

聚焦 JUJIAO

# 发展护士队伍 改善护理服务

文/本报记者 陈晶 图/本报记者 贾宁

“我国卫生专业技术人员中，护士占比超过一半，是深化医改、改善服务、惠及群众的一支主力军。近年来，在党中央、国务院的坚强领导下，全系统共同努力，我国护理事业发展取得长足进步，不断为群众提供优质医疗服务，改善了群众就医体验。”在“5·12”国际护士节来临之际，国家卫生健康委于5月11日就发展护士队伍、改善护理服务有关情况举行发布会，国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长胡强强在会上表示。

## 护理工作有了日新月异的变化

护理工作是卫生健康事业的重要组成部分，广大护理工作者是保障人民群众生命安全和身体健康的一支重要力量。“近10年来，全国护士队伍总量以平均8%的增幅逐年增加，每年约有30万的新护士加入护士队伍中。2022年底，全国注册护士总量超过520万人，每千人口注册护士约为3.7人，全国医护比为1:1.18。护士队伍的学历素质和专业服务能力都得到了不断提升。”国家卫生健康委医政司副司长邢若齐介绍。

“从谈之色变、严重歧视，到理解宽容、给予关爱……10年来，我深切感受到人们对艾滋病病人的态度在悄然发生变化，越来越多的部门、社会组织、志愿者加入防控艾滋病工作中。”对于近10年来护理工作日新月异的变化，从事护理工作39个年头的全国政协委员，南宁市第四人民医院艾滋病科护士长杜丽群更是感同身受。

“我的工作性质比较特殊，经常接触艾滋病病毒（HIV）感染者。我和病患之间的事有很多，回忆起来都是温暖的过往。”杜丽群说，几天前的一个晚上，她在居住的小区附近散步，看到曾在她们科室住院的患者小李带着可爱的女儿也在散步。小女孩吃着冰激凌，嘴上沾满了奶油，煞是可爱。

“小李年少时不幸染上艾滋病，10年前曾反复住院，他的父亲对他非常失望，曾想放弃治疗。经过我们反复劝说，小李的父亲才交了住院费和伙食费。所幸，他熬过了最艰难的时期，病情得到了控制。”偶遇小李，往事一幕幕涌上心头，从医至今，杜丽群接触的艾滋病患者超过2万多人。她看到过他们的苦痛挣扎，也见证过他们的岁月静



哄孩子吃饭也是护士们的一项重要工作。图为北京华信医院的护士在照顾住院的孩子吃饭。

好。小李的声音将她拉回现实，他说：“谢谢你，护士长，我和爱人就是从你建立的QQ群里相知相恋的，我们一直坚持服用国家提供的免费药物，并有了自己健康的宝宝。”如今的小李，笑容坦然，眼神里充满了希望，这让杜丽群深感欣慰。

## 护士是医生的“第二双眼睛”

“护理团队是医院医务人员的一支主力军。护士是医生的‘第二双眼睛’，对医疗质量的安全起到了非常重要的作用，因为这双眼睛，患者的安全才有保障。”作为一名胃肠外科医生，北京大学第三医院院长付卫从自身经历讲述了护理工作对于临床的重要性。

“我院致力于构建护士分层培训体系，围绕‘以临床需求为导向，以胜任力为核心’开展培训，持续夯实护士基本功、提升护理专业能力；要求所有护理人员均通过3~6个月的急危重症科室轮转、培训、考核，由此储备强大的急危重症护理队伍。2020年我们派出的援鄂医疗队中有100名护士，2022年组建的援藏医疗队中有23名护士。在

2023年年初的新冠重症患者抢救中，医院迅速改扩建21个重症病房，护理团队发挥了至关重要的作用。”付卫介绍，为使护士拥有职业获得感，北医三院建立护士队伍激励机制，薪酬待遇绩效考核向高风险、劳动强度大的护理岗位倾斜，并专门为护士设置发放优质护理津贴和各种奖项。

“只有护士满意，队伍才会稳定，我们的患者才会满意。”付卫坦陈，“专业、温馨、尊重、成长”是北医三院的护理文化，根植于每一名护士心中。

## 持续扩大老年护理资源供给

我国60岁及以上老年人已经达到2.8亿，其中，失能、半失能老年人超过4000万。随着人口老龄化不断加深，老年人对专业的医疗护理服务需求也越来越迫切。“自2019年起，国家卫生健康委出台加强老年护理服务、增加老年护理机构资源、开展老年护理评估等系列政策。全国老年护理服务试点工作启动一年以来，各地护理院（站）、康复医院（康复医疗中心）明显增加，‘互联网+护理服务’、上门巡

诊、家庭病床、日间护理中心等多元化老年护理服务模式得以创新。”邢若齐介绍。

“截至2022年年底，我省83%的综合性医院、康复医院、护理院、基层医疗卫生机构建成老年友善医疗机构，809家医疗卫生机构开展安宁疗护，拥有882家两证齐全的医养结合机构、78家护理院和康复医院，598家社区嵌入式老年护理服务机构、2.7万张老年护理服务床位，769家基层医疗卫生机构设置日间护理中心、‘呼叫中心’或家庭病床，基本满足当前老年医疗护理服务需求。”山东省卫生健康委副主任徐民介绍，山东省作为15个老年护理服务试点省份之一，第一个在全省实现了职工长期护理保险的全覆盖。

“下一步，国家卫生健康委将健全以居家为基础、社区为依托、机构为支撑的老年护理和长期照护服务体系，加快老年护理从业人员队伍建设，持续扩大老年护理和长期照护服务资源供给，推动护理服务向社区和家庭延伸，尽早实现老年护理和长期照护服务与长期护理保险支付标准有机衔接。”邢若齐最后表示。

多层次、强声量的传播，提高了广大人民群众的文化自信。

在临床方面，网上查房、会诊提高了医护人员的工作效率；远程咨询、智能辅助诊断、电子处方、线上购药的覆盖群体日益扩大；“治未病+辨证论治”的中医药互联网产业链正在形成，遵循中医药发展规律、符合现代疾病诊疗特点的服务体系日渐完善。

问：《中医药振兴发展重大工程实施方案》还提到中医药传承创新与现代化工程，在您看来，如何跨领域、跨行业整合多学科资源，实现中医药科技创新平台建设？

张伯礼：要促进中医药与多学科交叉融合。从教育方面要注重在临床实践中自觉建立起中医药思维，从技术方面要促进中医药与多学科的交叉联合研究，同时也要注重用现代科学解读中医药学原理，推进中医药现代化。

以中医药关键技术装备研究为例。近年来，部分研究机构取得了一些设备上的突破，如组方中药国家重点实验室和现代中药海河实验室研制的组方高通量制备装备（海河一号）和活性组分多维高通量筛选装备（海河二号），广东省新黄埔中药联合创新研究院团队研发出“柔性传感阵列中医脉诊仪”“开放环境的舌辅诊系统”等。这些都是中医诊疗模式的创新和探索，如果未来更加完善，将有很高的实用价值和前景。

中医药现代化仍然有较多瓶颈亟待突破，今年“两会”我建议，根据新的产业需求和科技发展需要，加快利用信息技术，实现传统中药制造技术升级。这类研究仍需继续完善临床证据的支持与更多硬件、软件方面的更新与迭代，这不仅需要政策的支持、各级政府的鼓励推动，也需要更多的科研人员将目光投向这一领域。

## 快讯 KUAIXUN

# “倡新时代婚育文化 助家庭和谐幸福” 婚育文化建设主题宣传活动在粤举办

本报讯（记者 刘喜梅）5月11日，在“5·15”第30个“国际家庭日”即将到来之际，以“倡新时代婚育文化 助家庭和谐幸福”为主题的新时代婚育文化建设主题宣传活动在广东省广州市举办。本次活动由国家卫生健康委指导，中国计划生育协会、共青团中央主办，广东省卫生健康委、广东省计划生育协会、共青团广东省委承办，旨在贯彻落实党的二十大精神，推动新时代婚育文化走向基层群众、走进千家万户，大力营造生育友好的社会环境。

十三届全国政协人口资源环境委员会副主任、中国计划生育协会常务副会长王培安出席并讲话。他表示，人口问题是“国之大者”，人口发展事关民生大计、发展大局，牵动国家和民族的前途命运。近年来，中国计生协认真贯彻落实习近平总书记关于做好人口工作的重要指示精神，全面落实宣传教育、生殖健康咨询服务、优生优育指导、计划生育家庭帮扶、权益维护和流动人口服务等六项重点任务，广泛动员百万基层组织和数千万

会员、志愿者，创新工作方法，提供多层次、精准化、有温度的群众性宣传服务，为倡导新时代婚育文化、促进家庭健康幸福作出了积极努力。

王培安还指出，我国人口发展进入新常态，在降低生育养育教育成本的同时，应大力推进新时代婚育文化建设。要注重文化引领，从精神层面进行激励和引导，营造生育友好的社会氛围；要大力践行积极的婚恋观、家庭观、生育观，鼓励青年人适龄婚育、优生优育，鼓励夫妻共担育儿责任，倡导健康文明的婚俗文化；要加强家庭、家教、家风建设，以优良的传统家教化育子孙，以良好的家风家教滋养后代，以每一个小家的幸福和和睦撑起中华民族大家庭的兴旺发达。

活动向全社会发出了新时代婚育文化建设倡议书，号召广大家庭和青年朋友们携起手来，从现在做起，自觉成为新时代婚育文化的推动者、实践者、宣传者，共同营造生育友好社会氛围，谱写幸福美好生活新篇章，以人口高质量发展支撑中国式现代化。

## 2023全民营养周

# 暨“5·20”中国学生营养日主场活动在赣举行

本报讯（记者 陈晶）2023全民营养周暨“5·20”中国学生营养日主场活动近日在江西省赣州市举行。国家卫生健康委副主任雷海潮、国家食物与营养咨询委员会主任陈朔山、江西省副省长史可出席并致辞。中国工程院院士朱蓓薇、单杨在活动中发起“食养是良医”行动倡议。

雷海潮指出，当前正处于全面推进我国营养健康工作迈向高质量发展的重要节点。今年全民营养周以倡导科学食养，推行减油、减盐、减糖为核心内容，是适应新时代群众健康需要、传承发扬传统食养文化、中西医结合实施慢性病综合防治的生动实践，具有重要的现实意义。他强调，要切实用好高血压、高血脂、糖尿病等食养指南，加强专业人员指导和在学校餐厅等的推广应用，

带动社区居民和患者掌握食养健康知识。要抓好日常科普教育，提高群众营养素养，围绕群众关切，增强宣传针对性、增加宣传广度和深度，注重宣传实效。

史可表示，江西省深入贯彻落实习近平总书记关于卫生健康工作重要指示批示精神，始终致力提升全民营养健康质量水平，在全国成立首个食育教学科普培训基地，赣州市成功获批建设国家食品安全与营养健康综合试验区。人民卫生健康事业进入新时代，营养健康工作迎来新的使命和任务。江西省要充分利用借鉴兄弟省份的好经验好做法，持续丰富工作内涵、普及知识、优化服务、完善制度、优化环境、发展产业，不断满足新时代人民群众营养健康需求，助力健康江西建设。

## 天津：

# 今年起至2025年推进结核病防治“百千万活动”

本报讯（记者 李宇馨）“我从现在开始至2025年，将实施‘百千万’结核病防治知识传播活动提升行动”，织牢志愿服务网络，进一步提高全民结核病防治意识，天津市卫健委相关负责人近日告诉记者，天津将培养1万名优秀志愿者骨干，打造16个精良志愿服务团队，开发拓展2个志愿服务组织，全面普及结核病相关知识。

结核病是严重危害人民群众身体健康的慢性呼吸道传染病。据介绍，为帮助减轻社区行动和结核病社会动员行动等开展志愿宣传活动，并在每年开展世界防治结核病日主题宣传活动的同时，分主题、分人群开展志愿宣传活动。

## 医学新知 YIXUEXINZHI

# 深度睡眠可以减轻阿尔茨海默病的记忆丧失

近日，加州大学伯克利分校的一项新研究表明，深度慢波睡眠可以作为一种保护因素，防止阿尔茨海默病患者的记忆能力下降，这为帮助减轻痴呆症患者面临的一些最具破坏性的后果带来了潜在的新方法。

相关研究发表于《生物医学中心生物学期刊》。这项最新研究表明，对于面临阿尔茨海默病加重负担的老年人来说，深度睡眠可能有助于缓解其记忆丧失。

研究团队表示，即使已经有了一定的阿尔茨海默病病理症状，但一些生活方式因素可以帮助减缓其影响，其中一个因素就是睡眠，特别是深度睡眠。除了睡眠是记忆保持的基础部分外，研究团队此前还发现，一个人深度睡眠时间的减少可以预测他未来大脑中Aβ蛋白的积累速度会更快，之后更有可能患上痴呆症。为了回答这些问题，研究团队招募了62名老年人与其研究。这些参与者都是健康的成年人，没有被诊断出患有痴呆症，他们在实验室中睡觉，而研究人

员用脑电图（EGG）机器监测他们的睡眠，还使用正电子发射断层扫描（PET）来测量他们大脑中Aβ蛋白沉积水平。其中一半的参与者有大量Aβ蛋白沉积，而另一半则没有。在他们完成睡眠后，研究人员让他们完成一项记忆测试，包括将名字和面孔匹配起来。记忆测试结果显示，大脑中有着大量Aβ蛋白沉积的人中，睡眠质量较好（深度睡眠时间更长）的人记忆测试表现更好，而睡眠质量对大脑中没有Aβ蛋白沉积的人没有额外影响。研究团队继续分析了其他认知储备因素，包括教育水平和体育运动水平，结果显示，睡眠仍然显示出明显益处。这表明，睡眠质量对记忆的挽救能力是独立于其他因素的。

研究团队表示，坚持有规律的睡眠时间，白天保持精神和身体活动，晚上创造一个凉爽黑暗的睡眠环境，尽量减少白天喝咖啡和睡前看屏幕的时间，睡前洗个热水澡，这些都可以提高深度慢波睡眠质量。

（陈晶）

## 全国人大代表、中国工程院院士张伯礼：

# 传承创新发展好中医药

郭思远

从2月份的《中医药振兴发展重大工程实施方案》到4月份的《“十四五”中医药文化弘扬工程实施方案》，为支持中医药传承创新发展，国务院、国家中医药管理局等单位接连印发重磅文件。

这些文件，对中医药文化弘扬、中医药现代化等问题均指明了发展方向。如何更好地理解并遵循这些发展方向？近日，全国人大代表、中国工程院院士、中国中医科学院名誉院长、天津中医药大学名誉校长张伯礼讲述了他的看法。

问：您一直在为传承弘扬中医药文化、发展中医药事业倾注大量心血。您是如何理解中医药在中华优秀传统文化中的重要地位的？

张伯礼：中医药在中华优秀传统文化中拥有不可替代的地位，这地位不仅体现在其“简、便、廉、验”的医疗价值，也同样体现为其深厚的文化价值。

中医在理念上植根于中华优秀传统文化，秉承“天人合一”“道法自然”等中华优秀传统文化的核心价值观。儒家文化中的“仁”“礼”等医学伦理观，其辩证论治的思维方式也蕴含着中华民族深邃的哲学思想，在揭示人的生命规律的同时，反映了中华民族特有的思维方式，深刻体现了中华文化不断传承的哲学观念。

中医药是中华民族的瑰宝，是打开中华文明宝库的钥匙。中医药文化早已融入大众的日常生活中，成为中国人文化自信的重要组成部分。可以

说，中医药文化就是中华文明的精髓所在。弘扬中医药文化自信，就是弘扬中华民族文化自信。

问：近年来，您一直在呼吁中医药文化进校园，建议将中医药文化知识纳入中小学课程。在您看来，中医药文化进校园如何与现行教育体制接轨？如何让中小学学生真正喜欢上中医药？

张伯礼：近年来国务院多个部门相继印发文件，提出将中医药基础知识纳入中小学传统文化、生理卫生课程。这些纲领性文件还强调要将中华优秀传统文化的典型代表——中医药文化融入中小学基础教育。中医药文化基因植入和传承要从娃娃抓起，因此我建议中医药文化知识纳入中小学课程。

具体操作来说，相关部门可组织编写简单易懂的中小学生学习中医药读本，以多种形式构建学生能听懂、有特色、重体验的中医药文化课程体系；组织中医药领域专家，组建中医药文化进校园顾问讲师团，为中医药文化进校园提供强有力的专业支持和技术指导；开展课堂内外中医药文化体验活动，鼓励建立中医药特色班级、兴趣小组及社团，将学生的爱好、特长与中医药文化相结合。

问：促进中医药文化海外传播与交流，提升中医药的国际影响力，也是《“十四五”中医药文化弘扬工程实施方案》重要内容。在您看来，中医药国际影响力提升应主要从哪些方面着手？

张伯礼：第一，要尊重中医药的历史地位，进一步坚定中医药文化自信。

第二，加强文化交流。中西方文化存在较大差异，这需要我们用现代语言讲好中医故事，让世界人民理解中医药的魅力，取得认可。

第三，还需要提升中医药的国际竞争力。临床医师和科研人员需要进一步加强高质量临床研究，与时俱进，提高服务效率和水平，让“望闻问切”有可靠的现代科技支撑，让“理法方药”能有科学数据来验证；还应当提高中药的品质，同时与政府协调，为中医药走向国际营造良好的政策环境。

问：您曾说，您的毕生追求是实现中医药现代化，这也是《中医药振兴发展重大工程实施方案》的重点规划。当前，互联网、人工智能、大数据等前沿技术在中医药领域大量运用，现代科技与传统中医药如何实现融合发展？

张伯礼：在这样一个积极性、互动性、多元化的互联网传播时代，人工智能、远程医疗、大数据等新技术的广泛应用，为中医药事业注入了新的生机，增添了新的活力，为中医药研究的进一步发展起到重要推动作用。

在互联网时代，中医药不再是民众心中神秘、晦涩的概念，而是一篇篇有温度、有趣味的文章图画，一段段有深度、有智慧的视频，并逐渐成为老少咸宜的热点话题。借助互联网