

2025 首届山河健康大会落地山西

导读

山西省老产协一行赴大同
助老健保有限公司调研座谈

18 版

迎接新春 守护健康
体检中心给老年人的
暖心之信

19 版

2025 中国(山西)老龄产业
博览会邀请函

20 版

2025 年工作会议纪实
把健康教育工作落在实处

21 版

奏响银龄乐章
情暖逸养时光

22 版

醋的革命
——从调味品到功能饮品

23 版

走亲访友必选的康养年礼
——和和禾集团米粒U格发酵小米乳

24 版



在 2025 开年之时,2025 首届山河健康大会暨山西省健康协会生活方式与功能医学专业委员会和山西省文化旅游产业投资促进会职工健康促进专业委员会成立大会在龙城太原隆重召开。会议选举冯玫教授担任山西省健康协会生活方式与功能医学专业委员会主任委员;选举杨济民教授担任山西省文化旅游产业投资促进会职工健康促进专业委员会主任委员。专业委员会以全科医生为主体,功能医学医生、生活方式医学医生、运动医学、营养学、健康医学、肿瘤学、检验学、护理学等相关人员共同组成一支老、中、青相结合的年轻团队。山西白求恩医院(同济山西医院)张莉芸副院长、山西省健康协会李汝德副会长、山西省文化旅游产业投资促进会刘涛秘书长出席了会议;大会邀请了国内外知名的功能医学、运动医学、临床营养学、生活方式医学以及健康教练等领域的知名专家学者授课分享,真可谓新时代健康管理的饕餮大餐。

随着社会的发展进步和生活水平的提高,生活方式发生了很大的变化,传统的生物医学模式已经无法应对井喷式增长的慢性病人群和银发浪潮的到来。

在刚刚结束的全国卫生与健康大会上部署 2025 年重点工作时,再次强调要坚持从以治病为中心向以人民健康为中心转变;《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》提出“自己是健康的第一责任人”。如何做好疾病的科学预防?如何让自己健康起来?主要还是需要我们医务人员转变观念、提高健康管理的理论知识和实践技能。协会成立的旨在通过这一平台开展全科医生、健康管理相关人员及大众健康相关知识的培训,学习和掌握全生命过程健康管理的新知识、新技能,特别是要贯彻落实国务院精神,为慢病患者开好运动和营养指导处方;培养更多的健康训练师和功能医学医师,使健康管理真正落地;践行健康关口前移、赋能健康中国建设。

慢性病不是突然出现的,它是一种或多种生理过程失调的结果。身体是一个由许多系统构成的网络,每个系统都有携手合作的器官组成,达成某项生物功能。功能医学就是以人体系统为出发点,理解身体运作方式,从遗传、环境、生理、心理等多方面入手,采用

最新生物医学技术,通过检测评估人体器官系统功能,寻找功能下降或失衡的原因,深入探讨疾病背后的失能机制,进而让我们有办法改变基因收到的信息,去翻开威胁人类健康的慢性疾病,打造个人专属的健康模式,使我们有能力处理最难缠的慢性病,解开促进人体机能的个体经营潜能,提出一套能预防或逆转这些病痛的治疗模式;进而改变身体健康与疾病状态。

生活方式医学主要聚焦于生活方式的改变,包括营养、运动、压力管理等六个方面来预防、治疗和康复疾病。功能医学和生活方式医学相互关联。生活方式医学可以被看作是功能医学干预手段的一个重要部分,而功能医学为生活方式医学的应用提供了更深入的理论依据和个性化的实践指导。

现在大家关注自己的健康,已经有一定的体检意识了,但体检不是终点,而是健康管理的起点。健康是需要管理的,检而不管等于没检!体检只是健康管理的一部分。



两天的学习会场座无虚席、大家表示收获满满,学到了很多新知识、新理念、新技能,对现代的健康管理理念和知识有了全新的认识 and 提升。灵蛇启航,梦想飞翔,协会希望通过各种途径向大众传播更多的健康生活方式知识;建立长期、连续、系统及个性化的健康管理计划,做到病前主动防,病后科学管,跟踪服务不间断,希望大家都有一位值得信赖的家庭医生作为您的健康顾问,陪伴您守护一生的健康。为健康中国、健康山西及健康老龄化的早日实现贡献我们的一份力量。

(冯玫文/图)