

癌症防治须趁早



编者按

近日,为进一步规范食管癌、胃癌的筛查与早诊早治工作,提升防治效果,国家卫生健康委组织制定了《食管癌筛查与早诊早治方案(2024年版)》《胃癌筛查与早诊早治方案(2024年版)》。

我国是食管癌高发地区之一。数据显示,2022年我国食管癌新发22.40万例,死亡18.75万例,分别占全部恶性肿瘤的4.64%和7.28%。食管癌的5年生存率与癌症分期的早晚有关,局部进展期的食管癌5年生存率为46.7%,远处转移的食管癌5年生存率仅为4.8%。

2022年我国胃癌新发35.87万例,死亡26.04万例,分别占全部恶性肿瘤的7.43%和10.11%。胃

癌发病率和死亡率分别为25.41/10万和18.44/10万,预后较差。幽门螺杆菌(Hp)感染、特定的饮食习惯、不良生活方式、相关病史及遗传因素等是胃癌的主要危险因素。

虽然我国食管癌和胃癌患者5年生存率有所提高,但仍处于较低水平。如早期发现、早期治疗,5年生存率可显著提高。为此,本期编辑部对《食管癌筛查与早诊早治方案(2024年版)》《胃癌筛查与早诊早治方案(2024年版)》进行了解读,并详细介绍了食管癌和胃癌的发病原因、临床表现与诊疗方式,以期降低食管癌与胃癌的发病率和死亡率,更好保障人民身体健康。
(详见4~5版)

本报讯 近日,国家卫生健康委发布《关于印发高血压等慢性病营养和运动指导原则(2024年版)的通知》,进一步倡导文明健康生活方式,提高慢性病患者维护和促进自身健康的能力。高血压、高血糖症、高脂血症、高尿酸血症4类慢性病营养和运动指导原则(2024年版)正式对外公布。

《通知》要求,各地要充分发挥各级医疗卫生机构引领带动作用,进一步强化慢性病防控关口前移,加强对相关慢性病患者营养和运动等非药物措施干预和指导,并加强慢性病防治相关健康知识的普及和宣教,引导公众提高慢性病自我管理健康意识,通过合理膳食和科学运动有效控制慢性病相关危险因素,减少慢性病的发生,不断提升人民群众健康水平。有关医疗卫生机构可基于文件内容,开发相应的营养和运动处方,用于临床指导。

其中,《高血压营养和运动指导原则(2024年版)》指出,坚持以植物性食物为主、动物性食物适量的膳食模式;做到食物多样、三大营养素供能比例适当;控制能量摄入,限制钠的摄入量。高血压合并多种疾病患者,可遵循相应疾病饮食指导原则。如出现不一致,可根据不同疾病的严重程度进行合理选择。此外,高血压患者运动时,要加强血压监测。出现高血压临床合并症的患者,在开始运动前应进行运动测试。注意药物与运动的相互影响,如运动对控制血压有效,应酌情调整临床用药。
(陈辰)

高血压等4类慢性病营养和运动指导原则发布

02 乔杰:破解生育意愿低迷困境须多方发力



过去30多年,我国儿童青少年的健康状况在政策保障、科技支撑等全面布局下取得了快速而积极的进展。但随着生育率下降,中国的人口老龄化问题日益严重,我们必须思考青少年健康需求以及未来发展福祉这一深刻问题。

03 理查德·霍顿:儿童青少年健康是未来发展的福祉



《柳叶刀》近些年收到的论文显示,除疾病因素以外的其他因素对儿童和青少年健康产生威胁的比例逐年增加。而且,相较于儿童健康,对青少年健康的关注度并没有提升到应有的程度。

06 姚尚龙:分娩镇痛让产科更加舒适化



分娩痛是女性人生所遇到的最剧烈的疼痛之一,约80%的初产妇难以忍受分娩时的疼痛。随着社会的发展和医学的进步特别是国家“三孩政策”的出台,产妇对于分娩镇痛的需求日益增加。