



携手普及健康知识，提升全民健康素养

◎梧州市卫生健康宣传教育中心 刘 潇

健康是促进人的全面发展的必然要求，是经济社会发展的基础条件。提升全民健康素养水平，是实施健康中国战略的重要内容，也是提高全民健康水平最根本、最经济、最有效的措施之一。根据《“十四五”国民健康规划》中“深入开展健康知识宣传普及，提升居民健康素养”的要求，将全民身体健康放在工作首位，不断提高群众健康意识，提高生活质量。

健康知识普及是助力全面健康素养提升的有利手段。通过健康知识普及，居民更加深刻认识到自身肩负的健康责任，成为守卫自身健康的第一责任人。在卫健委、卫健局、医疗机构等多方力量协同，政府牵头主导下，制定全民健康素养中长期规划，支持各部门、各机构的健康教育工作。结合不同年龄段人群的身体发展水平，有针对性普及健康知识，让健康知识走进社区、学校、企事业单位等。在多种形式健康知识普及过程中提高普及深度与广度，满足群众的健康知识了解需求。

基础设施建设

政府加大财政投入，重点支持基层健康教育工作，完善健康教育基础设施。在卫生行政部门配合下定期开展健康知识巡讲宣传活动。由健康专家、医学工作者等组成的健康知识宣传工作小组深入社区、学校、企业等开展慢性病防治、传染病防治、艾滋病防治等健康教育知识讲座。结合“世界爱眼日”“爱国卫生月宣传”等活动，到街道、社区等举办形式多样的健康促进活动。利用社区宣传栏、文

化活动中心等阵地普及健康知识。组织健康讲座、义诊咨询等活动，提高居民参与度。

互联网技术融入

在“互联网+”背景下，互联网与医学领域深度融合，让健康知识科普更加迅速。在多方力量协同下，“健康知识进万家”数字化教育宣传手段得到推广，利用新媒体、数字技术等拓宽健康传播渠道，以公众更容易接触和接受的方式开展形式多样的健康知识普及工作。比如联合人民日报客户端发起安全用药科普行动，联合新浪微博发布全民健康科普行动，充分发挥头部媒体力量，帮助群众高效、便捷获取有质量的健康知识。主流媒体开设健康专栏节目，邀请权威专家解读健康热点问题。利用新闻、报纸、广播等多种渠道传播健康知识，扩大健康教育的覆盖面。

健康场所落实

健康场所涵盖医院、社区、家庭等，与群众生活紧密交织。在提升全民健康素养工作中，医疗卫生机构承担主体责任，将健康教育融入医疗服务全过程，通过设立科

室、配备专职人员提供健康指导，开展个性化教育，在治病救人同时科普健康知识，还培养精英骨干以通俗方式发布科普内容；基层医疗卫生机构发挥“网底”作用，针对重点人群开展活动提高服务可及性。同时，将健康教育纳入国民教育体系，从幼儿园到大学分阶段、有针对性开设课程，开发适合不同年龄段的教材，实现从学校向家庭延伸。此外，企事业单位重视员工健康管理，将健康促进纳入企业文化，定期组织讲座和体检，创建健康工作场所，高危行业企业尤其要加强职业病防治知识培训，提升员工自我保护意识。

有效环境构建

环境具有潜移默化的教育力量。在停车场、办公室、商场等公共空间，张贴“禁止吸烟”等标志，积极营造无烟环境，减少二手烟危害。同时，在公共场所的醒目位置放置健康文化宣传牌，向公众普及合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡等健康文化知识。这些宣传牌如同无声的导师，引导公众关注自身健康。让每个人都能成为健康生活的积极参与者和践行者，从自身做起，人人维护健康环境，将健康理念真正融入日常行为之中，共同拥抱健康生活。

提升全民健康素养是一项系统工程，需要政府主导、多部门协作、全社会参与。在携手深化健康知识普及工作中，还需要不断调整工作方式，完善健康教育长效机制，实现健康素养水平的持续提升，为健康中国建设奠定坚实基础。相信在每个人的共同努力下，推动健康知识普及，让健康素养的阳光普照每一个家庭、每一个社区，全面建成小康社会目标一定会实现。☺