

上海向 800 多万户家庭发放新年“健康礼包”

本市持续筑牢常态化疫情防控“铜墙铁壁”，1月5日，上海市启动市民“健康礼包”发放项目，将向全市800多万户常住居民家庭发放《上海市民健康行为知识读本》和实用健康工具“公叉勺”，为市民送上一份健康守护。

上海市副市长宗明出席在殷行市民健康促进中心举行的首发活动，并向市民代表发放健康知识读本和实用健康工具。

上海卫生健康系统积极开展健康科普，使之与医疗救治、疾病预防共同成为防疫的“三驾马车”。2020年5月，以疫情防控和健康生活方式为主要内容的《上海市民健康公约》率先发布；同年11月1日实施的《上海市公共卫生应急管理条例》也将勤洗手、使用公筷公勺等内容纳入其中。为持续提升市民自我防护意识和健康素养水平，上海市健康促进委员会办公室组织编写《上海市民健康行为

知识读本》，并设计制作“公叉勺”作为实用健康工具。

《上海市民健康行为知识读本》由多个领域专家合作编写，从传染病的“前世今生”到慢性病的“来龙去脉”，从健康理念的潜移默化到健康行为的应知应会，从健康生活的知行合一到健康环境的未来之路……同时，特邀复旦大学附属中山医院陈海燕医生手绘漫画，使读本图文并茂、生动有趣。

此次，随读本一同发放的是一把食品级不锈钢材质的“公叉勺”。它的“长相”与众不同，兼具勺子和叉子的功能，用餐时不容易混淆，是分餐的好助手，还有利于沥除汤水，减少油和盐的摄入量。上海市健康促进委员会办公室表示：这把小小的“公叉勺”简单实用，既可以引导市民改变健康行为，又满足大家对健康生活的需要。

上海市卫生健康委员会主任邬惊雷表示：“如何将防疫经验转化成

为上海市民的健康生活方式和行为习惯，公筷公勺的倡议推广与落地实施，给出了绝佳示范：一个小习惯，蕴含大健康，改变的是我们的陈旧陋习，刷新的是我们的生活理念。今后，随着读本和工具进家入户，我们要让健康促进的理念进一步入耳、入脑、入心，更好推进常态化疫情防控，提升市民自我防护意识和健康素养水平，进一步增强全体市民的健康获得感、安全感与幸福感。”

史伟

提升医院服务质量 缓解患者就医难题



作为一家集医疗、教学、科研、康复和急救于一体的二级甲等综合性医院和静安北部区域医疗中心，市北医院承担着辖区内近50万人口的常见病、多发病和慢性病的预防、医疗、康复、保健和健康教育等任务。

市北医院党总支书记张鹤表示，“四史”学习教育开展以来，市北医院党总支带领党员和干部职工以百姓医疗需求为导向，聚焦群众就医中的急、难、愁问题，加速推进、解决了一批事关群众健康利益的揪心事、烦心事。

经过深入调研发现，彭浦新村这个上海当年有名的工人新村里，老年人口比例超过

全市平均水平。老年人大都患有各种慢性疾病，其中心血管病的发病率与死亡率不断攀升，已成为重大的公共卫生问题。一个偌大的彭浦新村地区一直没有胸痛中心，这给病人的急诊救治、出院随访、康复指导等都带来不便。医院直面周边百姓发生胸痛无法就近救治的“揪心事”，牢记“一切以病人为中心”的发展初心，在区卫健委的支持下，医院领导聚焦胸痛中心建设，集院内院外之力，以最快的速度在硬件、软件等方面加快推进胸痛中心建设。

该院心内科主任曹华明作为学科带头人，与内科学支部书记徐佩尔，急诊科主任党、支部委员陆燕燕，医技综合党支部书记喻利，心内科医师周乐，急诊护士长张锦敏等众多党员，在胸痛中心建设中发挥着模范带头作用。

近日，市北医院胸痛中心通过了中国胸痛中心认证并被正式授牌，填补了静安北部地区无胸痛规范化诊治的空白，为辖区内近50万居民的胸痛规范化诊治带来了便利。

通讯员 喻文龙

为血液病患者筑起坚固防线



2020年12月底，伴随着跨年钟声的敲响，高博医学(血液病)上海研究中心(闸新院区)一间病房里传来欢声笑语。71岁高龄的陈先生在家人和医护的陪伴下迎来了一个充满希望的新年。而不久前，他刚刚因确诊血管免疫母T细胞淋巴瘤接受了异基因造血干细胞移植术。

这意味着由王椿教授(见上图)带领的高博医学(血液病)上海研究中心再次突破造血干细胞移植年龄禁区，成功挑战71岁高龄患

者造血干细胞移植。异基因造血干细胞移植是目前可能治愈某些分型的血液肿瘤的唯一手段，但一般来说，年龄超过60岁的老人在心脏、肝脏、肾脏、肺功能方面都逐渐减退，很难耐受异基因移植大剂量化疗及术后感染排斥的并发症，因此移植成功率低。在国内大多数医院，对超过50岁的血液病移植患者收治都会慎之又慎，更有造血干细胞移植“60岁年龄禁区”这一心照不宣的“规则”。

2021年1月8日，高博医学(血液病)上海研究中心在开院周年活动上传出消息，高博医学(血液病)上海研究中心加入上海瑞金血液病医联体，这意味着研究中心的成果得到了以瑞金医院血液科为代表的国内顶尖血液专科的认可。

此外，高博医疗集团与国内最大的抗癌学术及患者教育平台良医汇合作的“血液肿瘤患者服务中心”落地闸新院区。活动上，关注重大疾病的患者救助和支持的中慈公益基金会举行了“风影基金”捐赠仪式。 益民

上海专家打造一体化技术 阻断多种遗传病

染色体病和单基因病都是造成中国出生缺陷的重要原因之一。复旦大学附属妇产科医院近日披露，该院专家通过一体化PGT平台技术，同时阻断染色体平衡易位和单基因疾病，使第三代试管婴儿“一一”(化名)顺利出生。

复旦大学附属妇产科医院院长徐丛剑表示，这意味着，上海专

家在遗传病生殖阻断领域取得突破性进展。他希望新技术今后能造福更多的遗传病患者，推动辅助生殖技术的进步，进一步降低出生缺陷，提高人群的生殖健康水平。

据了解，目前，业内普遍使用的胚胎植入前遗传学检测(PGT)技术存在一定的不足：不同的指

征，需要用不同的检测技术平台；即便是同一指征，不同的病种可能也要用不同的技术平台，操作相对复杂，且要经过多次不同的检测，耗时长，缺乏适用于不同指征和病种的、统一的通用型PGT技术平台。

复旦大学附属妇产科医院上海集爱遗传与不育诊疗中心副院长

晓溪教授形象地进行了解释：“一体化PGT技术平台有点像生殖遗传检测界的‘一网通办’，就是整合不同技术方法的优势，建立简便高效的通用型检测平台，为更多有需要的家庭带去健康新生命的希望，加强出生缺陷综合防治，助力优生优育。”

通讯员 沈艳

上海首创建立 200 多家社区发热哨点诊室

新冠肺炎疫情发生以来，全市246家社区卫生服务中心科学应对，3万余名社区卫生工作者驻守道口进行人员排查，坚守社区进行发热筛查，日夜不停隔离观察，奔走在复工复产健康指导、全面开诊守护健康等多条战线，为疫情防控

取得阶段性成果发挥重要作用。其中，上海创新建设完成的200多家社区发热哨点诊室，累计接诊超过2.5万人次。国家卫生健康委基层司充分肯定上海这一首创做法，推广分享上海经验。

疫情发生后，全市社区医务人

员24小时轮流值守本市各交通道口，“逢人必查、逢车必检”，实施健康登记，累计为1000万余人入沪人员进行了体温测量与健康检测，筑起城市安全“第一道防线”。

文佳

上海试点养老机构长护险“异地通关”

从2021年1月起，年满60周岁以上、在上海已申请老年照护统一需求评估、评估失能等级为二至六级的参保老年人，可以在选择入

住长三角异地连锁养老机构前，先至上海定点养老机构提出相关申请。由上海定点养老机构负责为符合条件的失能老人，统一向所在区

医保中心办理异地登记备案手续。经登记备案后，失能老人即可在上海异地连锁养老机构享受长护险养老机构照护费用的结算。 云翔

国家口腔医学中心落户上海九中院

近日，国家卫生健康委正式批准以上海交通大学医学院附属第九人民医院为主体设置国家口腔医学中心。国家医学中心是国家卫生健康委依托高水平医院设置的国家级医学中心，旨在打造医学高地，提升整体和区域医疗服务能力，减少患者跨区域就医，助力分级诊疗制度建设。国家口腔医学中心是国家卫健委继心血管病、癌症等国家医学中心之后，设置的第八个国家医学中心。

雷鸣

疫情防控不放松，七条提示须牢记

近期，国内连续出现新冠肺炎新增本土确诊病例，呈零星散发和局部聚集性疫情交织叠加态势。随着春节日益临近，回国人员增多，国内流动频繁，聚集性活动增加，冷链和货物物流加大，防控形势严峻复杂。上海市健康促进中心特别提醒：

- 1、非必要不出境，减少跨省出行。
- 2、进入商场、超市、农贸市场时，同样应该佩戴口罩。
- 3、公共场所请保持1米以上的社交距离。
- 4、减少聚会聚餐，注意控制人数，有流感等症者主动不参加聚会聚餐。
- 5、接收来自境外和国内中高风险地区包裹时，一定要擦拭消毒后再打开。
- 6、加强个人卫生，勤洗手，室内经常开窗通风，保持空气流通。
- 7、做好自己和家人的健康监测，出现发热及时就诊。

健促

Healthy 健康上海 Shanghai

本版由上海市爱国卫生运动委员会办公室协办