



滨州城事

社区 商圈 会展



下载品质滨州
畅享品质生活



10

2025.4.18 星期五
责编:李永亮
邮箱:sdllbwb@163.com

体重管理纳入健康中国行动 校园严禁卖高糖高盐食品

健康体重管理行动、健康乡村建设行动和中医药健康促进行动纳入健康中国行动,与原有15个专项行动统筹推进。日前,全国爱国卫生运动委员会介绍,到2030年,我国将实现人群超重肥胖上升趋势初步减缓、城乡居民健康素养水平差距明显缩小、中医药服务覆盖全人群全生命周期。

体重管理 我国因慢性病导致的死亡人数比例已超过80%,超重和肥胖是心脑血管疾病、糖尿病等重大慢性病的主要危险因素。健康体

重管理行动倡导家庭配备体重秤、腰围尺和体重管理日历,加强婴幼儿及青少年体重监测。严禁校园售卖高糖高盐食品,确保中小学生学习体育活动时间不低于两小时,进一步增加全民健身场地设施场所数量和覆盖范围,推进公共体育设施免费或低收费开放。同时,鼓励有条件的医疗卫生机构设置体重管理门诊,鼓励医疗机构、学校等配置体重秤。

健康乡村 当前,我国农村地区面临卫生服务能力不足、健康环境待改善等挑战。

健康乡村建设行动提出,到2030年,城乡居民健康素养和健康水平差距明显缩小,农村地区居民健康素养水平提升,乡村医疗卫生服务全覆盖,农村环境更加健康宜居。提升乡村医生中具备执业(助理)医师资格的人员比例。乡村医疗机构要健全防止因病返贫监测机制,对重点人群实施精准健康帮扶等健康服务。

中医药促进 中医药健康促进行动由国家中医药局等部门牵头,目标是到2030年,我国构建起覆盖全人群、

全生命周期、全流程的中医药健康服务体系;公民中医药健康文化素养水平达30%;二级以上公立综合医院、三级妇幼保健院设置中医临床科室的比例达95%。鼓励有条件的养老机构开办中医医疗机构,提供老年群体保健等服务。

三大专项行动以“预防为主、多方联动”为核心,会定期督导评估进展。到2027年,将在全国范围全面铺开;2030年完成所有既定目标。(北京晚报)

国家疾控局:水痘、手足口病这样预防

春季是多种传染病高发季节,水痘和手足口病作为儿童青少年群体中常见的传染性疾病,受到家长关注。国家疾控局近日发布健康提示,针对两种疾病的临床表现、传播特点及科学防控措施作出权威解读,呼吁公众提高防范意识,筑牢健康屏障。

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性传染病,初次感染表现为水痘,病毒潜伏于神经节中,免疫力低下时可再次引发带状疱疹。

根据国家疾控局发布的健康提示,患者感染后通常经历10至21天的潜伏期,随后出现发热、头痛、乏力等类似感冒的症状。未接种疫苗或未感染过水痘的人群均易感。病毒主要通过飞沫传播(如咳嗽、打喷嚏),也可通过

直接接触水疱液或被其污染的物品传播。

家长关心,孩子得水痘后有哪些表现? 中国疾控中心病毒病所专家表示,水痘皮疹的特征包括:皮疹先发于头部和躯干,逐渐向四肢扩散;从红色斑疹迅速演变为丘疹、水疱,最终结痂;夜间瘙痒感加剧,需避免抓挠以防继发感染。

如何做好预防与处置? 专家表示,儿童可接种两剂水痘疫苗(首剂12至18月龄,第二剂4至6岁);患者应隔离至全部结痂,需居家隔离,保持皮肤清洁,避免抓挠。

若出现高热不退、皮疹化脓或意识模糊等症状,应立即就医。孕妇、新生儿及免疫力低下者感染后需尽早接受抗病毒治疗。

手足口病也是春夏季常

见传染病。中国疾控中心2024年监测数据显示,我国手足口病流行特征发生变化:虽然流行强度较高,但重症比例明显下降。2024年我国手足口病重症比例较2009至2019年间平均水平下降97%,流行强度呈现“双峰”特征,第一个高峰为5至7月,第二个高峰为10至11月。

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆介绍,手足口病由多种肠道病毒引起,以手、足、口腔等部位皮疹为典型症状,5岁以下儿童为高发人群。早期症状为发热,随后出现口腔黏膜疹及手足部红色丘疹或疱疹,部分患儿臀部、四肢亦可见皮疹。多数病例症状较轻,极少数可能引发病毒性脑炎等严重并发症。

预防手足口病应做好以

下6点,包括:避免接触患儿,尽量不要与患儿拥抱、分享玩具、共用餐具和洗浴用品等,防止交叉感染;保持手卫生,用“七步洗手法”清洁双手;减少聚集;密闭公共场所和居室要经常通风,保持空气流通;做好清洁消毒;积极接种疫苗,目前,EV71型灭活疫苗可有效预防由肠道病毒71型引发的手足口病。

王华庆强调,水痘和手足口病均为可防可控的传染病,防控核心在于“保护易感人群、切断传播途径、控制传染源”。两类疾病均有对应疫苗,家长可积极为儿童完成接种;托幼机构需加强监测,发现疑似病例及时上报,落实晨午检制度。

(新华社)



滨城菜篮子



周五特惠

大楼早市,今日特惠

品名	促销价格
豆腐	1.99元/500g
新土豆	1.99元/500g
小白菜	0.79元/500g
新蒜苔	2.79元/500g
韭菜	2.29元/500g
西葫芦	0.99元/500g
黄瓜	1.79元/500g
长豆角	5.49元/500g
小冬瓜	1.99元/500g
博洋九号甜瓜	4.99元/500g
富士苹果	3.79元/500g
沃柑(大果)	3.99元/500g

品名	促销价格
中华红橙	3.99元/500g
香蕉	3.49元/500g
2.5kg 筋冠挂面	8.9元/包
750g 中裕清水、龙须挂面	3.9元/把
5kg 中裕原味小麦粉	23.9元/袋
25kg 中裕特精小麦粉	99元/袋
内蒙赤峰金苗小米	3.49元/500g
红薯粉条	3.99元/500g
金沙河玉米面	1.99元/500g
江米面	2.79元/500g
大黄米面	3.99元/500g
新疆红枣	18.5元/1.5kg

大楼夜市,每天17:00特价秒杀,部分菜品出清

品名	促销价格	品名	促销价格
菠菜	0.7元/500g	苔菜	1.5元/500g
小葱	2.5元/500g	山芹	1元/500g
茼蒿	2元/500g	小油菜、小白菜	1元/500g
韭菜	2元/500g	上海青	1.5元/500g
茴香	2.5元/500g	新蒜苔	5元/500g
香菜	3元/500g	库尔勒香梨	2元/500g
油麦菜	3元/500g	羊角蜜瓜	5元/500g
生菜	2.5元/500g	博洋九号甜瓜	5元/500g

大楼果蔬早市、服饰、鞋品春款上新广场特卖每天早8点盛大开市,百余种应季果蔬广场平价供应,更有千款服装鞋子现场促销,欢迎光临,现场淘宝!