



# 一个县的医疗改革:老百姓需要什么,我们就做什么

中青报 中青网记者 张曼玉

今年9月,陕西省宝鸡市眉县槐芽镇80多岁的王奶奶过水渠时不慎摔伤,造成左尺桡骨骨折。村民以往的做法,是送伤者到市里或者县里的医院手术。现在,槐芽中心卫生院里有县人民医院专家坐诊,村民在家门口就能享受到高质量的医疗卫生服务。

王奶奶在槐芽中心卫生院进行了中西医结合治疗,将患处复位。她说:“在这治疗得很好,家里人照顾起来又近又方便。”

今年3月,眉县健康共同体总医院正式挂牌,由眉县人民医院牵头,整合11个镇卫生院及辖区内152个村卫生室,推行1名村医+1名镇卫生院医生+总院服务团队的“1+1+X”签约服务新模式。县级医院下派业务院长参与乡镇医院的管理,下派护士轮岗示教,下派专家进行门诊、手术、查房等。另外,还进行科室结对帮

扶,规范慢性病诊疗方案,宣传健康意识,提高居民健康素养。

眉县卫生健康局党委书记、局长达军平说:“通过合作共建重点科室等措施,镇卫生院医疗服务能力得到快速提升,扭转了镇卫生院医疗职能弱化、住院床位闲置、群众不到基层看病就医的局面,一定程度上解决了医疗资源分布不均衡、基层医疗人才短缺、基层群众看病难等问题。”

**优质医疗资源下沉,不能一刀切**

把患者留在乡镇里,不能为了留而留,应该是把服务延伸到乡镇去,使患者在乡镇就能得到充分的治疗,就医需求得到充分满足。眉县人民医院党委书记邵军军举例说,比如针对患有轻微糖尿病的村民,将由乡镇卫生院指导村医进行服务;如有并发症,县级医院专家介入指导;并发症严

重的话,就需要住院治疗。分级指导可以使患者在基层就得到全周期的呵护。同时,县级专家早介入,会减少误诊。

邵军军表示,让优质医疗资源下沉并不意味着“一刀切”。我们由县级医院和镇卫生院按照“一镇一特色”合作共建重点专科,将基础较好的槐芽、横渠、金渠、齐镇4个卫生院定位为区域医疗健康副中心,由县级医院投入资金、设备、技术,建设疼痛、中医骨伤、肛肠、普外4个特色科室,并下派一名业务副院长长期定点帮扶。在4个副中心中,金渠的肛肠科比较强,我们就重点帮扶,让肛肠科的患者留在这里。有些比较偏远的乡镇卫生院,重点就是做好公卫、健康指导等。不是说每个乡镇卫生院都要大而全,他们做不到。

通过这样的帮扶,我们的专家下沉了,群众看病非常方便,就医质量能够得到保障,群众也愿意在基层看病治疗。群众在基层的就诊率、住院率明显提升。邵军军说,

据了解,今年上半年,眉县3家县级医院和11家镇卫生院共建特色科室7个,收治住院患者1619人,较去年同期增长47.2%。

**通过信息化建设解决群众看病难的问题**

8月的一天,金渠镇的一位村民因左腿膝盖长期酸麻浮肿,来到卫生院看病。值班医生通过远程诊疗视频系统,与县人民医院专家联系。专家看过村民的病历资料 and 片子后,在网上给出了指导意见,整个过程不超过15分钟。

县人民医院外科医师张小强在金渠分院挂职业务副院长,他告诉记者:“过去,基层医院遇到疑难病例,无法立即得到上级专家指导,只能转院治疗。有了远程诊疗系统,通过视频就能面对面交流学习,基层做的检查数据也实时上传到远程中心,免去了群众奔波之苦。我们通过专家指导,也

获得了宝贵的临床诊疗经验。”

信息多跑腿,群众少受累,就医更便捷,服务更满意。村民们表示,县上专家通过互联网看病历、开药,花费不贵又省了路费。

达军平介绍,目前,眉县建成了县域医健体数据交互平台,实现县、镇、村三级机构网络信息互联互通,建成了远程心电、远程影像、远程会诊、电子病历共享4个中心,让群众在家门口就能享受到优质医疗服务。另外,还推行互联网+医疗、居民电子健康卡,实现院前在线咨询、院中电子缴费和在院查看就诊信息、院后在线跟踪治疗和健康指导等全流程就诊服务。县级医疗机构实现“一码通用”,初步解决了群众看病难问题。

**村卫生室+幸福院,让老人有所医、有所养**

如何创新农村养老模式?如何提高农

村老年人的生活质量和幸福指数?宝鸡市探索的“村卫生室+幸福院”模式既为老人提供就餐休息的场所,更满足了他们的文化娱乐、精神慰藉等需求。

河底村村民刘爷爷最近总是乐呵呵的,招呼上邻居老人一起去幸福院,锻炼身体、下象棋、聊天。共产党真好,国家把咱从头到脚管完了,这在过去连想都不敢想。刘爷爷说。

河底村幸福院建成于2014年,以日间照料为主,设有活动室、休息室等,有床位21张,配备康复器材7套,工作人员3人,现负责20多位老人的饮食和基本生活照料。在这里,70岁以上的老人免费用餐。在九九重阳节等节假日,幸福院还邀请本村60岁以上的老年人参加羊肉泡馍宴,由年轻人做服务,在全村弘扬敬老、孝老的传统美德。

村卫生室的工作人员负责幸福院老人的健康保健和基本医疗服务,为老年人建立健康档案,开展日常健康咨询,每季度做一次健康体检,指导慢性病治疗用药,与镇卫生院家庭医生团队联合对幸福院老人进行义诊,开展家庭医生签约服务工作。据工作人员介绍,每年平均服务老年人300多人次。

在幸福院颐养天年的孙婆婆高兴地说:年轻时咱为国家流血流汗,老了以后,党和政府把咱冷暖挂念,一切都包办!

中青报 中青网记者 夏瑾

# 食品包装上的营养标签变了,你看得懂吗

## 修订后的《预包装食品营养标签通则》将惠及大众健康

由于经济水平的发展,居民膳食中预包装食品(预先定量包装或者制作在包装材料和容器中的食品)的消费的占比越来越高,随着公众的营养健康意识日益提高,消费者也越来越关注营养标签。因此,对预包装食品上的营养标签加强管理,显得越来越重要。健康中国行动之合理膳食行动副组长、国家卫生健康委员会司司长刘金峰对记者说。

近年来,我国居民营养健康状况明显改善,但仍面临营养不足与过剩并存、营养相关疾病多发等问题。为落实国务院《健康中国行动(2019—2030年)》精神,推进合理膳食行动实施,国家卫健委加快落实食品安全国家标准《预包装食品营养标签通则》(以下简称《标签通则》)修订工作。刘金峰介绍说,营养标签是当前国际上普遍采用的、向消费者提供规范的营养信息的有效途径,也是消费者直观了解食品营养成分、特征的有效方式。我国第一个强制实施的《标签通则》(GB 28050-2011),于2013年正式实施。7年间,营养标签标准的国际发展形势和我国国情、社情都发生了变化,因此国家卫健委从2016年就着手组织修订《标签通则》,希望使其更加适应国内规范化生产和消费者营养需求。

国家食品安全风险评估中心副主任李宁说,营养标签是向消费者提供的有关食品营养信息和特性的说明,可以帮助消费者合理选择预包装食品。她告诉记者,新的营养标签主要内容包括营养成分表、营养声称和营养成分功能声称。营养成分表是对食品中营养成分名称、含量和所占营养素参考值(NRV)百分比进行标示的规范性表格。其中,能量和一些与人体健康关系尤为密切的营养素,如蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠等,需要在所有预包装食品的标签中强制性标示。另外,当在预包装食品中强化了某些营养成分,或者要强调说明某些营养成分的含量水平及其生理作用时,例如某种食品想要标示“富含某某营养素”,这些营养成分信息也要强制在营养成分表中标示出来。此外,如果在食品生产过程中使用了氢化(或)部分氢化油脂,可能会将反式脂肪酸带入食品当中,此时,营养标签中必须标示出反式脂肪酸的含量信息。除以上情况,食品生产企业还可自愿标示预包装食品中其他的营养成分,如维生素、矿物质等。

李宁进一步解释说, NRV是一组专用于营养标签中,表示人体一天中应摄入

的营养素量的参考值。通过计算预包装食品中所含的营养素量占营养素参考值的比例,可以了解该营养素能够满足人体每天需要的程度。比如某个食品的营养成分表中标示蛋白质含量为15克/100克,通常情况下,消费者并不了解所标示的15克是否能满足需要,如果用15克与蛋白质的NRV60克相比较,就很容易理解,即吃了100克这种食品,大概能满足一天所需蛋白质的25%,还需要通过其他食品来补充蛋白质。同时,消费者也可以通过比较各类食品中蛋白质所占NRV的百分比,来判断不同食品所含蛋白质的多少。

新的营养标签标示内容还包括营养声称和营养成分功能声称。李宁介绍,营养声称是对食品营养特性的描述和声明,包括营养成分的含量声称。含量声称是描述食品中能量或营养成分含量水平高低的声称,当含量水平超过或低于参考值时,可以使用含有“高”“低”或“无”等进行标示,例如“高钙奶粉”“无糖”“富含维生素C”等。此时,消费者可以根据这些营养标签信息合理选择适合自身健康需要的食品。

营养成分功能声称,是对某营养成分能够维持人体正常生长、发育和正常生理

功能等作用的描述。比如,对于含有钙的预包装食品,可以在营养标签中标示“钙有助于骨骼和牙齿更健康”,这样的声称有利于消费者进一步理解食品中营养素的生理作用。李宁说。

**新通则亮点多多**

据中国营养学会理事长杨月欣介绍,《标签通则》的修订既基于国内实际情况,也借鉴了国际先进经验,修订后的营养标签标准充分考量了全民公共健康问题,强制增加了糖、饱和脂肪酸等与全民营养健康重大相关的成分标示,同时,鼓励企业在自愿性标识中,对盐、糖和油的含量作出声明,使用“中国居民膳食宝塔图形”和“中国居民膳食指南”的核心信息。

杨月欣告诉记者,为了规范企业生产,同时方便消费者对营养标签的识别和理解,指导消费者健康选择,修订后的《标签通则》对标签格式、文字大小、营养声称等方面都明确规定了标注方法,包装正面也允许采用图形、文字等方式对营养素含量补充说明。对能量的描述可以使用卡、千卡、卡路里进行文字说明,对钠的描述可以

使用盐、低盐等文字表达。此外,此次修订也更趋近于消费者的认知习惯,推荐了19类预包装食品使用分量参考值,即不仅标示每100克食品所含有的营养成分,而且还按该食品每份的质量或体积标示全部营养成分含量。

杨月欣表示,修订后的《标签通则》还对NRV进行重新修订,与2014年中国营养学会的中国膳食参考摄入量的推荐标准保持了较好一致性。部分营养素的允许误差判断值、营养声称条件和描述等也得以修订。修订后的《标签通则》对豁免食品的描述也更清晰化,与其他有关法律、法规及相关标准等,在定义、成分标示和剂量使用等的衔接性方面进行了较好匹配。

**有效实施营养标签通则意义重大**

刘金峰认为,有效实施营养标签通则意义重大,一是有利于宣传普及食品营养知识,可以加强对个人和家庭的营养和膳食指导。消费者在购买食品时,可以通过阅读营养标签,有意识地选择适合自己的产品。例如,有的人为了控制体重而注意食

品中脂肪和能量的水平,有的人为保持体重或预防肠道疾病会关注食品中膳食纤维的含量。通过实施营养标签,提示脂肪、糖和钠的含量,可以提高消费者的营养健康意识,调整膳食结构和健康水平,以此鼓励全社会参与到减盐、减油、减糖的行动中来。

二是有利于规范企业正确标示营养标签,促进食品产业健康发展。有了营养标签,需要将产品的营养成分含量告知消费者,企业在研发、生产食品时,就需要对此加以考量,从这个意义上讲,也是引导企业不断进行产品优化升级的有效措施。

刘金峰表示,接下来,国家卫健委将按照合理膳食行动的要求,扎实推进营养标签标准修订工作。增加蔗糖等糖的强制标识,鼓励企业进行“低糖”或者“无糖”的声称,积极推动在食品包装上使用“包装正面标识(FOP)”信息,帮助消费者快速选择健康食品。

除了预包装食品,国家卫健委还将进一步关注在外就餐人群,推进在餐饮食品上标注营养信息的工作。根据合理膳食行动的要求,鼓励餐饮业、集体食堂向消费者提供营养标识。刘金峰说:“我委正在研究制定《餐饮食品营养标识指南》,这是一项推荐性标准,鼓励在每份餐饮食品上标示能量、钠(食盐)和脂肪以及其他营养成分含量。目前,该指南已经完成文本的起草和社会意见征集工作,将进一步进行修改完善。希望这项标准的制定,可以从规范餐饮食品营养信息的标识方面进一步促进合理膳食行动,提示居民减少每日食用油、盐、糖的摄入量。”

借助营养标签,合理选择预包装食品

健康中国行动之合理膳食行动成员、

## “有声图书馆”

# 美好童年 陪伴成长

### 2020 雏鸟伴飞 关爱计划

我们可以做好朋友,一起读书,快乐成长。

今天,我给你们讲一个名叫《空房子》的故事。

读书真有趣,我很喜欢,希望我讲的故事可以带给你快乐。

今年,“雏鸟伴飞”关爱计划的主办方在全国百余所幼儿园募集图书近3万册,在山西石楼、四川凉山、辽宁清原、山东龙口等地捐建12所“雏鸟伴飞”爱心图书馆。

让阅读有声音,用声音陪伴远方的朋友。

2020年,“雏鸟伴飞”关爱计划走到第三年,除了线下捐书活动,也同步走向“云端”。

千余名城市幼儿园的小朋友报名参选“小小朗读者”,百余名小朋友录制的故事入选《故事大王》音频特辑,主办方在捐建的“雏鸟伴飞”爱心图书馆设立“有声图书馆”专区。

“有声图书馆”拉近了无法相见的城市小朋友与乡村小朋友之间的距离,聆听动人的故事,也是接收来自远方的爱与祝福。

美好童年,陪伴成长。愿来自社会各界的善意和同龄人的陪伴,搭建起城市儿童和乡村儿童间共通共享的桥梁,让这一方小小天地,为乡村幼儿筑起满载精神财富的小巢,伴着雏鸟慢慢成长,展翅飞翔。

**故事大王之童话故事**  
稚嫩童声带你走进童话世界

**故事大王之寓言故事**  
小故事里蕴藏着大道理

**故事大王之成长故事**  
别看我小,懂的道理可不少

这里有一个温暖的故事集,用手机扫二维码即可进入“有声图书馆”,聆听《故事大王》。

讲故事的百余名小朋友来自全国30多座城市的幼儿园,他们是中国青年报社、中青校媒与美赞臣营养品(中国)有限公司共同发起的“雏鸟伴飞”关爱计划招募的“小小朗读者”。

这些小朋友用温暖、纯净的声音,讲述动人的故事,为贫困乡村儿童带去声音的陪伴。

数据、图片和信息来源:美赞臣营养品(中国)有限公司

广告