



体重管理“秘诀”有8条

综合讯 近日,按照《“体重管理年”活动实施方案》有关安排,国家卫生健康委办公厅发布《居民体重管理核心知识(2024年版)》及其释义,进一步倡导和推广文明健康生活方式,提升全民体重管理意识和技能。

核心知识主要包括8条,即正确认知,重在预防;终生管理,持之以恒;主动监测,合理评估;平衡膳食,总量控制;动则有益,贵在坚持;良好睡眠,积极心态;目标合理,科学减重;共同行动,全家健康。

根据核心知识释义,体重是客观评价人体营养和健康状况的重要指标,体重过高或过低都会对健康造成不利影响。保持健康体重能减少相关疾病的患病风险。全人群都应把保持健康体重作为目标,并贯穿孕产前期、孕期、婴幼儿期、儿童青少年期、成年期、老年期的全生命周期。

超重及肥胖儿童的干预目标是在保证身高稳定增长的同时,维持体重不增或延缓体重增长速度,以达到健康体重,并非必须降低绝对体重。65岁及以上老年人不宜盲目减重,重点是通过饮食和运动等干预,保持肌肉量和骨量,或者延缓其减少速度。孕产妇、基础疾病患者等特殊人群,应在专业人员指导下进行体重评估和管理。

超重和肥胖者减重的主要目标是降低脂肪组织的重量,在制定减重目标时要量力而行,速度不宜过快。一般可按每周体重减少不超过0.5公斤的速度,在3~6个月内减少体重的5%~10%,或在专业人员的指导下设置合理目标,科学控制体重。

国家卫生健康委医疗应急司有关负责人表示,各地要高度重视体重管理科普宣传和健康教育工作,围绕《居民体重管理核心知识(2024年版)》,有计划、针对性地开展经常性的宣教工作,确保“体重管理年”活动取得实效。(朱琳 整理)



中山大学肿瘤防治中心:

构建党支部综合目标管理体系抓实基层党建

四大创新 推动基层党建高质量发展

医院党支部综合目标管理体系的实施,以“党的一切工作到支部”为鲜明导向,为推动公立医院基层党建高质量发展提供鲜活经验,体现出“四大创新”。

一是突出政治功能,强化目标落实,推动党建责任由“软任务”向“硬指标”转变。把“三会一课”、党员教育管理 etc 基础性工作作为目标管理的首要内容。每年签订工作责任书,实施计分管理,完善奖惩措施,促进支部书记、委员责任意识,提高专业化水平。

二是量化评价指标,强化结果运用,推动党建任务由“抓无形”向“抓有形”转变。明确的考核标准让党支部行有准则、干有方向。在评比时,不同系统的党支部分别进行排名,保证了公平性。考核结果直观反映支部党建工作的优势和不足,针对薄弱环节,能够及时采取措施弥补短板。

三是加强智慧党建,建设信息平台,推动党建手段由“单一化”向“智慧化”转变。全过程数字化管理、信息化赋能,提高工作效率,让“数据多跑路,党员少跑腿”。中心党委能够及时跟踪了解支部建设情况,提高管理精细化水平。

四是坚持党建引领,发挥堡垒作用,推动党建业务关系由“两张皮”向“双融合”转变。在指导支部做好基础工作的同时,鼓励支部探索创新,将党建与日常医教研工作同规划、同部署、同落实,发挥支部战斗堡垒作用和党员先锋模范作用。

三大成效 党建业务互融互促

医院党支部综合目标管理体系的实施,进一步提升党支部标准化规范化建设水平,强化党支部“党建业务互融互促”的工作理念,促进医教研事业发展再上新台阶。

医院组织基础更加扎实。从党建年度考核、校内巡视和中央巡视等情况来看,党支部落实上级党组织和医院党委决策部署普遍较以往更加扎实,各项组织生活的开展更加规范,发展高层次人才、高知识群体党员的成效更加明显。“生日党员讲党史”等多项主题党日活获评中山大学最佳党日活动,医院党委获评优秀组织奖。

党委决策机制更加完善。明确的目标任务+清晰的责任分工+信息化的工作手段,让党委对各党支部党建情况一目了然,为决策分析提供了客观数据和丰富事例支撑。近年来,医院培育出多个省级、校级“样板支部”,获得中山大学先进党委、广东省党建工作标杆院系、全国卫生健康思想政治工作标杆单位等荣誉称号。

党建引领成效更加显著。在推进医院业务重点和痛点工作方面,形成“党委领导、支部带头、党员先行”的工作格局,推动多项医疗业务指标创历史新高、干部人才培养获得成效。2023年,医院“国考”成绩跃升肿瘤专科医院第二,优质高效医疗服务供给持续提升;科技创新屡创佳绩,国自然立项数再创新高,并突破性取得创新研究群体项目;临床研究助力国家医药产业发展,科技成果转化再获代表性突破。

(中大肿瘤防治中心)

责任编辑:朱琳

版式设计:廖香莲

常敲思想警钟 常紧纪律之弦 常存敬畏之心

以学纪知纪明纪促进遵纪守纪执纪

省卫生健康委召开领导干部警示教育会

本委讯 日前,省卫生健康委召开领导干部警示教育会,深入学习贯彻习近平总书记关于全面加强党的纪律建设的重要论述精神,集体观看有关警示教育片,结合违纪违法典型案例深刻剖析,教育引导党员干部以案为鉴、反躬自省,增强学纪、知纪、明纪、守纪的思想自觉和行动自觉,进一步推动党纪学习教育走深走实、见行

见效。省卫生健康委党组副书记、副主任、一级巡视员黄飞主持会议并讲话,党组成员、驻委纪检监察组组长王广见通报违纪典型案例并进行剖析。

会议强调,委各级组织和广大党员干部要深入学习贯彻习近平总书记关于全面加强党的纪律建设的重要论述,在学思践悟中深刻领会把握“什么是党的纪

律规矩”“为什么要加强党的纪律建设”“怎样加强党的纪律建设”,发扬自我革命精神,始终把严的基调、严的措施、严的氛围长期坚持下去,以严明的纪律推动全面从严治党向纵深发展。要以违纪违法典型案例为镜鉴,常念“紧箍咒”、勤打“预防针”、积极“治未病”,进一步增强政治定力、纪律定力、道德定力、抵腐定力,真正做到不放

纵、不越轨、不逾矩。要以新修订的《中国共产党纪律处分条例》为准绳和“戒尺”,搞清楚“六项纪律”具体规定,更加全面准确地理解和执行党的纪律,始终做到知敬畏、存戒惧、守底线。要扛牢政治责任,坚持党性党风党纪一起抓,慎终如始开展党纪学习教育,织密扎紧制度“笼子”,一体推进不敢腐、不能腐、不想腐,把从严管理

监督和激励担当作为结合起来,为奋力谱写全省卫生健康高质量发展新篇章提供坚强政治保证。

省卫生健康委党组成员、非党组成员的委领导、委管二级巡视员,省中医药局、省疾控局和委机关各处室正处级干部,委直属各单位主要负责同志,驻委纪检监察组全体干部,青年党员干部代表等共100人参加会议。(粤卫信)

我省召开传染病监测预警与应急指挥能力提升项目推进会

构建协同推进工作格局

本委讯 日前,广东省疾病预防控制中心在广州召开传染病监测预警与应急指挥能力提升项目推进视频会议。省卫生健康委党组成员、副主任易学锋主持会议并讲话。

会上,省疾病预防控制中心介绍省传染病监测预警与应急指挥能力提升项目进展情况与任务推进重难点。省疾控中心解读《加快推进国家传染病智能监测预警前置软件部署工作方案》

的有关内容。

会议强调,加快推进省统筹平台建设是落实《国务院办公厅关于推动疾病预防控制事业高质量发展的指导意见》《“十四五”全民健康信息化规划》等文

件精神的重要举措,也是做好传染病监测预警、防范和应对疾控领域重大风险的重要举措。会议指出,省卫生健康委和省疾控中心将加强统筹领导与沟通协调,积极构建“省市县纵深推动、部

门横向联动、各方合力协同”的项目联动协同推进工作格局。各地市各单位要迅速响应,指定专人跟进,加快项目实施进度,并定期报告进展,确保高质量完成任务。

省卫生健康委相关委领导,委机关部分处室,省中医药局、省疾控局、省疾控中心相关负责人及省属、部属、属属医院分管同志等约50人参加会议。各地级以上市卫生健康委(委)主要领导、分管领导及有关科室和单位负责人在各地分会场参加会议。(粤卫信)

以赛促学 练精兵

全省寄生虫病防治技能竞赛在广州举办

本委讯 近期,由省疾病预防控制中心主办、省疾病预防控制中心承办的2024年全省寄生虫病防治技能竞赛在广州市举办。通过激烈角逐,深圳市宝安区疾控中心王银秋获个人技能综合考核一等奖,深圳市代表队获团体总分第一名。

据介绍,此次竞赛深入贯彻国家和省关于开展疾控系统“大练兵、大比武”,推动疾病预防控制事业高质量发展的部署要求,旨在通过以赛促学、以赛促练、以赛促用,进一步激励全省寄生虫病防治专业技术人员钻研业务、学习本领、锤炼技能,提升寄生虫病综合防治能力。

来自全省21个地市及省疾控

病预防控制中心的87名选手参加竞赛。竞赛分为理论笔试考核和技能操作考核两部分,重点考核常见寄生虫生活史、病原和诊断基本知识,以及重点寄生虫标本片的制作和镜检鉴别技术。

近年来,广东以推动落实卫生健康和疾病预防控制事业高质量发展为主线,持续强化寄生虫病防治工作,有效维持血吸虫消除状态,巩固消除疟疾成果,肝吸虫病综合防治取得明显成效。接下来将以改革完善疾控体系为契机,进一步提升寄生虫病防治机构和队伍能力水平,持续巩固全省寄生虫病防治成果。

(粤卫信)



全省健康素养进机关 首场巡讲开讲

综合讯 日前,由广东省卫生健康宣传教育中心、肇庆市卫生健康局联合主办的2024年健康素养进机关活动启动仪式暨首场巡讲在肇庆举行。当天肇庆市全民健康素养宣传月活动同步启动。

广东省卫生健康宣传教育中心党委书记、主任王剑莉在启动仪式中指出,普及科学健康知识、提升健康素养水平,是维护和促进健康最根本、经济、有效的措施之一。据研究,脂肪肝、高血脂等慢性病是公务员群体的常见病、多发病。此次健康素养巡讲活动聚焦公务员主要健康问题及健康需求,邀请权威医学专家授课,将在全省范围内至少开展30场巡讲。

在首场巡讲环节,中山大学孙逸仙纪念医院临床营养科主任医师陈刚副以“合理膳食 促进健康”为主题,从平衡膳食八条准则等方面进行健康知识宣讲,为大家提供

具体、可操作的膳食建议。中山大学附属肿瘤医院防癌体检健康管理中心副主任医师谢传波以“体检发现肺部结节怎么办”为主题,帮助市民摆脱对肺部结节问题的焦虑,给予科学规范的就医建议。

据介绍,近年来,肇庆市重视健康教育和健康促进工作,大力实施健康素养提升行动,广泛开展健康知识普及和健康行为促进活动,组织专家深入社区、学校、企业、机关等,开展健康科普讲座、义诊咨询等,受到市民欢迎。以电视、讲座、宣传栏、新媒体等方式向市民推送权威、科学、通俗易懂的健康知识,并持续开展健康细胞工程建设,加强健康教育人才培养,拓展健康教育传播平台。同时,全市基层医疗卫生机构依托国家基本公共卫生服务项目开展健康教育,持续提升居民健康素养水平。(杨帆 叶剑如)

广州计划5年内建100家港式家庭医生工作室

广州讯 7月2日下午,广州市卫生健康委与大湾区医疗集团,在广州市天河区石牌街道社区卫生服务中心举行“千人百家”淬炼提升工程家庭医生培训项目签约仪式。

据了解,此次合作是广州市卫生健康委在总结各区培训经验的基础上,首次携手大湾区医疗集团实施“千人百家”淬炼提升工程家庭医生培训项目,从市层面大力推行港式家庭医生培训模式,计划利用3~5年时间,力争培养约1000名达到国际服务标准的家庭医生,建设约100家港式家庭医生工作室。第一期将遴选来自广州各区的70位家庭医生参与培训,规范建设9间港式家庭医生工作室,让居民在“家门口”享受到优质的港式家庭医生服务。

据悉,大湾区医疗集团在基层医疗服务能力提升方面经验

丰富,通过引入香港基层医疗经验和师资力量,结合香港家庭医生执业实践和内地社区医疗特点,创办了面向家庭医生的港式培训项目,提升了家庭医生服务能力。同时,为提升患者在社区就医的获得感,大湾区医疗集团还与广州市多个区合作共建“港式家庭医生工作室”,将国际全科标准及港式医疗服务模式引入社区。迄今已有74间港式金牌家庭医生工作室落户广州,为居民提供优质服务所温馨提醒、注重隐私保护的就诊环境,以及专业细致、富有同理心的家庭医生服务。

近年来,广州市卫生健康委高度重视基层医疗卫生服务能力建设,不断以创新形式高效培

养社区卫生人才,有力促进家庭医生服务能力提升。目前全市已组建1924个家庭医生签约服务团队、近8000名家庭医生,为800多万签约居民提供优质、高效、便捷的服务。(孙映吟)

■ 简讯

● 为庆祝中国共产党成立103周年,连日来,惠州市卫生健康局组织开展重温入党誓词、联建共促共进、助力绿美惠州等一系列庆祝活动。在“庆七一”主题团日活动上,局机关八个党支部轮流上台诵读红色家书。通过沉浸式朗诵家书,进一步增强党支部的凝聚力、向心力和战斗力,激发全体党员的爱国爱党热情。(刘惠)