

健康周刊

如何破解「小胖墩」难题？

来自健康食物与城市发展研讨会的观察

李恒 温竞华

九月的蓉城，秋高气爽，走进四川省成都市天府国际会议中心，“健康食物与城市发展研讨会——为城市未来共创健康食物方案”9月14日在此举行。与会嘉宾汇聚一堂，聚焦城市环境对儿童青少年超重和肥胖的影响，深入研讨展望未来。

随着生活水平的提高，我国居民尤其是儿童青少年人群超重肥胖患病率增长较快，成为严重危害居民健康的公共卫生问题。《中国居民膳食指南(2022)》数据显示，6至17岁儿童青少年超重肥胖率高达19.0%，意味着每五个儿童青少年中约有一个超重肥胖，甚至在生长发育过程中，存在“身高跑不过体重”的现象。

“健康的食物和城市环境对于有效遏制儿童青少年超重肥胖流行、促进儿童青少年健康成长，助力健康中国建设意义深远。”国家食品安全风险评估中心主任李宁表示。

儿童超重和肥胖已经成为不容忽视的全球性问题。国务院2021年9月印发《中国儿童发展纲要(2021—2030年)》，提出了“儿童超重、肥胖上升趋势得到有效控制”的目标。

联合国儿童基金会驻华办事处副代表毕曼达表示：“每一名儿童都有权利获取茁壮成长所需的多样化健康膳食。保护儿童，为他们创造良好的食物环境，提供易于获得、物美价廉、安全健康的食物刻不容缓。”

从《国民营养计划(2017—2030年)》到《健康中国行动(2019—2030年)》，从《学校食品安全与营养健康管理规定》到《儿童青少年肥胖防控实施方案》，从《营养与健康学校建设指南》到《中国学龄儿童膳食指南(2022)》……近年来，我国出台一系列政策举措对儿童青少年合理膳食、营养健康作出部署。

为“保持健康体重”，《健康中国行动(2019—2030年)》给儿童青少年“开方把脉”：学会选择食物和合理搭配食物的生活技能。每天吃早餐，合理选择零食，在两餐之间可选择适量水果、坚果或酸奶等食物作为零食。足量饮水，首选白开水，少喝或不喝含糖饮料。自我监测身高、体重等生长发育指标，及早发现、科学判断是否出现超重、肥胖等健康问题。

多位与会专家呼吁，科学合理膳食是最合算的超重、肥胖干预措施，积极倡导减盐、减油、减糖的健康饮食和烹饪习惯，家长要帮助孩子从小建立健康生活理念，养成良好饮食运动习惯，管住嘴、迈开腿。

国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司副司长田建新表示，肥胖防控是世界性难题，也是一项长期的事业，需要国际社会广泛合作、综合施策。下一步，国家卫生健康委将会同相关部门不断完善政策法规，丰富科普宣教形式和内容，加强效果监测和评估，更好地推动建立健康的食物环境，助力儿童青少年健康成长。

来自成都的20岁学生胡清源在会上分享了联合国儿童基金会“我要更健康的食物”公益倡导活动青年咨询工作坊的讨论结果。据介绍，这次活动在北京和成都邀请超过60名15至24岁的青年参与。“我要更健康的食物”是联合国儿童基金会和年轻人共同发起的一项倡议，旨在改善亚太地区的食物环境，提升公众意识。

新华社记者了解到，成都市和联合国儿童基金会驻华办事处合作实施了以城市为主体的儿童营养改善项目。当前，联合国儿童基金会驻华办事处正支持成都市营造促进儿童健康饮食的学校、家庭、餐饮和零售环境，旨在减少儿童接触到不健康食品的机会，提升他们的营养素养，引导儿童选择更健康的食品。

本次研讨会由国家食品安全风险评估中心、中国营养学会及联合国儿童基金会驻华办事处共同主办，成都市疾病预防控制中心协办。

市中心医院完成我市首台心脏收缩力调节器植入手术
给孱弱的心脏装上“发动机”

记者 唐颖

通讯员 李文娟 孟天笑 刘金武

本报讯 近日，市中心医院心血管内科完成了我市首台心脏收缩力调节器(CCM)植入手术，让患者重获新生。此例手术的成功开展，标志着该院在心血管介入诊疗技术方面有了新的突破，为广大慢性心衰患者带来了新的治疗选择。

患者男，49岁，因“反复活动后胸闷、气促5年，再发加重伴咳嗽2月余”入院。经当地医院检查发现，患者心脏射血分数(EF值)仅为15%，而正常范围是50%至70%，诊断为冠心病、缺血性心肌病。为了寻求

进一步诊治，患者来到市中心医院，最终以“全心衰竭”入住心血管内科。

心血管内科主任刘鹏组织科室团队全面评估和反复讨论，认为该患者心衰反复，症状明显，经过最优药物治疗效果仍不明显。与患者及家属沟通后，决定植入CCM。在不增加心脏负担的情况下，增强心肌收缩力，改善心衰症状。经过刘鹏团队的充分准备，手术过程非常顺利，用时1小时。术后，患者各项生命体征平稳，没有不适情况发生。在未来，CCM可通过体外充电器，长期持续为患者提供治疗。

刘鹏介绍，心脏收缩力调节器(CCM)是一种先进的心力衰竭治疗装置，适用于窄QRS(<130ms)、药物治疗效果不佳、左室射血分数在25%至45%的慢性心力衰竭患者。CCM植入手术是将刺激电极植入到患者心室，在心脏搏动的绝对不应期里释放电刺激。这种电刺激不会改变患者心律，但是可以通过一系列信号通路改善心肌的生理状态，加强心脏收缩能力，从而改善心衰患者的心功能。刘鹏说，首例心脏收缩力调节器(CCM)植入术的成功开展，为心衰战场提供更加有力的治疗武器。随着临床应用的进一步推广，将为更多的心衰患者带来福音。



9月20日，在第35个“全国爱牙日”到来之际，洞口县人民医院开展“口腔健康，全身健康”宣传义诊活动，并免费为10名儿童提供了全口涂氟和窝沟封闭一颗恒磨牙等治疗。

通讯员 王道清 龙莉平 摄影报道

猴痘纳入乙类传染病进行管理

董瑞丰 顾天成

国家卫生健康委于9月15日发布公告说，根据《中华人民共和国传染病防治法》相关规定，自2023年9月20日起将猴痘纳入乙类传染病进行管理，采取乙类传染病的预防、控制措施。

猴痘是由猴痘病毒感染所致的一种人兽共患病，其既往主要发生在中非和西非。2022年5月以来，全球100多个国家和地区发生猴痘疫情。多国疫情显示，猴痘已发生人际传播，并广泛传

播到非洲以外的国家和地区，病死率约为0.1%。

2022年9月我国报告首例猴痘输入病例，2023年6月开始出现本土猴痘疫情，目前全国20多个省份先后报告猴痘病例，引发新增本土续发疫情和隐匿传播。

根据国家卫生健康委发布的政策解读，国家卫生健康委、国家疾控局认真贯彻落实党中央、国务院决策部署，将猴痘作为新发突发传染病进行应对处置，充分发挥多部门协同防控的重要作用

用，不断完善防控政策措施，加强信息发布、宣传教育、重点人群干预和规范治疗，猴痘疫情防控工作取得积极成效。

据介绍，考虑到猴痘疫情将在我国一定时期内持续存在，为进一步科学规范开展猴痘疫情防控工作，切实保障人民群众生命安全和身体健康，国家卫生健康委决定，自2023年9月20日起将猴痘纳入《中华人民共和国传染病防治法》规定的乙类传染病进行管理，采取乙类传染病的预防、控制措施。