锅餐厅、新田广场等为示范的“健康细胞”。目前,该市已经建设“健康细胞”200余个。

打通健康服务“最后一公里”,是又一项重点工程。市卫体局坚持为群众提供精细化、精准化健康服务。在社区和农村,举办健康大讲堂147场次,建设健康小屋135个,在健康小屋为群众做心理咨询,推广中医养生保健。在企业 and 机关,针对不同职业人群,实施了“个性化健康管理”行动计划,聘请专业的心理咨询师和健康指导师,从饮食习惯、锻炼方式、学习内容、心理调节等方面对职工进行个性化的健康指导,定制个体指导方案,有效提升了居民心理健康、幸福感指数,改善了职业人群健康状况。

“10分钟健身圈工程”深受群众欢迎。为推进全民健康与全民健身深度融合,为群众健身提供良好环境,目前,侯马市的公园绿地达到30余个175万平方米,体育场地及设施已达475个,覆盖建成区13.2平方公里15万多人,成为群众健身休闲的好去处,实现了步行10分钟就可到达健身场所的目标。同时,在全市78个行政村、30个社区,均建有小游园或文化广场,安装了体育设施,目前侯马市人均体育场地面积达到了2.10平方米。城乡居民健身环境得到显著改善。

健康理念引领未来

经过几年的努力,健康生活的观念已深入人心,健康城市共建共享的良好局面已经基本形成。在侯马城市乡村,不仅处处可见蓝天白云、绿树掩映、花草遍地,农村、社区、公园、餐厅、机关、学校、商场、医院……而且处处有健康理念的传播信息,方方面面都体现着健康工作、健康生活的理念。

市民公园,游人驻足健康知识宣传栏前认真观看。修葺一新的900米健康步道上,三三两两的市民或疾走、或慢跑、步者每隔100米就立有标识牌,提示健身者从起点到该点消耗了多少卡路里。

新田广场旁边有一家柴三牛肉美食坊,店内悬挂着“健康餐厅”标牌。通过桌上的二维码进行手机自助点餐时,点餐系统可显示出每份菜品详图,标注该菜品热量和油、盐、糖的含量;并有温馨

提示,可以在菜品油、盐、糖最高标准值以下自由选择,对“控油、控盐、控糖”的数字化管理。特别是高血压、糖尿病、高血脂等特需人群,实现了菜品的特别健康定制。

在侯马市路西小学,健康知识和疾病预防知识已经进入课堂。每天下午固定时间开展“足球操”锻炼,定期为孩子们进行体检。暑期放假前,小学高年级的同学们刚刚开展了“甜蜜交换”活动,用自己手中的棒棒糖,去交换家长或他人的香烟,通过控烟,引导戒烟,减少烟草对健康的危害。

来到新田乡东庄村卫生所,郝华大夫正在给65岁以上的老人们讲解慢性病防治知识。这样的健康讲座,村里每两个月就要举办一次。东庄村还建立了3个“慢性病患者自我管理小组”,每个小组都有一名慢病知识素养能力较强的居民任组长,给每个小组配发血压计、体重秤等必要设备,慢病群体实现了自我管理。郝华告诉记者,现在这里的每个居民家庭都有签约医生上门服务,基本实现了小病不出村,大病不出市。

来到市卫体局,进门先是一个“健康状况自测点”。每天上下班时,办公人员、来访群众可以方便地对自己身高、体重、血压、脉搏状况进行测量。办公室和走廊墙壁上,健康标语和健康提示随处可见。在每个办公室的门口都张贴有二维码,用手机一扫,就显示出该办公室的职能以及办公人员的健康理念和服务承诺……

通过两年多的努力推进,“健康侯马”建设初见成效。近期,侯马市邀请复旦大学公共卫生学院的专家,对健康城市创建工作进行了第三方评估。对比《中国健康城市评价指标体系(2018版)》中37项指标,侯马市已经有12项指标已达到或超过我国2020年的目标水平——

侯马主要慢性病患病率均低于国家平均水平:侯马市居民自报慢性病患病率较高的是高血压17.5%、糖尿病6.2%、高血脂6.0%,均低于我国18岁及以上成年人高血压患病率25.2%、糖尿病患病率9.7%以及20岁以上人群高胆固醇血症的患病率9%;慢性病患者服药率从24.5%提高到83.0%;

居民群众对控制体重措施和“日行万步”含义的知晓率,分别为66.6%和43.4%,规律锻炼率为20.8%。与2015年全国调查数据比较,处于较高水平;

居民对烟草危害的知晓率水平高于50%,其中对增加肺癌风险的知晓率最高为80.1%,对心血管疾病危害的知晓率为58.7%。吸烟率为24.0%,低于2015年全国吸烟率28.1%,男性吸烟率为48.2%,低于2015年全国水平52.9%。

同时,侯马市的全国健康城市试点工作,在全国爱卫办组织的两次资料评价和第三方组织的现场评价中,42项指标中有11项走在了全国前列,在全国38个试点城市中达到了中上游的水平。

“健康侯马”的建设,为侯马经济建设和社会发展提供了可持续的“健康动力”。近几年,该市各项主要经济指标均呈高位增长态势,位居临汾市前列。2018年,侯马市再次被评为中国中小城市投资潜力百强市和新型城镇化质量百强市。

从中国历史上最早的土厚水深,居之不疾的宜居古都,到如今自信、融合、尚美、奋进的全国健康城市试点城市,侯马人对健康生活有着深刻体悟和殷切期盼。在街头和社区采访过程中,56岁的李月兰女士高兴地说:“侯马街道干净了,环境变美了,身边参加健身活动的人越来越多了。作为一个侯马人,我感到在这个城市生活真是太幸福了。”

开展“低盐、低油、低糖”行动

本报讯 近年来,侯马市通过在全市餐饮行业开展“低盐、低油、低糖”专项行动,逐步降低居民每日食盐、油、糖摄入量,提高居民慢性病核心知识知晓率和健康素养水平,动员全社会共同行动,营造科学用餐、健康生活的良好氛围。

“盐与健康”“油脂与健康”“糖与健康”相关知识培训。侯马市组织对全市餐饮服务单位进行了减盐减油减糖知识的培训,增强从业人员低盐低油低糖膳食意识,提高厨师烹饪的减盐减油减糖技巧和主动落实相关措施。其中健康食堂、健康餐厅/酒店从业人员低盐低油低糖膳食干预知识与技能培训覆盖率达到100%。

供应低盐低油低糖菜品。鼓励餐饮服务单位开发和提供“三低(减)”菜品(盐、油、糖)。餐厅/酒店每年开发一款低盐低油低糖菜品(盐油糖用量较正常菜品降低5%—10%),提供可供消费者选择的低盐低油低糖食谱,引导消费者选择健康菜品。可提供高血压、糖尿病、高血脂等高危人群适合的菜品,并积极推荐给顾客。鼓励有条件的餐饮单位,针对盐油

糖含量较高的菜品,开展干预措施,减少盐油糖用量。组织餐饮单位厨师低盐低油低糖菜品烹饪比赛,提高餐饮单位的积极性。

对消费者宣传减盐减油减糖知识。印制低盐低油低糖膳食宣传材料,摆放在大堂、餐厅、餐桌等显著位置,引导消费者低盐低油低糖膳食。

数字化管理科学用餐。该市自主研发了餐厅点餐软件,先在健康餐厅推广。可通过桌上二维码进行点餐、订餐、预定餐厅餐桌服务。每份菜品详图均标识菜品热量,消费者可以在最高标准值以下自由选择油、盐、糖含量。同时,设置温馨提示,每人每日的盐油糖使用量。针对高血压、糖尿病、高血脂、肥胖症等需控制油盐糖人群,实行菜品特别定制。该软件不但提高了餐厅的服务水平,还实现了餐前“控油、控盐、控糖”的管理,对广大消费者,尤其是特定目标人群,实现了科学用餐精细化管理。目前,这款点餐软件的开发使用,适合于全市所有餐厅复制推广。到2020年底,可在该市餐饮行业实现全覆盖。(秦明忠)

特别关注

本版图片由侯马市卫体局提供 本版责编:郭震 本版校对:武雯燕