



激活“小”家庭健康 构建“大”健康格局

“把筛查初诊放到社区,这对于我们老年人来说太方便了!”在福州市鼓楼区华大街道社区卫生服务中心,59岁的居民郭阿姨首次参加落地“家门口”的健康筛查活动,难掩欣喜。

线下查健康,深入社区“送去”筛查服务;线上学知识,结合热点进行健康科普直播,近期,由福建省计划生育协会组织开展的“重阳健康行 服务暖人心”暨颈动脉斑块专项筛查公益活动,广受中老年群体的好评。

这只是福建省积极响应“健康中国”号召,开展家庭健康促进行动的极小一步。在全省对政府推动、行业引导,动员家家参与、共建共治共享的家庭健康治理新模式的积极探索下,如何激活“小家庭”健康管理潜能,促进全民“大卫生、大健康”落实落细,八闽有自己的独特解法。

□本报记者 陈敏

01 服务有阵地、专家齐发力、基层共推进 三招并出打出制胜“组合拳”

上工治未病,中工治欲病,下工治已病,个人健康与家庭健康息息相关。为了推进家庭健康促进行动,福建省深入基层,积极建设了一批服务阵地、一批专家队伍以及一批基层力量。

麻雀虽小、五脏俱全,走进福州市台江区家庭健康服务中心,社区民生综合服务中心、长者食堂·学堂、邻里中心、儿童活动中心等各个区域一应俱全,不定期的专家坐诊、便利的中医理疗服务,以及线上线下的健康知识科普将老百姓切实所需的医疗资源下沉到一线,功能覆盖到健康育儿、健康青春、健康养老等基层老百姓的全生命周期。

这只是福建26个省级家庭健康促进行动项目试点之一。从2020年中国计生协印发《关于开展家庭健康促进行动的通知》,决定在全国开展家庭健康促进行动以来,省计生协在26个县(市、区)开展家庭健康促进行动省级试点,结合各地实际情况,从功能布局、人员配备、服务



福州市台江区家庭健康服务中心举办健康知识讲座

内容、管理制度等方面探索家庭健康服务中心规范化建设。

如今,全省各类服务阵地已初具规模,建成家庭健康服务中心33个、健康驿站112个、优生优育指导中心79个,在社区、乡村建设660个“向日葵”亲子小屋……

2023年7月下旬,“专家引领提素养 助力全民健康行”家庭健康促进行动暨专家座谈会在福州举办。近40名卫健、计生相关单位及医院专家代表齐聚一堂,围绕肿瘤防治、医养结合、儿童保健、更年期妇女保健、老少心理健康、科普宣传方式等方面进行了讨论,共商家庭健康服务机制,进一步推动家庭健康促进

行动落深、落实、落地。

据了解,2020年,福建省建立家庭健康促进行动专家库,涵盖了15个专科类别,各设区市和部分县级计生协会也逐步组建专家队伍。截至目前,加入到省、市两级参与家庭健康促进工作中的专家已达688人。

近期,福建省在厦门、泉州、宁德、龙岩等多地密集开展青春健康师资培训,从青春健康教育入手,推动家庭健康。近年来,全省已有1982人拥有青春健康师资,在45所高校和680个中学开展“成长之道”、“沟通之道”青春健康教育,更是培训了超10.5万名家庭健康指导员,活跃在基层第一线。

03 科普“双管齐下” 让健康知识走进千家万户

“筛查出颈动脉斑块也无需过度紧张,不是所有的斑块都需要手术治疗。”在日前省计生协主办的“斑块早发现,卒中早预防”的主题直播中,专家们进行了颈动脉斑块的科普,并依次对观众提出的问题进行了解答,吸引了近34万群众前来观看。

从“2030健康中国”规划提出的“以促进健康为中心、预防为主、中西医并重的大健康理念”中不难看出,健康教育和促进对于提升居民健康素养和意识,推动家庭健康服务来说,是必不可少的。

除了在线上的直播科普,全省各级计生协协同卫健、疾控等单位,在线下开展“健康知识进万家”活动,联手推进健康科普进机关、进企业、进社区、进学校、进家庭。



▲“健康知识进万家”科普宣传点授牌暨健康科普宣教活动启动仪式

2023年9月底,“健康知识进万家”科普宣传点授牌暨健康科普宣教活动启动仪式在长富国民营养社区公益体验馆(尚干馆)举行,福建长富乳品有限公司用企业力量推进健康知识走进千家万户。福州市也在已授牌的20家宣传点开展健康科普宣教基础上,新增8家健康科普宣传点,实现了县(市)区全覆盖,并将开创“健康知识进万家”的新局面。

3年来,“健康知识进万家”活动在全省共举办线上活动2831场次,参与2473万人次,线下讲座3205场,参与46万人次。

福建省作为全国家庭健康促进行动首批试点单位,在家庭健康促进行动,倡导健康理念、普及健康知识、开展健康服务等各方面力求采取多层次、全方面的措施。长期以来,得益于政府引领、医疗机构踊跃支持、专家及群众的积极配合,各类主题宣传服务活动、线上线下健康知识讲座、健康家庭示范户评选、健康科普及书编写等方面都完成了大量富有成效的工作,为健康福建的建设不断“添砖加瓦”。

02 健康跑、送义诊 花式“健康行”传递生活新风尚

有数据表示,当前超半数的中青年人体处于亚健康状态,会导致精神力、体力及适应力的下降,从而引起各种身心疾病。而在这个年龄段的人群,正处于“上有老,下有小”的“三明治”状态,不仅仅局限于个人,家人的健康问题更是日益突出。

《中国城市居民健康白皮书》调查发现:长期共同生活的家庭成员易患上同一类疾病,这不仅与遗传相关,还离不开相似的饮食及生活习性。如今,不健康的生活方式成了多种慢性病

的“导火索”,而家庭则是最容易落实“健康生活方式”的场所。

2023年10月底,一场干货满满的“好家风·健康行——家庭健康主题推进”宣传活动走进了宁德市屏南县古厦社区,精彩纷呈的表演、充满活力的亲子健康跑传递文明健康生活新风尚,有趣易懂的宣传折页将新时代婚育文化、健康育儿知识“传递”到社区百姓手中。诸如此类的家庭健康主题推进活动,从2020年至今,全省共开展8324场,宣传覆盖到了4889万人次。

除了政府相关部门的付出,各学校、企业等也在为促进家庭健康尽自己的一份力量。前不久,一场专属于教职工及学生的健康行活动在福州市第二十中学开展,考虑到女老师较多,学校贴心地邀请了乳腺外科、康复科、妇科、骨科等9位专家前来义诊,为师生们解答健康疑惑。

福州市第二十中学小学部语文老师小范(化名)感慨,自己作为班主任平时工作较多,即使遇到身体不适的情况,也会因工作繁忙而把去医院就诊搁置。“这次的义诊走进校园,老师们也能享受到便利的初诊服务,及时根据情况去调理身体,守护健康。”

经过一系列家庭健康促进行动的开展,福建省家庭健康服务不断提质增效,据监测数据显示,全省总体居民健康素养水平从2019年的21.98%提高到2022年的26.76%,提升了4.78个百分点,高于全国平均水平。



▲宁德市屏南县计生协举办“好家风·健康行——家庭健康主题推进”宣传服务活动