

■ 关注

呼吸系统慢病患者在海南康养效果明显

气候疗愈 走心走肺

■ 本报记者 袁宇



海南与气候疗法有何关联？

气候疗法是什么？据《资源科学技术名词》的定义，气候疗法是利用有利的自然气候条件使身体康复的一种疗法。

海南与气候疗法又有什么样的关联呢？对此，呼吸病学与危重症医学专家，中国工程院副院长、院士王辰认为，在气候治疗方面，海南有独特的优势，海南的良好气候对于很多疾病，特别是呼吸系统疾病来说有缓解作用。

王辰表示，很多呼吸系统慢病患者，包括慢阻肺、肺间质纤维化、支气管扩张等症的病人都选择来海南康养，特别是在冬季北方天气寒冷干燥时，这些患者来到海南后感到非常舒适，发病也有减少。

为什么呼吸系统慢病患者在海南康养能有如此显著的效果？上海复旦大学公共卫生学院余金明教授团队来到海南五指山地区进行气候生态环境对慢性疾病患者的康养效应研究。研究显示，1980~2020年五指山市年平均气温为23.4℃，年平均气温日较差为9℃，各季节气候要素变化幅度较小，且五指山受热带海洋季风气候影响，水汽来源较为充足，降水量多，相对湿度较大，益于呼吸和循环系统等疾病患者康养。

余金明认为，在五指山山体以及热带雨林的多重影响下，夏季午后阵雨频发，可以有效缓解城市“热岛效应”，净化城市空气。雨林中富含的负氧离子和芬多精，是开展气候康养的极佳“自然营养品”，可以有效提高人体免疫力和自愈力，显著降低多种慢性疾病发病风险。

余金明介绍，该团队还通过问卷调查的形式，随机选取五指山本地居民、移民人群以及“候鸟”人群4000多人进行抽样调查，通过行动能力、自我照顾、日常生活、疼痛/不舒服等指标，研究五指山气候对不同人群的健康效用，“结果显示3类人群健康效用都在0.9(满分1分)以上，其中高血压确诊率、心脑血管疾病患病率、慢性呼吸系统疾病患病率均低于全国水平，3类人群的睡眠状况都属于优质。”

两项调查的结果也说明，五指山地区的气候生态环境与当地相关人群的健康质量存在正相关。这也从一个侧面验证了呼吸系统慢病患者在海南的切身感受。

气温

由低地上升到高原，很多人会出现“高原反应”，人体会产生头晕头痛、恶心呕吐和无力等症状。气压升高对人体也会产生不利影响，尤其是对关节炎患者影响较大。

风

倒春寒时风力增加易引起伤风感冒、风疹和消化不良等病症，夏季干热风会对人体皮肤、眼睛和神经产生损害。

大气清洁度

大气中的细颗粒物、二氧化硫、氮氧化合物等有害物质，诱发呼吸系统疾病、心血管疾病、类风湿关节炎、系统性红斑狼疮和肺癌等，甚至会引发死亡。

(侯赛辑 许丽制图)



在海南五指山热带雨林风景区，游客们走在雨林栈道上，欣赏热带雨林奇观。本报记者 李天平 摄



海南与气候疗法有何关联？

气候疗法是什么？据《资源科学技术名词》的定义，气候疗法是利用有利的自然气候条件使身体康复的一种疗法。

海南与气候疗法又有什么样的关联呢？对此，呼吸病学与危重症医学专家，中国工程院副院长、院士王辰认为，在气候治疗方面，海南有独特的优势，海南的良好气候对于很多疾病，特别是呼吸系统疾病来说有缓解作用。

王辰表示，很多呼吸系统慢病患者，包括慢阻肺、肺间质纤维化、支气管扩张等症的病人都选择来海南康养，特别是在冬季北方天气寒冷干燥时，这些患者来到海南后感到非常舒适，发病也有减少。

为什么呼吸系统慢病患者在海南康养能有如此显著的效果？上海复旦大学公共卫生学院余金明教授团队来到海南五指山地区进行气候生态环境对慢性疾病患者的康养效应研究。研究显示，1980~2020年五指山市年平均气温为23.4℃，年平均气温日较差为9℃，各季节气候要素变化幅度较小，且五指山受热带海洋季风气候影响，水汽来源较为充足，降水量多，相对湿度较大，益于呼吸和循环系统等疾病患者康养。

余金明认为，在五指山山体以及热带雨林的多重影响下，夏季午后阵雨频发，可以有效缓解城市“热岛效应”，净化城市空气。雨林中富含的负氧离子和芬多精，是开展气候康养的极佳“自然营养品”，可以有效提高人体免疫力和自愈力，显著降低多种慢性疾病发病风险。

余金明介绍，该团队还通过问卷调查的形式，随机选取五指山本地居民、移民人群以及“候鸟”人群4000多人进行抽样调查，通过行动能力、自我照顾、日常生活、疼痛/不舒服等指标，研究五指山气候对不同人群的健康效用，“结果显示3类人群健康效用都在0.9(满分1分)以上，其中高血压确诊率、心脑血管疾病患病率、慢性呼吸系统疾病患病率均低于全国水平，3类人群的睡眠状况都属于优质。”

两项调查的结果也说明，五指山地区的气候生态环境与当地相关人群的健康质量存在正相关。这也从一个侧面验证了呼吸系统慢病患者在海南的切身感受。



海南与气候疗法有何关联？

气候疗法是什么？据《资源科学技术名词》的定义，气候疗法是利用有利的自然气候条件使身体康复的一种疗法。

海南与气候疗法又有什么样的关联呢？对此，呼吸病学与危重症医学专家，中国工程院副院长、院士王辰认为，在气候治疗方面，海南有独特的优势，海南的良好气候对于很多疾病，特别是呼吸系统疾病来说有缓解作用。

王辰表示，很多呼吸系统慢病患者，包括慢阻肺、肺间质纤维化、支气管扩张等症的病人都选择来海南康养，特别是在冬季北方天气寒冷干燥时，这些患者来到海南后感到非常舒适，发病也有减少。

为什么呼吸系统慢病患者在海南康养能有如此显著的效果？上海复旦大学公共卫生学院余金明教授团队来到海南五指山地区进行气候生态环境对慢性疾病患者的康养效应研究。研究显示，1980~2020年五指山市年平均气温为23.4℃，年平均气温日较差为9℃，各季节气候要素变化幅度较小，且五指山受热带海洋季风气候影响，水汽来源较为充足，降水量多，相对湿度较大，益于呼吸和循环系统等疾病患者康养。

余金明认为，在五指山山体以及热带雨林的多重影响下，夏季午后阵雨频发，可以有效缓解城市“热岛效应”，净化城市空气。雨林中富含的负氧离子和芬多精，是开展气候康养的极佳“自然营养品”，可以有效提高人体免疫力和自愈力，显著降低多种慢性疾病发病风险。

余金明介绍，该团队还通过问卷调查的形式，随机选取五指山本地居民、移民人群以及“候鸟”人群4000多人进行抽样调查，通过行动能力、自我照顾、日常生活、疼痛/不舒服等指标，研究五指山气候对不同人群的健康效用，“结果显示3类人群健康效用都在0.9(满分1分)以上，其中高血压确诊率、心脑血管疾病患病率、慢性呼吸系统疾病患病率均低于全国水平，3类人群的睡眠状况都属于优质。”

两项调查的结果也说明，五指山地区的气候生态环境与当地相关人群的健康质量存在正相关。这也从一个侧面验证了呼吸系统慢病患者在海南的切身感受。



海南与气候疗法有何关联？

气候疗法是什么？据《资源科学技术名词》的定义，气候疗法是利用有利的自然气候条件使身体康复的一种疗法。

海南与气候疗法又有什么样的关联呢？对此，呼吸病学与危重症医学专家，中国工程院副院长、院士王辰认为，在气候治疗方面，海南有独特的优势，海南的良好气候对于很多疾病，特别是呼吸系统疾病来说有缓解作用。

王辰表示，很多呼吸系统慢病患者，包括慢阻肺、肺间质纤维化、支气管扩张等症的病人都选择来海南康养，特别是在冬季北方天气寒冷干燥时，这些患者来到海南后感到非常舒适，发病也有减少。

为什么呼吸系统慢病患者在海南康养能有如此显著的效果？上海复旦大学公共卫生学院余金明教授团队来到海南五指山地区进行气候生态环境对慢性疾病患者的康养效应研究。研究显示，1980~2020年五指山市年平均气温为23.4℃，年平均气温日较差为9℃，各季节气候要素变化幅度较小，且五指山受热带海洋季风气候影响，水汽来源较为充足，降水量多，相对湿度较大，益于呼吸和循环系统等疾病患者康养。

余金明认为，在五指山山体以及热带雨林的多重影响下，夏季午后阵雨频发，可以有效缓解城市“热岛效应”，净化城市空气。雨林中富含的负氧离子和芬多精，是开展气候康养的极佳“自然营养品”，可以有效提高人体免疫力和自愈力，显著降低多种慢性疾病发病风险。

余金明介绍，该团队还通过问卷调查的形式，随机选取五指山本地居民、移民人群以及“候鸟”人群4000多人进行抽样调查，通过行动能力、自我照顾、日常生活、疼痛/不舒服等指标，研究五指山气候对不同人群的健康效用，“结果显示3类人群健康效用都在0.9(满分1分)以上，其中高血压确诊率、心脑血管疾病患病率、慢性呼吸系统疾病患病率均低于全国水平，3类人群的睡眠状况都属于优质。”

两项调查的结果也说明，五指山地区的气候生态环境与当地相关人群的健康质量存在正相关。这也从一个侧面验证了呼吸系统慢病患者在海南的切身感受。



海南“再次创业”助力“三养”事业
■ 本报记者 袁宇

“在我看来，五指山是海南生态最好的地方。等我80岁后就长住海南五指山。”近日，今年77岁的心血管病康复预防学科专家、国际欧亚科学院院士胡大一在接受海南日报记者专访时笑着说道。

胡大一之所以决定80岁后长住五指山，是因为五指山在他的健康事业蓝图中扮演重要角色——在五指山创建中国式“库珀”预防医学和有氧运动中心，把五指山打造成中国式“梅奥小镇”。

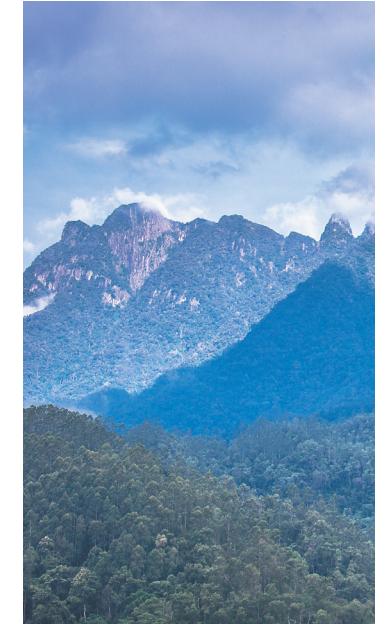
为什么是五指山？胡大一说，海南省，尤其是五指山，夏无酷暑冬无严寒，一年四季无雾霾，负氧离子浓度最高，以及优质的水资源、适度海拔与热带雨林，这些得天独厚的生态环境为落实全面健康的“三养”(养老、养病与养生)事业提供了天然条件。

在胡大一看来，海南已成为东北、华北与中原等地老年人及不同年龄段慢病尤其是心脑血管病患者的康养聚集地，这些人群多采用冬来夏回的“候鸟”方式，而海南五指山凭借得天独厚的生态环境是最适合康养的胜地。

事实上，胡大一及团队安家五指山已有多年，从打造心肺专科诊疗室到打造心肺预防康复中心，再到开展气候医学研究，在推动五指山医疗健康事业高质量发展的同时，探索高质量医疗资源引领下的“三养”事业。

胡大一介绍，高质量医疗资源的内涵分为建立心脑血管危急重症和创伤的快速高效救治体系，建立慢病的预防和康复医疗服务体系，做好生态医学和两个人群的流行病学研究，聚焦发展长远规划，打造中国式健康城市四个维度。

“只有把医疗保障做好做实，才能让来海南和五指山‘三养’的，尤其养老和养病者‘来者安心’，子女及亲属放心。”胡大一表示，海南，尤其五指山要下大力气补好预防与康复的短板，在生态环境的优势基础上，对“三养”人群提供慢病预防与康复的指导和服务。



五指山的热带雨林是“天然氧吧”。本报记者 李天平 摄

此外，五指山黎族苗族居民，和到五指山“三养”的候鸟移民人群，有显著不同的健康状况与健康需求。胡大一认为，这很有代表性，在五指山开展中国式弗莱明翰研究，对这两个人群进行系统调查，对不健康生活方式和危险因素进行系统干预，再结合气候医学开展研究，“所取得的成果将对我国和世界人民的健康有重要价值。”

胡大一也认为，健康与生态是相互的，五指山优良的生态环境，是支撑康养事业发展的重要基础。“我认为五指山最大的事业和产业，就是高质量医疗资源引领下的‘三养’事业。”胡大一说，通过聚焦五指山市发展的长远规划，打造中国式健康城市，包括创建中国式“库珀”预防医学和有氧运动中心，打造中国式“梅奥小镇”。

胡大一将在五指山探索高质量医疗资源引领下的“三养”事业，称为“再次创业”，他希望未来能够立足五指山，服务全海南；面向全中国，扩展东南亚，为我国康养事业健康可持续发展贡献力量。

地址：海口市金盘路30号 邮编：570216 总值班：66810666 广告许可证：琼工商广字015号 广告部：66810888 发行部：66810999 海报集团新闻热线：966123 邮发代号：83-1 报费：每月45元 零售每份1.5元 昨天开印时间：2时50分 印完：5时40分 海南日报印刷厂印刷