

# 2026年卫生健康“大礼包”来啦

为民服务十件实事涵盖儿童医疗、精神卫生、慢性病防控等，服务更可及、更暖心

文/图 羊城晚报记者 张华

2026年全国卫生健康工作会议日前在北京召开，会上，国家卫生健康委正式确定了2026年全系统为民服务十件实事，涵盖儿童医疗、精神卫生、慢性病防控、检查互认、生育支持、疫苗接种等多个领域。会议明确，在延续2025年八件为民服务实事良好成效的基础上，2026年将进一步扩面提质，让健康服务更可及、更暖心。

## 去年民生实事收获满满

据悉，2025年实施的八件为民服务实事已获得群众广泛认可，多项民生难题得到有效缓解。数据显示，截至2025年年底，全国4845所二、三级公立综合医院均已能提供儿科服务，冬季儿童就诊候诊时间缩短，就诊秩序平稳；全国所有省份地市内医疗机构检查检验结果互认项目均超过200项，25个省份建成省级“影像云”，累计调阅超过3.5亿次，切实为患者节省了时间和费用；常住人口超过10万的县均已具备血液透析服务能力，累计服务患者达2826万人次；全国新增普惠托位超过89万个，千人口托位数达4.73个，9省份出台托育补贴制度，全日托平均价格降幅超过29%。这些扎实的“成绩单”为2026年实事推进奠定了坚实基础。

## 全面推进健康优先发展战略

国家卫生健康委相关负责人表示，2026年十件实事坚持问题导向，精准对接群众健康需求，从“幼有所育”到“老有所养”，从疾病治疗到健康管理，构建全链条健康保障网络。具体包括以下10个方面内容：

**儿科服务再扩容：**新增1000家乡镇卫生院和社区卫生服务中心提供儿童常见病、多发病诊疗服务，让家长在家门口就能带娃看病，进一步提升儿科服务的可及性和便利性。

**心理服务下沉基层：**新增110个县提供心理门诊服务，推动精神卫生服务向群众身边延伸，助力缓解基层群众心理困扰，筑牢心理健康防线。此前全国12356心理援助热线已接通

电话超70万通，成功实施危机干预近1万起，此次扩面将让更多人获得专业心理支持。

**慢性病防控抓源头：**所有三级公立医院均开设健康体检管理门诊，针对肥胖等慢性病危险因素提供科学指导，从源头降低高血压、糖尿病等慢性病对人群健康的危害。

**检查互认再升级：**以地市为单位，推进二级及以上医疗机构检查检验项目互认至少达到300项。在2025年互认超200项的基础上进一步扩围，减少重复检查，改善就医体验。

**血透服务更便民：**实现常住人口超过6万的县均能提供血液透析服务，同时全国新增350家乡镇卫生院、社区卫生服务中心开展血透服务，让肾病患者无需长途奔波就能就近接受规范治疗。

**生育支持全链条：**全国1万家医疗机构将提供早孕关爱门诊服务，加强孕早期咨询指导，有效保护生育力。

**减轻托育负担：**新增普惠托位15万个，进一步减轻家庭托育负担，因地制宜提高入托率。

**HPV疫苗免费享：**为满13周岁女孩免费提供国家免疫规划人乳头瘤病毒(HPV)疫苗接种服务，从源头降低宫颈癌感染风险和成年后发病率。同时，所有乡镇卫生院和社区卫生服务中心均提供周末疫苗接种服务，解决上班族、学生族“接种难”问题。

**中西医结合惠民生：**开展“西学中”骨干人才培训3200人，提升基层医务人员中西医结合服务能力，让更多群众在家门口就能享受到优质、便捷的中西医结合诊疗服务。

**健康科普融入日常：**继续举办“时令节气与健康”发布会，并在全国开展1万场以上健康知识讲座，将健康科普融入群众日常生活和工作，进一步



在广州市妇女儿童医疗中心出生的“元旦宝宝”，一出生就“收到”了2026年健康卫生“大礼包”

提升居民健康素养。

会议对实事推进提出明确要求，强调2025年已实施的实事项目将持续优化提升，如进一步规范新增儿科、血液透析服务的诊疗水平；加强12356心理援助热线的人员配备和政策保障，完善遇忙呼转机制，提升服务质量；以《中华人民共和国献血法》修订为抓手，加强团体献血组织

动员，通过便捷献血减免政策鼓励无偿献血，提升血液保障能力。在东西部协作帮扶中，将重点引导人才、资源、技术向十件实事倾斜，确保各项目落地生根、取得实效。

国家卫生健康委相关负责人表示，将以十件实事为抓手，全面推进健康优先发展战略，让群众的获得感、幸福感、安全感持续提升。

广东梅毒新发病例同比下降12.4%，但隐性梅毒占比较高，专家提醒：

## 有高危行为者应主动进行筛查

羊城晚报记者 张华 通讯员 潘宁

近期，“日本梅毒感染病例连续4年超过1.3万例”的消息引起广泛关注。广东的梅毒感染病例多吗？据广东省疾病预防控制中心公布的数据，2025年1月-11月，全省梅毒新发病例较2024年同期减少9704例，同比下降12.4%。

广州市皮肤病医院是全国性病哨点监测网络协同单位，该院院长叶兴东近日在接受记者采访时表示，广州同期(2025年1月-11月)梅毒报告数同比下降12.4%，梅毒感染增长势头已得到有效遏制。

## 隐性梅毒占比高达90%-92%

据报道，日本梅毒感染扩散的核心诱因之一，是社交媒体、交友软件的普及导致不特定性行为增加，加之许多感染者症状恶化后才就诊，延误了治疗时机。

叶兴东介绍，梅毒是由梅毒螺旋体感染引起的慢性系统性传播疾病，绝大多数通过性接触传播，若治疗不及时可累及全身各器官，孕妇所携带梅毒还能通过胎盘传给胎儿，危害极大，是我国性病中危害性最大的病种之一。

自2010年我国实施《中国预防与控制梅毒规划(2010-2020年)》以来，广州梅毒发病态势得到有效遏制。“一期梅毒下降23.6%，二期梅毒下降12.8%，三期梅毒下降37.9%，隐性梅毒下降11.9%。一

期梅毒降幅显著，说明早诊断早治疗起到了关键作用。”叶兴东强调，梅毒早期治疗效果最佳，如果延期诊断或不规范治疗，出现了心血管、神经系统等并发症就会十分棘手，严重时甚至危及生命。

值得关注的是，广州梅毒患者中隐性梅毒占比高达90%-92%。叶兴东解释，隐性梅毒患者血清抗体阳性，但无任何临床症状，只能通过血清抗体检查才能发现。这一特性也导致部分患者延误就诊，同时给诊断带来挑战，不仅因未严格筛查可能误判，老年人还可能因合并自身免疫性疾病、慢性肝炎等出现假阳性而误诊，所以，即使血清阳性也需要复查，专业医生进行综合分析后作出诊断，其中还要剔除既往感染后血清无法转阴的情况。

从人群分布来看，广州梅毒高发群体主要集中在两类人群：60岁以上老年人和性活跃期的中青年，且男性患者占比较高。叶兴东表示，目前老年人的隐性梅毒大多通过住院术前检查发现，因此，有高危性伴的人群需主动筛查。

## 数字化平台让患者就诊更易

广州梅毒防控成效的背后，是一套集策略创新、技术突破、数字化管理于一体的“组合拳”。叶兴东介绍，广州市皮肤病医院将梅毒防治与HIV感染防治相结合，

建立了完善检测和监测体系，着力提高疫情报告准确率、梅毒防治知晓率及规范治疗率，重点关注高危人群。

据悉，广州市皮肤病医院开发的“羊城医访”智能平台(微信小程序)，实现了风险测评、线上转介挂号、线下就诊的闭环管理，是国内首个将风险评估与诊疗转介相结合的数字化平台。叶兴东介绍，该平台管理2020年上线运行，2025年进行迭代升级后，1年来累计完成梅毒感染风险评估1324人次，发现高风险人群705人，为超过1万公众提供防治资讯、干预包、转介挂号等服务，该项目还获得3项软件著作权并申报1项发明专利，入选广东省卫生健康委2025年第一批“人工智能+医疗卫生”应用场景优秀案例。有需要的用户可以在微信小程序中寻找“羊城医访智能管理平台公众端”登录测评。

值得一提的是，广州市皮肤病医院首创的对于梅毒诊断的巢式实时定量PCR(NR-PCR)检测技术，通过耳垂血检测辅助诊断神经梅毒的符合率高，敏感性可达2个TP分子/mL。另外，通过大样本队列研究优化的孕期梅毒治疗方案，证实1个疗程与2个疗程驱梅毒治疗效果无差异，避免了过度治疗。

这些举措已取得显著成效：2025年广州早期梅毒、胎传梅毒发病率分别降至10/100000以下和6/100000活产数。广东是全国首批消除梅毒母婴传播的省份。据悉，这些

研究成果已在全国性病控制中心、广东多地及非政府组织推广，培训专业人员3000余人次。

## 公众应提升梅毒防治意识

尽管梅毒防控的成绩显著，但叶兴东提醒，梅毒仍是广州乙类传染病中报告发病数居前的病种之一，防控工作不能松懈。珠三角等人口密集、流动性高的地区仍是防控重点；2025年3月，广东单月梅毒新发病例仍有6725例，基数依然较高；隐性梅毒占比居高不下，需要持续扩大筛查范围，尤其是老年人、孕产妇等重点群体。

新修订的《广东省母婴保健管理条例》于2023年6月1日起实施，率先将消除艾滋病、梅毒和乙肝母婴传播工作纳入地方性法规高位推动。近5年来，广东住院分娩孕产妇梅毒免费筛查率达到99%以上，2023年先天梅毒发病率为6.93/100000，全省已建立超过100家母婴健康E门诊，实现地全覆盖，为感染孕产妇及所生儿童提供“一站式”服务。

叶兴东呼吁，公众应提升梅毒防治意识，有高危行为者应主动进行筛查。“早期梅毒规范治疗后治愈率很高，及时发现是关键。”广州的梅毒防控实践也表明，通过“科研-技术-应用”的全链条转化，性病防控能够实现精准高效推进，为公共卫生防控提供有益范例。



广州中医药大学副校长、广东省中医院院长 张忠德教授

## 3岁小童鼻塞打鼾 健运脾胃可调腺样体肥大

羊城晚报记者 林清清 通讯员 沈中

医案：小蓝，男性，3岁，反复鼻塞鼾眠1年

小蓝年龄虽小，却苦于鼻塞1年了。他睡觉时总是张口呼吸，还发出打鼾声。小蓝白天精神状态不佳，吃饭没胃口，身

材瘦小，还容易反复感冒。到医院进行鼻咽镜检查，小蓝被确诊为腺样体肥大，且已堵塞了80%的呼吸道。

## 德叔解谜：脾虚为本，痰凝为标

德叔指出，小蓝的反复鼻塞是因为脾胃虚弱，水湿不能被及时运化，痰湿凝聚于鼻咽，发为腺样体肥大，阻塞了呼吸道，所以，小蓝夜间需要张口呼吸，导致了鼾眠，继发了一系列问题。儿童本就脾胃虚弱，而脾胃是气血化生的来源，小儿生长发育的“后天之本”，脾胃虚弱则气血无以化生，小蓝不能被气血滋养，影响了生长发育，故而身体瘦小。当天气变化时，就容易感染外来的风、寒、邪气，反复循环，导致腺样体进一步增大，形成恶性循环。

治疗上，德叔认为，必须从根源上恢复脾胃的运化功能入手。健运脾胃为先，辅以化痰散结，配合日常体育运动来强壮身体。1个月综合调治后，小蓝的胃口明显好转，体重增加了3斤，身高也长高了1厘米。后续继续以中药配合药膳治疗了两个月，小蓝夜间张口呼吸、鼾眠的状况也渐渐好转。复查电子鼻咽镜显示，小蓝的腺样体肥大明显缩小，堵塞范围已缩小至50%。小蓝的精神状态也越来越好，几个月来没有感冒。

## 预防保健：健脾强身，推拿捏脊

对于小蓝这类基于脾胃虚弱而出现脾虚痰凝型腺样体肥大的患儿，要首先注重恢复脾胃功能，日常食物可适当加入山药、小米、茯苓等健运脾胃之品。日常可以进行跳绳、游泳等运动来增强体质。居家可配合小

儿推拿运内八卦来健脾和胃；手持儿童四指，掌心向上，用拇指螺纹面做顺时针画圈运法，运50次；称运内八卦，每日1次；还可配合捏脊的方法，自下而上捏脊3-5遍，可配合在肺俞、脾俞、肾俞处提捏，每周2-3次。

## 德叔养生药膳房：山药芡实煲排骨

材料：猪排骨200克，山药(鲜品)100克，芡实15克，陈皮2克，盐适量。

功效：理气化痰，运化脾胃。  
适宜人群：适合食欲不振、夜眠张口呼吸甚至鼾眠的儿童。

烹任方法：诸物洗净，猪排骨剁块焯净，山药去皮切段；将上述食材一同放入锅中，

加适量清水，大火煮开后文火煮40分钟，加入适量盐调味即可。此为2或3人量。



有问题问德叔团队？扫码入群可提问

## 老人“闲下来”易患阿尔茨海默病？

羊城晚报记者 朱嘉乐 通讯员 许咏怡 王穗子

知名电影人成龙日前撰文回忆母亲在退休后罹患阿尔茨海默病、记忆逐渐流逝的经历，并呼吁社会大众主动了解并重视阿尔茨海默病。成龙在文章中表达了自己的困惑：“如果当时妈妈没有退休，继续工作，继续有得忙，是否身体就不会出问题？”

老人“闲下来”是否更易患阿尔茨海默病？哪些人群需警惕该疾病？现代医学有什么手段可以预防和治疗该疾病？1月9日，广州医科大学神经科学研究所所长、广州医科大学附属第二医院神经内科主任刘军教授接受了记者采访，对上述问题进行了解答。

## 年龄增长是最大危险因素

阿尔茨海默病是导致痴呆最常见的疾病，根据世界卫生组织等机构报告，全球约有5500万痴呆症患者，其中60%-70%由阿尔茨海默病引起。

刘军指出，阿尔茨海默病最明确的危险因素是年龄增长，患者多起病于老年(60岁及以上)或老年前期，且年龄越大患病概率越高。相关数据显示，65岁以上人群中，年龄每增加5-10岁，发病率增加1倍。若本身携带阿尔茨海默病遗传基因，年龄带来的发病风险会进一步放大，成为疾病侵袭的“高危信号”。他表示，成龙的母亲在退休后发病，首要关联因素是年龄，而非停止工作本身。

相比起工作与否，工作类型与阿尔茨海默病关系更为密切。调查显示，从事体力劳动、服务行业的人员患病的风险要比从事艺术、专业技术及管理的人员更高。刘军解释：“这可能是因为在工作过程中，脑力劳动多的人大脑得到了更充分的锻炼，这也说明多用脑、多与人交流有利于减少阿尔茨海默病的发病风险。”

## 不要错过“黄金治疗期”

阿尔茨海默病病程漫长，从临床前

期到轻度阶段可能长达十余年。患者早期会出现记忆力减退、对时间地点和物品的判断力下降、日常生活能力下降、精神行为异常等症状，很多患者及其家属往往将这些症状归结于“年龄大了”，导致很多患者就诊时已进入中晚期，错过了疾病早期的“黄金治疗期”。

“早预防、早发现、早诊治是对抗阿尔茨海默病的关键。”刘军建议，一旦发现可疑迹象，应及时就医，在医生的指导下接受专业的神经心理评估和影像学检查以进一步诊断，“如果能及早识别、有效干预，抓住这段‘黄金治疗期’，对于延缓病程，提高病人的生活质量，以及减轻家庭和照护负担是很有帮助的。”

## 健康生活方式可降低风险

日常生活中，可以通过保持健康的生活方式降低患病风险。专家建议，可以保持健康饮食，规律进食，多吃蔬果、粗粮、优质蛋白及深海鱼和坚果；保证充足睡眠，规律作息，避免熬夜；坚决戒烟限酒；坚持阅读、下棋等脑力活动以锻炼大脑；保持规律运动，如日常散步；积极调节情绪，多参与社交互动，保持心情愉快；有高血压、糖尿病等基础疾病的人群应遵医嘱控制疾病，减轻其对大脑的潜在损害。

记者了解到，阿尔茨海默病目前尚无法根治，但可以通过药物治疗延缓疾病进展。目前有一些新的药物，比如，仑卡奈单抗可以帮助清除大脑中的特定异常蛋白，延缓病程的进展。此外，也可使用多奈哌齐、美金刚等药物，帮助改善神经细胞之间的信号传递，缓解症状。

药物治疗的同时，也可通过生活方式干预延缓疾病进程，如可适当打麻将、扑克牌，做益智游戏。需要注意的是，患者家属还要注重避免患者老年期的孤独和抑郁。