

# 人民健康是立国之基

## ——健康中国建设10周年书写新坐标

新华社记者



广州市永曜北小学的学生在学  
校楼顶天台的足球场踢球。  
新华社记者 卢汉欣摄

人均预期寿命79岁,跃居中高收入国家前列;超过90%的居民在15分钟内可到达最近医疗点;建成全球规模最大的医疗服务体系、最大的基本医疗保障体系、最大的疾病预防控制体系……

2015—2025,一系列历史性的健康成就,标注出中国式现代化的速度与温度,书写了人类健康事业发展史上的新篇章。

“现代化最重要的指标还是人民健康”“健康是1,其他都是后面的0”。习近平总书记的重要论断,深刻指明了健康之于中国式现代化的重大意义,为健康中国建设提供根本遵循。

一人健康是立身之本,人民健康是立国之基。以习近平同志为核心的党中央把人民健康放在优先发展的战略地位,引领卫生健康事业实现跨越式发展。

新时代谱写的现代化乐章,致广大而尽精微。

“十五五”规划建议明确“加快建设健康中国”,将广泛凝聚全社会维护人民生命健康力量,为确保基本实现社会主义现代化取得决定性进展注入澎湃动力。

### 建设健康中国 关系现代化建设全局

2025年11月10日,HPV疫苗正式纳入国家免疫规划的第一天。青海省西宁市湟源县日月乡卫生院,等候区已排起了队。

满13周岁女孩可免费接种!每年为超过1000万人撑起一把健康“伞”。宫颈癌,中国女性第二大高发癌症,从此有了第一道坚固防线。

世界卫生组织驻华代表马丁·泰勒感叹:中国实践证明,当科学、政治意愿和公共卫生形成合力时,就能创造奇迹。

把维护人民健康摆在更加突出的位置,一切努力都是为让健康这个“1”更加坚实。

2015年,以习近平同志为核心的党中央作出全面推进健康中国建设的重大部署,着眼党和国家事业发展全局,对更好保障人民健康作出制度性安排,推出一系列标志性举措。

从“没有全民健康,就没有全面小康”到“实施健康优先发展战略”,这是健康促进政策不断完善十年——

确立新时代党的卫生与健康工作方针,首次在国家层面提出健康领域中长期战略规划《“健康中国2030”规划纲要》,基本公共卫生服务经费人均财政补助标准逐年增加……卫生与健康事业发展持续向前。

“以治病为中心”加快向“以人民健康为中心”转变,这是健康绩效快速提升的十年——

居民个人卫生支出占卫生总费用比例下降到26.89%,获得世界卫生组织消除疟疾认证,经受住世纪疫情严重冲击……务实之举不断转化为治理成效。

一个个指标变化,犹如健康中国的强劲脉搏。

2024年,全国婴儿死亡率降至4.0‰,5岁以下儿童死亡率降至5.6‰,孕产妇死亡率降至14.3/10万,均为历史最低水平。

用相对较少的资源投入取得相对较高的服务产出,居民主要健康指标居于中高收入国家前列,我国成为全球医疗进步最大的国家之一。

把健康融入所有政策,要靠医疗卫生服务的“小处方”,更要靠社会整体联动的“大处方”。

县心电诊断中心。

看病方便了,药价降了,报销多了。这一幕,正是三明医改经验不断拓展的缩影。

从一域试点到全国推广,促进医疗、医保、医药协同发展和治理,医改不断向深水区迈进。

全面取消药品和耗材加成,多批国家组药品集采覆盖490种药品,心脏支架、人工关节等多种高值医用耗材集采后价格降幅超过50%。

医疗机构大量开展微创手术、日间手术,群众看病住院、化验检查的等候时间大大缩短,全国每千人口托位数达4.73个,试点开展免陪照护服务……多维度发力,改革双向奔赴。

当健康成为发展的底色,幸福就有了更坚实的基石。

“您之前拍过肺部影像吗?我们医院可以跨省调阅。”

2025年11月20日,全国医保影像云跨省调阅启动。北京大学第三医院全科医学科副主任医师刘青一边询问来自河北的患者,一边在电脑上操作。

异地就医,未来无需携带厚厚一沓胶片,更能避免不必要的重复检查。国家医保局大数据中心预计,2027年底前将实现全国医保影像云“一张网”贯通。

十年跋涉,健康中国从蓝图走进千家万户,落在一张张降价后的药单上、一件件更高质量的诊疗服务中、一次次社区医院的贴心随访里。

### 步履不停,迈向全面发展新高度

从应对常见病到呵护罕见病,阳光照进昔日被忽视的角落。

难治性癫痫,小感冒就可能住进ICU,甚至拖垮一个家庭。如今,10岁的患儿亮亮规律用上药,发病明显少了,家人笑容一天天多了。

由进口到国产,由全自费到纳入国家医保药品目录,“救命药”氯巴占片为上万患儿家庭筑牢生命保障线。

“把健康融入所有政策,人民共建共享。”习近平总书记的重要指引,推进健康中国建设一路向前。

我国60周岁及以上老年人口已破3亿。养老,一道全球性的“必答题”,如何破局?

86岁的浙江绍兴柯桥区老人沈来水,不久前用上了社区配备的智能监护套装,居家就能享受24小时健康监测、远程问诊和紧急救助服务。

到2027年底,基本实现医养结合服务县域全覆盖;到2030年,二级及以上

综合性医院设置老年医学科的比例达到90%;推行长期护理保险,健全失能失智老年人照护体系……“中国药方”努力守护好“夕阳红”。

要长寿,更要健康,传统医药展现新魅力。

2024世界传统医药大会上,多国嘉宾品“古法新制”的中药茶饮,体验VR中医问诊。

传统医药焕发新风采:太极拳、藏医药浴法等被列入联合国人类非遗代表作名录;纳入国际疾病分类第十一修订本,中医药历史性地进入世界主流医学体系。

到2030年乡镇卫生院、社区卫生服务中心普遍设立中医馆;研究出台中药材种植养殖、采集等技术标准;推动中医药现代化和“走出去”……解答时代课题,“中华瑰宝”将为人类健康作出更大贡献。

今年4月,健康中国专项行动从15个增至18个,新增健康体重管理行动、健康乡村建设行动、中医药健康促进行动,努力构建起全方位、全周期的健康保障网。

从“病有所医”到“病有良医”,考验中国医师队伍的智慧和信念。

8月19日,中国医师节。这个体现对医生尊重、关爱,行业自律促进的节日,走过8个年头。

加快培养全科医生、公共卫生医师、护理人员和康复专家,让基层“有医生、有好医生”;建立更科学的职业发展和激励机制,让医者“能安心、愿奉献”……敬意背后,加速淬炼医务人员队伍,为的就是当好健康“守门人”。

“到2035年建成健康中国,历史性任务非常艰巨,前景也非常光明。”国家卫生健康委主任雷海潮说,我们将努力提供公平可及、系统连续、优质高效的健康服务,争取到2030年中国居民人均预期寿命达到80岁左右,为推进中国式现代化作出标志性贡献。

健康是促进人的全面发展的必然要求。

13天、19城,刚刚落幕的第十五届全国运动会,点燃全民健身热情。从体育强国到健康中国,人民的健康、人民的体质、人民的幸福,一脉相承。

人民健康是社会文明进步的基础,拥有健康的人民意味着拥有更强大的综合国力和可持续发展能力。

从保障“有没有”到追求“好不好”,为人民的美好生活、为人类的健康福祉,建设健康中国,步履不停!

(新华社北京11月26日电)

# “简、便、验、廉”! 中医适宜技术“热”起来

新华社记者 徐鹏航 田晓航 彭韵佳

针刺、推拿、刮痧、灸法……这些以“简、便、验、廉”为显著特征的中医适宜技术,在中医药宝库中散发着独特魅力。

根据《基层中医药服务能力提升工程“十四五”行动计划》部署,100%社区卫生服务中心、乡镇卫生院能够规范开展10项以上中医药适宜技术,100%社区卫生服务站、80%以上村卫生室能够规范开展6项以上中医药适宜技术。

在覆盖城乡的中医药服务网中,中医适宜技术得到越来越多的青睐。

### 中医适宜技术在诊疗机构火起来

早上八点,中国中医科学院广安门医院中医适宜技术门诊的候诊区,坐满了等候治疗的患者。火灸、中药膏摩、砭石疗法……二十余种中医特色技术,吸引了来自全国各地的患者。

“我们门诊的年诊疗量已突破7万人次,且呈逐年上升趋势。”广安门医院中医适宜技术门诊护士长张维维说,如果遇到“三伏天”等养生黄金期,医护人员经常忙得连午饭都顾不上吃。

“我脾胃不太好,经常便秘,想看看能否用中医调理一下”“我经常伏案工作,肩颈不舒服,想来试一试推拿”……前来就诊的患者中,既有中老年人,也有不少年轻人。

这样的场景,也在很多基层中医馆上演。

兰州市皋兰县卫健局开办“2025年中医适宜技术推广培训班”,培训基层中医药服务“骨干力量”;新疆生产建设兵团基层中医药适宜技术推广使用率达92.87%;武汉市硚口区11家社区卫生服务中心配备腰椎治疗牵引床、电热低频治疗仪等中医诊疗设备……越来越多中医适宜技术直达百姓“家门口”。

### 治未病、减病痛,大有可为

“当时,我的膝关节很疼,活动困难,想着试一试中医。”今年65岁的患者张安在广安门医院接受3次水罐治疗后疼痛缓解,现在对中医越发信任。

张维维经常遇到老病人推荐新病人,患者基本上都是从试看到主动选。

中医热潮不断升温,并非偶然。随着生活水平的提高和健康意识的增强,越来越多人更加关注自身健康,开始从“治已病”转向“治未病”。

记者在各地的基层中医医疗机构看到,越来越多有失眠、头痛等症状的患者开始选择中医,中医适宜技术正成为健康生活的标配。

今年7月,国家中医药管理局印发《中医医院治未病科建设与管理指南(2025年修订版)》,明确中医医院应加强对全院治未病工作的统筹,探索建立治未病科与各专科联合协同创新发展机制。

国家中医药局最新数据显示,全国二、三级公立中医医院设置治未病科的比例超过95%。国家中医药局指导支持近20所高校开设中医养生学相关专业,加强相关人才储备。

“我们以提升中医药防病治病能力为核心,建设国家中医优势专科、中西医协同‘旗舰’医院和‘旗舰’科室,开展重大疑难疾病中西医临床协作,巩固扩大中医药特色优势。”国家卫生健康委党组成员、国家中医药局局长余艳红说。

### 让中医适宜技术实现“长久热”

将中药饼敷于治疗部位,在毛巾上洒酒精并点火,促使患者排汗以缓解寒证——这一源于灸法的中医适宜技术火灸,历史悠久。

为降低传统火灸疗法的烫伤风险,广安门医院护理团队研发了“中药火灸温度监测系统”。广安门医院主管护师习亚炜介绍,通过将温度探头放在皮肤和药饼之间,可以实时监测温度数据,绘制温度曲线,实现控温。这一方面可以预防烫伤,一方面可以更好确保火灸疗效。

守正创新,是中医不断迈向精细化、标准化的时代要求,也是中医传承发展的必由之路。

面对中医热潮,部分公众出现了一些认知偏差,有人将中医神化,认为其能包治百病,放弃常规治疗,也有人盲目跟风,在非正规机构接受治疗,反而损害健康。

中国中医科学院西苑医院综合内科主任医师曾文颖提示,进行中医诊疗要选择正规医疗机构,不可轻信“江湖神医”。

今年8月,国家中医药局印发通知,确定了中国中医科学院西苑医院、中国中医科学院广安门医院等首批11家单位,开展中医药标准化研究转化中心建设。

“让人民群众方便看中医、放心用中药,一直是我们的努力方向和奋斗目标。”余艳红说,下一步,将同相关部门,加快促进中医药产业高质量发展,让中医药这个中华文明的瑰宝在新征程上焕发新的更大活力和光彩。

(新华社北京11月26日电)

讲文明树新风公益广告

茉莉清新廉常在  
文明风尚树心中