



宁夏回族自治区政协连续三年关注提高人均预期寿命：

人均预期寿命如何再提高1岁？

张倩 本报记者 范文杰

人均预期寿命是衡量一个地区居民健康水平的重要指标，反映了该地区经济社会发展的总体水平。我国“十四五”规划目标提出，要把人均预期寿命再提高1岁左右。影响寿命的关键因素是什么？提高1岁有没有难度？近日，宁夏回族自治区政协教科卫体委员会围绕“防控重大疾病，提高我区人均预期寿命”开展民主监督。

影响寿命的关键因素是什么？

2023年是宁夏回族自治区政协就此议题开展民主监督的第三年。数据显示，2022年宁夏全区人均预期寿命为77.1岁，仍低于全国平均水平78.2岁。

那么，影响寿命或者说死亡率的关键因素是什么？

心脑血管疾病死亡占比引起委员们的注意：“2022年，自治区心脑血管疾病死亡人数占全部死亡的45.79%，前三位死因分别是急性心肌梗死、脑梗死和脑出血，占心脑血管疾病死亡的61.43%。根据模型计算，如去除心脑血管疾病死亡因素，可提高我区人均预期寿命9.6岁。”心脑血管病防控工作仍是未来长期而艰巨的防控工作之一。

癌症是人类的主要死因之一，也是阻碍人类期望寿命延长的重要因素。委员们调研发现，近5年，宁夏全区恶性肿瘤报告发病率和死亡率均呈现缓慢上升趋势。2022年，全区总体癌症5年生存率为41.2%，低于全国同期平均水平的43.7%。“因此，积极预防恶性肿瘤疾病，也是寿命增加的关键点。”

此外，意外伤害也一直占据儿童、青壮年死亡原因的前两位。2022年全区报告伤害死亡率为46.70/10万，占全部报告死亡的8.67%，位居三大类死亡原因的第二位。伤害是2022年全区5-19岁、20-44岁人群的首位死因，分别占这两个年龄组人群死亡构成的51.2%和38.1%；2022年伤害死亡造成的减寿率为8.27%，位居各类疾病首位。

有形的疾病远没有无形的意识薄弱更让人担忧。委员们在调研中发现，仍然存在重治病、轻防病的问题。治病的投入不断加大，而预防疾病的措施和投入力度仍然较弱。有关预防疾病的宣传教育、健康干预、健康促进、培训服务等跟不上健康素养产业发展的需要，全民健康素养水平和第一责任人意识有待提高。

宁夏政协调研数据显示，影响寿



二〇二三年十二月，宁夏回族自治区政协教科卫体委员会组织委员在宁夏中卫市人民医院进行调研。

命或死亡率的关键因素依旧是重大疾病防控和慢病管理。而要完成“人均预期寿命再提高1岁左右”的健康承诺，整个社会的医疗健康水平必须有更好的向上发展，这也决定着生命质量能否再上一个台阶。

做好重大疾病防控和慢病管理是重点

“要真正提高预期寿命，最关键的是‘防未病’，减少得病。因此，预防是最经济最有效的健康策略。”这是调研组形成的共识。

《自治区“十四五”规划和2035年远景目标纲要》明确提出，到2025年宁夏居民人均预期寿命预期值力争增长1.3岁，达到78.2岁，要完成这一目标，做好重大疾病防控和慢病管理应是重点。

委员们认为，制度建设非常重要，建议按照大健康、大卫生的理念做好顶层设计，加强各项改革关联性、系统性、可行性研究，构建统筹、评价、监督等各方面的制度框架。加大力度完善预防疾病的工作体系，加强有关硬件设施和工作队伍建设，完善相关制度和岗位职责。自治区卫生健康委、统计局联合制定全区测算人均预期寿命相关制度，为政府科学决策提供精准可靠的参考依据。

发挥互联网优势，推进重大疾病精准防控是委员们形成的另一共识。自治区政协委员马瑞霞、雷静等提出

加强疾病预防控制信息化建设。“整合各类健康信息平台，建立统一高效的自治区慢性病及其危险因素监测、死因监测信息系统，完善慢性病患者管理信息平台，实现慢性病信息互联互通，可以有效降低死亡率。”

面对最难攻克的慢性病防治，自治区政协委员吴庆秋建议政府专门成立医防融合领导小组，建立重大慢性病防治联盟信息共享、互联互通机制，推进重大慢性病预防、治、管整体融合发展，实现医防结合。构建由“重大慢性病防治中心——联盟医院——社区健康服务机构”组成的分层、分级、分流的重大慢性病诊疗体系，提高重大慢性病早发现、早干预、早治疗、早管理水平。

“还要狠抓医学科技攻关，提高重大疾病救治成功率。”马瑞霞赞同吴庆秋观点的同时，提出了自己的思考。

加强宣传是预防的有效手段

个人养成健康的生活习惯，对提高人均预期寿命也有很大贡献。其中，对个人的宣传引导功不可没。

“提升健康素养，养成健康的生活方式，离不开健康科普。”自治区政协委员马玉建议，持续利用多种媒体渠道广泛传播科学运动知识，积极引导公众提高自我防病意识和能力。

“目前，还存在心脑血管疾病各项危险因素知晓率低、治疗率低、检测率低等情况，应深入开展‘健康膳

食’，倡导‘减盐、减油、减糖，健康口腔、健康体重、健康骨骼’等健康生活方式。”作为宁夏中西医结合医院重症康复科主任，冯涛委员特别提出：“中医是我们中国公共卫生体系中独特的优势。可将中医药服务纳入医防融合、医教融合，落实中医药基本公共卫生服务，加强社区卫生机构中医人才力量，提高中医药健康管理率，进一步提升群众对中医药服务认可度。”

“现在很多年轻人对太极拳、八段锦这种健身方式很感兴趣。”冯涛说：“这些都是保障人民生活健康的有效方法。”

委员们建议，要以群众喜闻乐见的形式加强公共场所、人流密集场所健康教育宣传，举办城乡居民健康知识科普讲堂等活动。同时，推广健康饮食，引导群众少食用油炸食品和高脂肉类等，推广营养膳食（粗粮等），减少群众血脂异常疾病的发生。

“健康长寿”这个词，是一句美好的祝福语，代表着人民群众心中的期盼。委员们表示，当前，我国仍面临多重疾病威胁并存、多种健康影响因素交织的复杂局面。实现健康中国，从政府层面需要全面推进健康中国建设，构建更强大的公共卫生体系，同时要加强对宣传引导，让公众提高自我防病意识和能力。从个人层面，则需要广泛开展全民健身运动，养成良好的生活习惯，如规律生活、均衡饮食、减少熬夜等。总之，国家在努力，我们每个人也要做好自己的健康“守门人”。

建言 JIANYAN

痛风年轻化问题亟待关注

沈绍春 曹志林

随着人们生活水平的不断提高，饮食结构发生了翻天覆地的变化，肥胖及营养代谢性疾病也逐年增多。高尿酸血症作为第四大慢性病，原常见于40岁以上中年男子，但是在年轻群体中高发。据武汉同济医院一项从2010年至2019年，对当地732527名成年人进行的调查发现，20-39岁年龄段的人群中高尿酸血症患病率在十年间由22.5%增长到了40.1%。高尿酸血症年轻化问题严重，亟待关注。

高尿酸血症（HUA）又称痛风（gout），是一种嘌呤代谢紊乱所致的疾病，引起痛风性关节炎、痛风性肾脏病变、痛风性肾结石、痛风性心脏病、痛风性高血压等严重并发症。据《2021中国高尿酸及痛风趋势白皮书》显示，目前我国高尿酸血症的总体患病率为13.3%，患病人数约为1.77亿，其中18-35岁的年轻患者占60%。

存在问题

食品添加剂过重，青年饮食“环境”差。现代年轻人生活节奏加快，啤酒、烧烤、甜品、快餐等往往成为年轻人的日常主要摄入物。而酒精、烧烤等都是高嘌呤饮食，不仅会导致尿酸增高，还会使得血清乳酸升高，从而减少尿酸排泄。此外，过多地摄入含糖量高的食物也会促进尿酸的合成，如碳酸饮料、奶茶等。众多食品商家靠过量的果葡糖浆等食品添加剂使食物色香味俱全以诱惑顾客，年轻人难免摄入过多的食品添加剂。

职业健康保障少，青年工作待遇差。部分用人单位没有为职工提供相应的健康保障也是导致高尿酸血症高发的原因。当前，仍存在大量中小企业没有开展定期的职工健康体检，甚至部分公司以发放工资形式代替缴纳员工医疗保险，让职工无法得到充分的医疗保障，对于职工如高尿酸血症的疾病无法及时地发现和治理，致使职工健康状况深陷危机。

宣传教育贫乏，青年健康意识差。由于高尿酸血症的症状相对不明显，往往容易被人们忽视，高尿酸血症这样的慢性代谢疾病往往不被重视，且未纳入公共卫生健康政策加以宣传教育。同时，部分医护人员对于高尿酸血症的认知不足，无法给患者提供更加有效的医疗建议和预防措施。缺乏相应的科普宣传教育，人们对高尿酸血症往往陷入一种误区，认为只要没有症状就无须治疗，或者只需要缓解症状进行暂时性的治疗。

对策建议

全面提高食品加工行业标准，淡化饮食“环境”。一是完善食品标准体系。建议市场监管总局牵头国家卫生健康委员会等部委，全面清理、修订、完善食品及食品加工业标准。通过向全社会征求意见、专家集中审议、行业组织和协会参与等方式对现有的食品加工标准进行修订，提高标准。二是狠抓源头企业自律。建议市场监管总局制定专项考核机制，引导地方政府主管部门与食品生产加工企业签订食品安全承诺书并配套处罚制度。通过加大巡察力度、强化监管，实施食品生产加工企业白名单等制度。三是强化食品安全督察公示制度。建议国家市场监督管理总局检验部门多层次、多渠道向社会发布食品检测结果，并在权威媒体每日发布各类加工食品的高油、盐等添加剂含量和健康饮食含量对比，让消费者了解近期市场上销售的食品、安全环境和食品健康环境的对比。

全面推行强制职工体检制度，改善工作待遇。一是用好职工社保。建议人力资源和社会保障部制定细化政策，强制推行高尿酸血症检查纳入职工每年的健康体检，对高危人群进行早筛，加强健康教育，并将高尿酸血症纳入全民医保，提高医保报销比例。二是强化督察执法。建议人力资源和社会保障部联合卫健部门共同做好强制职工体检工作，将企业职工健康体检列入地方人社部门和卫健部门的年度考核，特别是列入相关领导的干部考核中。三是发挥工会职能。建议全国总工会发挥牵头作用，引导各级工会建立针对职工体检的参与和反馈机制。可借鉴浙江省数字化改革的先进经验，搭建平台和渠道，让员工能够表达意见和建议，以及监督强制职工体检制度的落实情况。

全面开展疾病预防科普宣传，提升健康意识。一是做实“梯级结构”阵地宣传。建议宣传部联合卫健部将高尿酸血症纳入重点健康科普内容，通过不同层级的宣传阵地，加强宣传教育，提高职工的自我保护意识。二是探索“互联网+科普”模式。建议宣传部联合卫健部除在专业机构的官网以外，发挥网络媒体和自媒体上的传播速度快、热点效应好的特征，为广大群众提供更快、更便捷、更易接受的预防、治疗的高尿酸血症小妙招。三是锚定“专业人才”服务目标。建议国家卫健委制定人才计划，逐步配足配齐基层保健人员，通过有计划、多层次、多形式、规范化培训，提高医务人员素质。

（作者沈绍春系浙江省丽水市政协委员，曹志林系浙江省丽水市莲都区政协办公室干部）

“为全国中医药传承创新发展贡献更多‘四川力量’”

本报记者 陈晶

“张叔叔因为中风导致一侧偏瘫，在我们这里住院进行中医药方面的康复治疗。如今，随着我省医保制度的不断完善，因医保可以足够支撑像张叔叔这样的患者来这里进行康复治疗，我们这里患者的住院率也得到了很大的提升。”近日，记者随国家中医药管理局来到四川省成都市国家中医药综合改革示范区（四川）进行专题新闻调研，文平医生介绍，张叔叔此时正在成都市青羊区中医馆进行康复治疗。

长效机制让医保更多惠及大众

“围绕国家中医药综合改革示范区建设，四川省医保局充分发挥职能作用，着重在长效机制上发力，建立健全相关制度，协同建设中医药强省。”就四川省医保部门在支持中医药发展方面长效机制的变化，在国家中医药管理局四川建设国家中医药综合改革示范区情况发布会上，四川省医疗保障局副局长彭波表示，具体表现在以下三个方面：

建立动态调整机制，支持中医药传承创新发展。一是完善医疗服务项目动态调整机制。每年开展新增中医药服务项目立项和定价评审，近两

年新增38项中医医疗服务项目，我省中医类项目数达到436项。二是优化中医药价格动态调整机制。每年按程序优先将中医类项目纳入调价范围，2022年全省累计调增300余项中医项目收费价格，2023年调价工作正在进行中。支持公立医疗机构中药饮片加成25%，鼓励使用中医药。三是实施医院制剂动态调整机制。每年开展我省医院制剂医保目录调整，并实行医疗机构自主定价，目录内现有中药制剂2685种。

完善适合中医的医保支付政策，推动中医医疗机构高质量发展。一是按病组付费中适当提高中医医疗机构、中医病种的系数和分值。二是建立中医药临床应用激励机制，将中医药诊疗率与医保付费挂钩，鼓励开展中医药服务。三是推进中医优势病种按病种付费，指导市（州）探索开展128个中医优势病种实行中西医同病同效同价，适时在全省推广。

推进扩面降价，降低群众个人费用负担。一是持续增加医保定点中医药机构。及时将符合条件的中医药机构纳入医保定点，全省中医药定点机构达到3336家，方便了群众享受便捷的医保服务。二是扩大中医药医保支付范围。及时将符合条件的中医药

目、中药纳入医保支付，按乙类管理药品的个人先行自付比例降低到10%，有效减轻群众费用负担。三是积极实施职工门诊共济的政策。参保职工在门诊治疗使用符合条件的中医药可纳入医保支付。四是推进中成药省际联盟带量采购。两批次集中采购的31个品种平均降幅超过45%，让群众用上价廉优质的好药。

“下一步，我们将以更实的举措、更优的政策支持我省中医药创新发展，为推动国家中医药综合改革示范区和四川中医药强省建设贡献医保力量。”彭波说。

人才是中医药传承创新发展的第一要素

人才是促进中医药传承创新发展的第一资源，也是中医药综合改革的关键领域。“我们聚焦人才评价、激励、培育等环节，中医药人才高地建设成效显著。”四川省中医药局党组书记、局长田兴军坦言，一是创新改革人才评价机制。1991年四川省独立开展中医药高级职称评审以来，现已形成省级、基层2个类别，涵盖医护技4类人员，设置27个评审专业的中医药高级职称评价体系。2023年，四川省持续深化中医药职称制度改革，专设技师类别职称，畅通

了中医康复治疗技术、针灸推拿技术人员职称晋升渠道，促进了中医技能工匠队伍建设。二是强化高层次人才示范引领。在全国开展中医药院后备人才培养工程，2023年四川省实现了中医药领域院士“零”的突破。同时，积极争取四川省委人才办支持，在全省9个省级行业性人才计划中新增中医药人才专项，增设岐黄菁英等人才项目。三是着力培养基层人才。围绕中医药事业产业文化“三位一体”，着力培养中药材种植、中药炮制、健康旅游、宣传文化等全行业基层中医药人才15000余名。实施中医全科医生转岗培训、中医专业订单定向免费医学生等项目，为基层培养了一批留得住、用得上的本土化中医药人才。

“下一步，我省将深入学习贯彻习近平总书记关于中医药工作的重要论述和来川视察重要指示批示精神，按照国家推进示范区建设的安排部署，在中医药管理体制机制、‘三医’协同联动、数字化改革、产业高质量发展上寻求新突破，以更大的魄力和勇气、更实的担当和作为，谱写四川中医药新篇章，为全国中医药传承创新发展贡献更多‘四川力量’。”四川省推进国家中医药综合改革示范区和中医药强省建设工作领导小组副组长，省政府副秘书长葛晓鹏最后表示。

图说健康 TUSHUOJIANKANG



委员话健康

近日，北京延庆区政协三届三次全会召开期间，为充分发挥委员专业优势，延庆区政协以举办讲座沙龙的形式，邀请区政协委员、延庆区中医院院长刘宝利为委员开展“中医药与人类健康”专题讲座，普及中医知识，倡导健康生活方式。

本报记者 贾宁 摄