

# 国办印发《“十四五”国民健康规划》 人均预期寿命提高1岁左右

根据规划公布的数据

2015年至2020年



人均预期寿命从76.34岁提高到77.93岁  
婴儿死亡率从8.1‰降至5.4‰  
5岁以下儿童死亡率从10.7‰降至7.5‰  
孕产妇死亡率从20.1/10万降至16.9/10万

主要健康指标居于中高收入国家前列，个人卫生支出占卫生总费用的比重下降到27.7%



展望2035年



将基本实现社会主义现代化相适应的卫生健康体系  
中国特色基本医疗卫生制度更加完善  
人均预期寿命达到80岁以上  
人均健康预期寿命逐步提高

(据新华社北京5月20日电)

制图 杨子懿

新华社北京5月20日电 国务院办公厅日前印发《“十四五”国民健康规划》(以下简称《规划》)。《规划》提出，到2025年，公共卫生服务能力显著增强，一批重大疾病危害得到控制和消除，医疗卫生服务质量持续改善，医疗卫生相关支撑能力和健康产业发展水平不断提升，国民健康政策体系进一步健全，人均预期寿命在2020年基础上继续提高1岁左右。

《规划》指出，“十四五”时期卫生健康工作坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，把人民群众生命安全和身体健康放在第一位，全面推进健康中国建设，加快实施健康中国行动，深化医药卫生体制改革，持续推动发展方式从以治病为中心转变为以人民健康为中心，为群众提供全方位全周期健康服务。

《规划》确定了七项工作任务。一是织牢公共卫生防护网。

提高疾病预防控制能力，完善监测预警机制，健全应急响应和处置机制，提高重大疫情救治能力。二是全方位干预健康问题和影响因素。普及健康生活方式，加强传染病、寄生虫病和地方病防控，强化慢性病综合防治和伤害预防干预，完善心理健康和精神卫生服务，维护环境健康与食品药品安全，深入开展爱国卫生运动。三是全周期保障人群健康。完善生育和婴幼儿照护服

务，保护妇女和儿童健康，促进老年人健康，加强职业健康保护，保障脱贫地区和残疾人等相关重点人群健康服务。四是提高医疗卫生服务质量。优化医疗服务模式，加强医疗质量管理和加快补齐服务短板。五是促进中医药传承创新发展。充分发挥中医药在健康服务中的作用，夯实中医药高质量发展基础。六是做优做强健康产业。推动医药工业创新发展，促进高端医疗装备和健康用

品制造生产，促进社会办医持续规范发展，增加商业健康保险供给，推进健康相关业态融合发展。七是强化国民健康支撑与保障。深化医药卫生体制改革，强化卫生健康人才队伍建设，加快卫生健康科技创新，促进全民健康信息联通应用，完善卫生健康法治体系，加强交流合作。

《规划》提出，加强组织领导，动员各方参与，做好宣传引导，强化监测评价，推动各项任务落实。

## 娃娃健康从规律三餐抓起 营养状况有待改善

## 近两成超重肥胖！ 青少年不能承受之“重”

6至17岁儿童青少年，仍有近两成超重肥胖——5月20日，又一个学生营养日到来之际，仍居高不下的青少年肥胖率，让出席2022食育中国高峰论坛的专家学者们忧心忡忡。

专家呼吁，当务之急要切实加强食育教育，加强学校、幼儿园、托育机构的营养健康教育和膳食指导，引导广大青少年科学均衡饮食、吃动平衡，将《健康中国行动(2019—2030年)》制定的“中小学健康促进行动”进一步落到实处。



5月20日，在广西融水苗族自治县东阳村小学食堂，学生们在自选午餐菜肴。

从2011年至今，广西持续实施农村义务教育学生营养改善计划，不断加大硬件建设，严把食材准入关口，谋划“营养午餐”的灵活供餐机制，改变了山区少年中午带饭、菜品单一、营养不良的状况。

## 我国力争2025年初步建成智慧共享新型数字社区

新华社北京5月20日电 (记者高蕾)记者20日从民政部获悉，民政部、中央政法委等9部门近日印发《关于深入推进智慧社区建设的意见》，明确提出到2025年，基本构建起网格化管理、精细化服务、信息化支撑、开放共享的智慧社区服务平台，初步打造成智慧共享、和睦共治的新型数字社区。

智慧社区建设是加强基层治理智能化建设的重要内容。意见明确，要拓展智慧社区治理场景，推行“社区输入+网上推送+部门响应”工作模式，健全即时响应机制及时回应群众诉求。同时，搭建社区灾害风险预警模型，发展实时监测、智能预警、应急管理及疫情防控智能应用，全面提升社区预警和应急处置能力。

智慧社区建设将给我们的日常生活带来哪些变化？意见提出，要构筑社区数字生活新图景，创新政务服务、公共服务提供方式，推动就业、健康、卫生、医疗、救助、养老、助残、托育、未成年人保护等服务“指尖办”“网上办”“就近办”。此外，我国还将大力发展电子商务，探索建立无物流配送进社区，推动社区购物消费、居家生活、公共文化生活、休闲娱乐、交通出行等各类生活场景数字化。

打造智慧社区，不能让老年人、残疾人等群体“掉线”。意见明确，要充分考虑老年人、残疾人等群体的基本需求和使用习惯，提供适老化和无障碍服务。医疗、社保、民政、生活缴费等高频服务事项，应保留线下办理渠道，推广“一站式”服务，为老年人、残疾人提供便捷服务。同时，积极扩展数字化支撑下的线下服务功能，支持社会组织、社会工作者、志愿者等为老年人、残疾人提供专业化、特色化、个性化服务。

## 六部门： 严厉打击骗取留抵退税 违法犯罪行为

新华社北京5月20日电 (记者王雨萧)国家税务总局、公安部、最高人民检察院、海关总署、中国人民银行、国家外汇管理局日前印发通知，明确把打击骗取留抵退税违法犯罪行为作为2022年常态化打击虚开骗税工作重点，集中力量开展联合打击。

通知指出，各地要根据工作需要和具体案件情况，采取联合执法、共同办案等方式组织开展案件查处工作，联合调查取证，积极推动涉税违法犯罪及相关犯罪活动的联合检查调查。

通知明确，准确把握宽严相济刑事政策，把打击骗取留抵退税违法犯罪与贯彻少捕慎诉慎押的刑事司法政策、落实认罪认罚从宽制度有机结合。对于骗取留抵退税犯罪数额巨大、情节恶劣、危害严重的行为，坚决从严惩治。对于初犯、偶犯，及时补缴税款、挽回税收损失的实体企业，可以依法从宽处罚，确保办案政治效果、社会效果、法律效果有机统一。

通知提出，要加强政策宣传，释放严查重处骗取留抵退税等违法行为的强烈信号；加大案件曝光力度，分类分级开展典型案件曝光，不断强化对不法分子的警示震慑。

## “百名红通人员” 孙锋被遣返回国

新华社北京5月20日电 5月19日，在中央反腐败协调小组国际追逃追赃工作办公室统筹协调下，经江苏省监察机关、公安机关不懈努力，通过国际执法合作，“百名红通人员”孙锋在境外落网并被遣返回国。

孙锋，男，1978年8月出生，中国农业银行江阴要塞支行原行长，涉嫌利用职务便利骗取他人巨额资金，2011年12月外逃。江阴市公安局以涉嫌合同诈骗罪对其立案侦查。2012年2月，通过国际刑警组织对其发布红色通缉令。2015年4月，被列为“百名红通人员”。

孙锋系开展“天网行动”以来，第61名归案的“百名红通人员”。中央追逃办负责人表示，孙锋外逃十年后落网，是以法治思维法治方式追逃追赃的重要战果，再次彰显了我们有逃必追、一追到底的坚定决心。海外不是法外，外逃没有出路。我们奉劝境外在逃人员，彻底放弃幻想，主动回国投案，负隅顽抗者最终将难逃法网。

## 白鹤滩水电站机组 总装工作全部完成



白鹤滩水电站一景。

5月20日，位于白鹤滩水电站右岸地下厂房内的9号机组总装工作完成，标志着白鹤滩水电站机组总装工作全部完成，进入全面投产冲刺阶段。

白鹤滩水电站位于四川省宁南县和云南省巧家县交界处金沙江干流河段上，是实施“西电东送”的国家重大工程，总装机容量1600万千瓦。

新华社记者胡超 摄

据新华社兰州5月20日电 (记者梁军 张睿)5月20日是中国学生营养日。专家表示，我国将近每5个中小学生就有1个“小胖墩”，营养状况有待改善。肥胖属于营养不良，是营养摄入不科学造成的。专家建议，孩子们处于成长发育关键期，每天荤素搭配，纠正不良的饮食习惯，才能吃出健康。

“肥胖对青少年身心健康带来的损害，要比中老年群体更严重。”兰州大学第二医院营养科主任毛杰说，“小胖墩”进入中年后，很容易出现心力衰竭，肾脏功能不全等问题。此外，不健康不合理饮食，除了会造成肥胖，还会引起贫血、近视、痛风、记忆力减退、失眠等问题。

毛杰说，青少年正经历着青春期发育阶段，对能量和营养素的需求量大，对食物选择的自主性和独立性更强。青少年更容易产生冲动性食物消费，只关心好不好吃，不注重食物是否有营养，含糖饮料消费逐年上升，全谷物、深色蔬菜、水果、奶类、鱼虾类和大豆类摄入普遍不足。

毛杰建议，学生们每日注意吃好三餐，坚持粗细搭配，荤素搭配；每天能够五种蔬菜，天天吃水果。

他认为，要给孩子营造健康的家庭食物环境，引导孩子合理挑选零食，优选新鲜水果、奶类、坚果，每天摄入300毫升以上液态奶，常吃大豆及其制品。少吃高盐、高糖、高脂肪及烟熏油炸零食，不喝或少喝含糖饮料。

### A “吃出来的 问题越来越多”

《中国居民膳食指南(2022)》数据显示，6至17岁儿童青少年超重肥胖率高达19.0%，意味着每五个儿童青少年中约有一个超重肥胖，2015年这一比例为18%。

专家表示，近年来，青少年生长发育过程中，存在“身高跑不过体重”的现象。2002年至2017年的15年间，以我国城市16岁男性为例，其平均身高增长3.9厘米的同时，体重增长了14.8斤。

《健康中国行动(2019—2030年)》指出：“目前我国人均每日添加糖摄入量约30g，其中儿童、青少年摄入量问题值得高度关注。”

“进入新时代，我国食物种类和数量得到极大丰富，食物消费水平显著提升，城乡居民营养健康状况显著改善，与此同时，老百姓对健康的饮食和生活方式认识不足、知识不足，吃出来的问题越来越多。如膳食结构不合理，隐形饥饿严重，超重肥胖快速增长的势头仍未得到有效遏制，营养相关慢性病低龄化发展，居民尤其是学生体质提升任务依然艰巨。”国家食物与营养咨询委员会主任陈萌山在2022食育中国高峰论坛视频致辞中说。

“中小学生处于成长发育的关键阶段。”《健康中国行动(2019—2030年)》指出，“中小学生肥胖、近视等健康问题突出。”

儿童青少年超重肥胖，带来诸多问题：

表面上看是营养过剩，其实是隐性营养不良。

长期从事学生营养研究的北京大学医学部教授朱文丽说，肥胖本身就是营养不良的一种表现形式。调查表明，多数小胖墩在能量过剩的同时，依然存在微量营养素缺乏。

《健康中国行动(2019—2030年)》指出：“目前我国人均每日添加糖摄入量约30g，其中儿童、青少年摄入量问题值得高度关注。”

“进入新时代，我国食物种类和数量得到极大丰富，食物消费水平显著提升，城乡居民营养健康状况显著改善，与此同时，老百姓对健康的饮食和生活方式认识不足、知识不足，吃出来的问题越来越多。如膳食结构不合理，隐形饥饿严重，超重肥胖快速增长的势头仍未得到有效遏制，营养相关慢性病低龄化发展，居民尤其是学生体质提升任务依然艰巨。”国家食物与营养咨询委员会主任陈萌山在2022食育中国高峰论坛视频致辞中说。

为“保持健康体重”，《健康中国行动(2019—2030年)》开出“药方”，倡导中小学生“学会选择食物

### B 小胖墩，大问题

“肥胖表面上看是营养过剩，其实很容易存在隐性营养不良。”首都医科大学附属北京儿童医院教授米杰说，由于体内脂肪太多，肥胖的孩子很容易缺乏维生素D，从而影响钙的吸收和骨骼发育、身高发育，还容易发生骨质疏松等问题。

——慢病风险增加。

研究表明，儿童变身“小糖人”，多是肥胖惹的祸。“肥胖是高脂血症、动脉粥样硬化、原发性高血压、2型糖尿病及代谢综合征等成年期高发疾病的危险因素。”北京大学儿童青少年卫生研究所所长马军说，有

长期随访研究发现，儿童时期肥胖者在成年期发生糖尿病的风险是体重正常者的约24倍。

——伤身，更伤心。

超重肥胖将引发社交和心理问题。马军说，除危及身体健康的外，有研究发现，超重肥胖会降低儿童青少年的自尊感和自信心，带来更高的被欺凌风险和低成绩表现。肥胖儿童还容易给同伴带来不勤快、身材差、活动不灵活、不爱运动、反应迟钝和易生病等负面刻板印象，导致孩子出现不合群、抑郁等问题。

### C 健康，从加强“食育”起步

和合理搭配食物的生活技能。每天吃早餐，合理选择零食”“足量饮水，少喝或不喝含糖饮料”“自我监测身高、体重等生长发育指标”“避免高糖、高盐、高油等食品的摄入”。

《中国儿童发展纲要(2021—2030年)》提出，要“强化父母或其他监护人是儿童健康第一责任人的理念”。专家呼吁，家长对孩子最好的爱不是盲目满足其口腹之欲，而是帮孩子从小建立健康生活理念，养成良好饮食运动习惯，管住嘴、迈开腿。

“从当前实际看，相对于德智体美劳，食育更凸显其基础性和紧迫性。应从提高认知着手，从加强食育起步，全面推进国民营养健康素养的提升。”陈萌山说。

(新华社北京5月20日电 记者李斌 王君璐 张漫子 林苗苗)

系统的、适合中国国情的有效策略，缺乏政策尤其法规支持，学校、家庭、社区未建立良好的互动。”朱文丽认为，政府应积极主导，以法律形式确保营养教育顺利开展，逐渐丰富教育内容，发展、完善教育体系。

“从当前实际看，相对于德智体美劳，食育更凸显其基础性和紧迫性。应从提高认知着手，从加强食育起步，全面推进国民营养健康素养的提升。”陈萌山说。

(新华社北京5月20日电 记者李斌 王君璐 张漫子 林苗苗)