

首页

疾控中心

卫生监督

健康教育

慢性病防治

领导信箱

政务公开 | 监督动态 | 办事指南 | 政策法规 | 行政审批 | 健康提示 | 联系我们 |

## 卫生部办公厅关于全民健康生活方式行动地开展

作者: 来源: 日期: 2010-6-7

为落实《卫生事业发展“十一五”规划纲要》提出的“加强全民健康教育,积极倡导健康生活方式”有关精神,提高全民健康意识和健康生活方式行为能力,有效控制心血管疾病、糖尿病、慢性呼吸道疾病、癌症等主要慢性病的危害及其危险因素水平,我部疾病预防控制局、全国爱卫会办公室和中国疾病预防控制中心共同发起了以“和谐我生活,健康中国人”为主题的全民健康生活方式行动,现将有关工作通知如下:

一、全民健康生活方式行动是提高国民整体健康水平,实现“健康护小康”的重要工作。各地要按照行动总体方案的要求,将这项行动作为疾病预防控制工作与社区、乡镇基层医疗卫生服务体系建设相结合的切入点之一,认真组织落实,不断探索和总结经验。

二、为保证行动顺利开展,我部成立了全民健康生活方式行动领导小组,并在中国疾病预防控制中心设立国家行动办公室。领导小组负责审核行动的总体规划 and 实施计划,协调国家有关部门和各地工作。国家行动办公室负责行动的全面组织、实施、督导和评价,制订行动实施方案,经我部批准后下发实施。

三、各地要结合创建国家卫生城市、健康城市等相关工作,以社区和乡镇为平台,在现有工作基础上,参照行动总体方案,制订本地行动计划并组织实施。

四、加强统一部署,广泛发动社会力量,积极做好本地行动启动工作。到2007年底国家行动办公室拟支持6个省、自治区、直辖市作为第一批启动地区开展示范行动,到2008年底支持全国50%的省、自治区、直辖市组织开展示范行动。拟报名参加启动工作的省、自治区、直辖市在确定本地行动启动时间后向国家行动办公室提出书面申请。

附件1：全民健康生活方式行动倡议书

全民健康生活方式行动倡议书

健康是人的基本权力，是幸福快乐的基础，是国家文明的标志，是社会和谐的象征。在全面建设小康社会过程中，我国人民的健康水平明显提高，精神面貌焕然一新。然而，社会发展和经济进步在带给人们丰富物质享受的同时，也在改变着人们的饮食起居和生活习惯。与吸烟、酗酒、缺乏体力活动、膳食不合理等生活方式密切相关的高血脂、高血压、高血糖、肥胖等已成为影响我国人民健康素质的大敌。

面对不断增加的生活方式病、药物、手术、医院、医生的作为受到限制，惟一可行的是每个人都从自己做起，摒弃不良习惯，成为健康生活方式的实践者和受益者。为此，卫生部疾病预防控制局、全国爱国卫生运动委员会办公室与中国疾病预防控制中心以“和谐我生活，健康中国人”为主题，共同发起全民健康生活方式行动，并向全国人民倡议：

- 一、追求健康、学习健康、管理健康、把投资健康作为最大回报，将“我行动、我健康、我快乐”作为行动准则。
- 二、树立健康新形象。改变不良生活习惯，不吸烟，不酗酒，公共场所不喧哗，保持公共秩序，礼貌谦让，塑造健康、向上的国民形象。
- 三、合理搭配膳食结构，规律用餐，保持营养平衡，维持健康体重。
- 四、少静多动，适度量力，不拘形式，贵在坚持。
- 五、保持良好的心理状态，自信乐观，喜怒有度，静心处事，诚心待人。
- 六、营造绿色家园，创造整洁、宁静、美好、健康的生活环境。
- 七、以科学的态度和精神，传播科学的健康知识，反对、抵制不科学和伪科学信息。
- 八、将每年的9月1日作为全民健康生活方式日，不断强化健康意识，长期保持健康的生活方式。

让我们在追求健康的生活方式中实现人与自然的和谐相处，愿人人拥有健全的人格、健康的心态、健壮的体魄，实现全面发展，拥有幸福生活！

附件2：全民健康生活方式总体方案（2007—2015年）

全民健康生活方式行动总体方案

（2007-2015年）

世界卫生组织指出,不健康的饮食、身体活动不足和吸烟是导致慢性病的重要行为危险因素。改革开放以来,特别是近20年,在我国政府的高度重视和全社会的共同努力下,城乡居民健康状况不断改善,国民体质逐步增强,为经济社会快速发展提供了有力保障,但同时也导致了人群膳食结构和生活方式的转变,从而带来了新的健康问题。2002年中国居民营养与健康状况调查和2005年国民体质监测结果表明,与膳食不平衡和身体活动不足等生活方式密切相关的慢性疾病及其危险因素水平呈快速上升趋势,已成为威胁我国人民健康的突出问题。如不采取积极行动,我们面临的将不再是单纯的健康负担问题,而是能否实现构建和谐社会的长远战略问题。

通过倡导和促进健康生活方式改善全民健康状况,其他国家已有很多成功经验。2004年,第五十七届世界卫生大会通过了“**饮食、身体活动与健康全球战略**”,要求各成员国将推动健康饮食和身体活动作为保障民众健康、推动社会进步的重要策略。因此,由国家倡导并推动全民健康生活方式行动,将能极大地促进人力资本和经济发展,对落实党的十七大关注民生,以人为本的执政理念,全面构建社会主义和谐社会具有重要的现实意义和长远的历史意义。

我国《卫生事业发展“十一五”规划纲要》明确提出将“加强全民健康教育,积极倡导健康生活方式”作为重点工作。为此,卫生部疾病预防控制局、全国爱卫会办公室和中国疾病预防控制中心在全国范围内发起全民健康生活方式行动。第一阶段行动为“健康一二一”行动,其内涵为“**日行一万步,吃动两平衡,健康一辈子**”,以合理膳食和适量运动为切入点,倡导和传播健康生活方式理念,推广技术措施和支持工具,开展各种全民参与活动。随着活动的推进和深入,全民健康生活方式行动最终将涵盖与健康相关的所有生活方式和行为。

## 一、指导思想和原则

坚持政府主导和倡导,以“和谐我生活,健康中国人”为主题,广泛动员社会力量,创造支持性环境,将传统文化与先进文化有机融合,以科学为依据,从日常生活和工作入手,结合爱国卫生、全民健身、中小学生阳光体育工程等活动,倡导和推进全民健康生活方式,提高国民整体素质,实现“健康护小康,小康看健康”的战略目标。

## 二、行动目标

(一) 总目标。提高全民健康意识和健康生活方式的行为能力,创造长期可持续的支持性环境,提高全民的综合素养,促进人与社会和谐发展。

(二) 具体目标。

- 1.到2007年底,全国有20%的省、自治区、直辖市组织开展“健康一二一”示范行动。
- 2.到2008年底,全国有50%的省、自治区、直辖市组织开展“健康一二一”示范行动。
- 3.到2007年底,完成“示范单位”、“示范社区”、“示范食堂/餐厅”及“示范超市”等评价指标的制订工作。

- 4.到2008年底,开展行动的省、自治区、直辖市提供可供当地借鉴的各类示范活动经验。
- 5.到2008年底,与行动开展前相比,开展“健康一二一”行动地区的居民对合理膳食和身体活动知识的知晓率明显提高,采用合理膳食指导工具及主动参加锻炼的人数比例明显提高。
- 6.到2010年底,与行动开展前相比,开展“健康一二一”行动地区的居民对合理膳食和身体活动知识的知晓率在原有基础上上升50%,到2015年底上升80%;采用合理膳食指导工具、主动参加锻炼的人数比例上升30%和50%,到2015年底分别上升50%和70%。
- 7.到2010年底,与行动开展前相比,开展“健康一二一”行动地区居民慢性病控制相关膳食关键指标合格率和身体活动达到推荐水平人数的比例分别上升40%,到2015年底上升60%。
- 8.到2010年底,有80%的省、自治区、直辖市组织开展“健康一二一”行动;到2015年底,全国所有的省、自治区、直辖市均以不同形式组织开展“健康一二一”行动。
- 9.到2010年底,以省(区、市)为单位,有30%的县(区)组织开展“健康一二一”行动。到2015年底,以省(区、市)为单位,有50%以上的县(区)组织开展“健康一二一”行动。
- 10.到2015年底,与行动开展前相比,开展“健康一二一”行动地区居民的行为危险因素上升趋势与其相关慢性病的患病率上升趋势有所控制。

### 三、行动策略和措施

#### (一) 政府倡导和推动。

- 1.确定9月1日为全民健康生活方式日,逐步出台支持性政策、策略及措施。
- 2.充分发挥领导示范作用。
- 3.以省为单位,结合本地区特点,开展“示范单位”、“示范社区”、“示范食堂/餐厅”等示范活动。

#### (二) 努力营造促进健康生活方式的舆论环境。

充分利用电视、广播、报纸、期刊以及网络等传媒手段,并确定主流媒体,全面跟踪和长期跟进,形成鼓励全民健康生活方式的社会氛围。

#### (三) 广泛动员社会力量。

围绕行动的主题,采用多种形式与企业、团体、国际组织、非政府组织以及个人合作,规范合作方式,建立激励机制,充分发挥各自在促进全民健康生活方式行动中的力量和作用,形成促进全民健康生活方式的合力。

#### (四) 大力普及相关知识。

根据不同人群(中小學生、大学生、机关人群、家庭主妇、老年人)特点,以群众喜闻乐见和易于接受的方式,普及健康生活方式的有关知识。

#### (五) 促进全民行动。

分阶段推出不同行动板块和技术措施,使健康生活方式逐步成为全民生活的重要组成部分和自觉行动,并打造长期战略品牌。

##### 1. 推出行动技术方案和支持工具。

推出膳食和身体活动技术指导方案和简便易行适用于个人、家庭和集体单位的支持工具,用于鼓励和帮助家庭、个人及集体人群采取健康生活方式,同时要动态评价行动效果。

##### 2. 创造支持环境。

支持社区、学校、单位和公共场所开展健康生活方式行动,家庭老传少、少帮老,发展志愿者队伍,形成支持健康生活方式的立体环境。

##### 3. 提供服务。

鼓励相关部门为个人、家庭和集体人群采取健康生活方式提供咨询和有关技术服务。

#### (六) 加强能力建设。

加强培训和能力建设,提高行动组织和执行队伍的能力和工作水平。

### 四、保障措施

卫生部成立行动领导小组、国家行动办公室和专家指导委员会。行动领导小组由卫生部相关司局和中国疾病预防控制中心有关负责人组成,由卫生部领导任组长。聘请营养、运动、慢性病、卫生政策、卫生经济、卫生管理、健康教育等方面的专家组成专家指导委员会,负责技术指导和咨询。国家行动办公室设在中国疾病预防控制中心,负责行动方案的制订、执行、督导与评估等各项具体工作。各省、自治区、直辖市应有相应的组织形式,负责本地区实施行动的组织领导和具体工作。

各级卫生行政部门要切实加强对行动的领导,把积极倡导健康生活方式作为预防疾病、促进健康的重要工作列入议事日程,安排经费用于组织开展相关活动,并积极争取企业、团体、国际组织、非政府组织以及个人的多方合作以保证行动的实施。

### 五、督导与评估

国家行动办公室定期督导和评价行动的实施情况，及时提供反馈意见，定期向社会公布实施情况，对成绩突出的地方、部门、单位及个人给予表彰和奖励。

国家行动办公室制订行动评估方案，采用定性和定量的方法，定期组织内部评估，并委托有关部门开展外部评估，根据评估情况不断调整、扩展和完善实施策略和方案

『 打印本页 』 『 关闭窗口 』

相关文章

- » 区卫生局、教育局联手严格防控甲型H1N1流感，确保高考安全 2009-6-8
- » 卫生部办公厅关于全民健康生活方式行动地开展 2010-6-7
- » 卫生部全民健康生活方式行动总体方案(2007-2015年) 2011-4-11
- » 区健康教育所： 禁烟宣传活动走进校园 提倡无烟控烟 2012-6-4
- » 专家讲解酸碱体质论是真真假 2012-9-19
- » 盐田区健康教育所走进小区开展相约健康社区行活动 2012-8-3
- » 盐田区健康教育所举办健康相约社区行活动 获得群众良好反应 2012-3-12



版权所有:深圳市盐田区公共卫生信息网

深圳市盐田区海景二路1086号 邮编518081  
联系电话: 0755-25552177 传真: 0755-25552177  
E-mail: ytfyz@126.com