

中国医药卫生事业发展基金会  
中国疾病预防控制中心  
北京市卫生局  
北京市中医药管理局  
北京晚报

合办

## 健康奥运 健康北京



### 北京市疾控中心六一发表白皮书

# 珍爱青少年健康 政府六大行动

北京市疾病预防控制中心供稿

## 青少年健康喜忧参半

北京的儿童青少年  
身高体重在全国名列前茅

新中国成立50年来,北京市儿童青少年生长发育水平呈上升趋势。1955年至2000年的45年间,7岁至17岁的男女学生身高平均增高了11.48厘米和9.83厘米,分别提前2至3个、2至5个年龄组;体重平均增加了12.80公斤和7.77公斤,分别提前了3至4个、2至3个年龄组。

2005年北京市学生体质与健康调研结果显示:北京市7至18岁学生身高与2000年比较,城男、城女、乡男、乡女分别平均增长0.80、0.19、1.24、0.63厘米。体重与2000年比较,城男、城女、乡男、乡女分别平均增长2.00、1.05、2.35、1.39公斤。7至18岁各年龄组男女学生身高、体重值均高于全国水平。

人长高了

肺活量、速度、耐力、爆发力下降了

北京市学生的体质与健康存在的主要问题有:学生的肺活量、速度、耐力、爆发力素质进一步下降;2005年北京市7至22岁学生超重率为11.20%,肥胖率为14.10%,与2000年比较,肥胖上升明显;大中小学学生视力不良检出率为55.46%,小学生31.10%,初中生为62.12%,高中生为77.88%,大学生为86.42%。



IC图

意外伤害  
夺取年轻生命的第一杀手

机动车交通事故等意外伤害及性传播疾病的发生率在青少年中呈明显上升趋势。以前,学生休退学疾病谱中根本见不到意外伤害,而80年代至90年代,意外伤害已在疾病谱中占第六位,90年代以后意外伤害死亡已是中小学生学习死亡的第一位,2004年对海淀区和平谷区的17897名学生的伤害

调查结果显示:两区学生的伤害发生率7.61%。自90年代以来,艾滋病、淋病、梅毒等正在迅速蔓延,艾滋病的受害者中70%是15至29岁的青少年。

心理障碍困扰  
“十五六岁现象”增多

我国17岁以下的3.4亿儿童青少年中,3000万人受到情绪障碍和心理行为问题困扰,青少年暴力和违法犯罪行为低龄化,出现“十五六岁现象”。同时,一些导致成人慢

性疾病的危险因素与行为方式在青少年中呈现上升趋势,吸烟、酗酒、少女怀孕、离家出走、暴力等健康危险行为都有日益发展的态势。



## 珍爱青春 政府六行动

进一步促进学生健康,十一五期间本市将完成《北京市学校卫生防病规划》,北京市疾控中心将完成以下工作:

一、改善视力,从学生的健康技能入手。对中小学生眼保健操的操作进行现状调查,为卫生、教育、行政部门提供科学依据,使中小學生进一步掌握眼保健操的操作方法。

二、有效解决造成学生病休、退学的主要原因传染病问题。目前已对6个区县的学校传染病防治工作进行了现状调查,为下一步开发《北京市学校传染病防治工作管理规范》提供基础依据,对相关工作人员进行专业培训,为学校传染病监测体系的建立创造物质和技术条件。

三、学校卫生工作中重中之重是干预学生肥胖。北京市疾病预防控制中心计划总结崇文区试点的经验,于2007年底,将“快乐10分钟”活动推广到全市。

四、改善学校照明环境。北京市疾病预防控制中心已组织有关区县疾控中心对80所中小学校160间教室进行了夜间照明情况抽查检测。结果表明教室照明达标率仍然较低,只有32.5%的教室课桌面平均照度 $\geq 300$ 勒克斯,达到了新国标要求。市疾控中心还要对2000余所学校的教学与生活环境卫生进行检测与评价,使政府的资金投入更有指导性。

五、监测学生营养餐改善学生营养。营养素摄入不均匀将影响学生的生长发育。市疾控中心将依照学生营养餐供给量标准,定期对学生的营养餐进行监测。

六、创建安全学校。本市学生伤害发生率位于前五位的是跌伤、动物咬伤、锐器伤、他伤、交通事故。交通事故的平均住院时间、平均缺课时间、平均休息时间均为最长,分别是1.67天、6.48天、10.49天,平均医疗费用最高。在2007年在学校开展以创建安全学校为主的学校伤害预防工作。

## 健康解难12320

### 火爆来电1

手足口病和口蹄疫是一回事吗?

答:手足口病和口蹄疫是完全不相同的两种疾病:

#### 1、得病的原因不同

手足口病是由肠道病毒引起的传染病,多发生于婴幼儿,可引起手、足、口腔等部位的疱疹。夏秋季比较常见。

口蹄疫则是由口蹄疫病毒引起的烈性动物传染病,主要感染牛、猪、羊等偶蹄类动物,人类感染少见,导致病兽口、蹄部出现大量水泡。

#### 2、得病的方式不同

手足口病主要通过消化道感染,日常接触也可以感染,还可通过呼吸道感染。

口蹄疫感染人类主要是病毒通过受伤的皮肤和口腔黏膜侵入人体而发病。

#### 3、得病后的表现不同

多数手足口病患者起病急,主要表现为手、足、口腔等部位皮肤、黏膜出现斑丘疹或疱疹,主要在手、足、口、臀四个部位(四部曲);疹子不像蚊虫咬、不像药物疹、不像口唇牙龈疱疹、不像水痘(四不像);疹子不痛、不痒、不结

痂、不结疤(四不特征)。

人感染口蹄疫后经过2至18天的潜伏期,表现为突然发热、流口水、口、咽、掌等部位出现大而清亮的水疱,同时伴有头痛、恶心、呕吐或腹泻。

#### 4、预后不同

手足口病病程一般较短,多在一周内痊愈,预后良好。

人感染口蹄疫后经2至3周后可自然恢复,不留疤痕,预后良好,但对于儿童、特别是婴幼儿有着很大的危害。婴幼儿感染口蹄疫后很容易患上其他疾病如肺炎等,死亡率相对较高。

#### 5、预防方法不同

预防手足口病,主要是防止病从口入。要教育儿童养成良好的个人卫生习惯如勤洗手,不喝生水,不食生、冷、不洁的食物等,在流行季节和地区,家长尽量少让孩子到拥挤的公共场所、并尽量减少儿童和患儿的接触。

预防口蹄疫,主要是加强个人防护,不要与动物密切接触,不饮用未经消毒处理的牛、羊奶,不食用病畜肉。

### 火爆来电2

听说吃蚕豆会得蚕豆病,请问什么是蚕豆病?蚕豆还能吃吗?

答:新鲜蚕豆上市时,清香味美,又嫩又可口,但有些人吃了新鲜蚕豆会出现发热、寒颤、腹痛、皮肤和巩膜黄染、呕吐、甚至会出现休克等症,这就是常说的“蚕豆病”。蚕豆病是由于葡萄糖-6-磷酸脱氢酶遗传性缺陷而引起的。此病多数发生在儿童身上,到成人期才出现的很少。为什么会发生蚕豆病尚未完全明了,目前研究认为患者有遗传缺陷的敏

感红细胞,遇到新鲜蚕豆中某种因子,发生了急性血管内溶血。由于此病属遗传病,所以很多病人有家族史。

新鲜的蚕豆皮中被认为含有更多的致病物质。晒干和煮熟的蚕豆,毒性会降低。不生食蚕豆(特别是新鲜蚕豆),不大量进食或连续进食蚕豆,“蚕豆病”的发生率会降低。“蚕豆病”病人或者家族中曾出现过“蚕豆病”的病人,应禁食蚕豆。

### 火爆来电3

目前,乘坐飞机时会限制旅客随身携带液体的容量,有些人为了不浪费多携带的液态化妆品,就在安检前将其都涂在自己身上。这会对皮肤造成影响吗?

答:正规化妆品在出厂前,会按照不同的需要进行细菌计数、大肠杆菌检测、金黄色葡萄球菌检测、绿脓杆菌检测等,还会对化妆品进行铅、汞、砷等重金属含量的检测。有些特殊化妆品,如具有祛斑、瘦身、美白、防晒功能的化妆品,还需要增加毒理学检测。所以,在正规场所购买的化妆品,即使大量涂抹在身体

上,理论上不会对人体健康造成严重影响的。但是由于个体差异,有些人会对化妆品出现过敏反应,尤其是大量使用时,原本从未出现的皮肤刺激反应,如红肿、痒、痛等症状就会发生。所以,为了皮肤健康,请您不要过量使用化妆品,并在乘坐飞机出游前,提前关注携带物品的注意事项,将不能随身携带的物品及时托运,以减少不必要的损失。

### 健康播报

## 北京目前正值风疹高发期 预防接种 有效防范

目前我市正处于风疹高发期,北京市疾控中心提示广大市民,降低感染风疹最好方法是按程序接种疫苗,保持室内空气流通,减少去拥挤场所的机会,适时进行室内湿式扫除,及时发现新病人、做好隔离和治疗。

冬春季是风疹发病高峰,常在幼儿园或中小学中引起暴发流行。风疹分为两种:一是后天获得性风疹,多发于学龄前儿童,临床症状一般是一过性发热、皮疹、头痛、厌食、结膜炎、咳嗽等症状,病程3至5天痊愈。另一种类型是育龄期妇女在妊娠早期(前3个月)感染了风疹,病毒侵犯胚胎,致使婴儿以先天性缺陷为主的称为先天性风疹综合征(CRS),主要临床表现为新生儿先天性心脏病、白内障、先天性耳聋、智力低下、发育迟缓等。给家庭和社会造成极大的负担和不幸。也有孕妇感染风疹病毒后出现流产、早产、死胎。

北京市政府已将风疹疫苗的接种纳入北京市免疫规划,免费对所有的适龄儿童按照程序进行接种。北京市免疫程序是:在1.5岁和6岁时分别接种一针次MMR疫苗。另外,育龄期妇女在怀孕前接种MMR疫苗,可以有效降低胎儿发生危险,但需要注意的是在接种后3个月内应避免怀孕。