

《北京市2018年度卫生与人群健康状况报告》发布

北京居民期望寿命为82.2岁

□本报记者 唐诗

近日，北京市卫健委发布《北京市2018年度卫生与人群健康状况报告》发布，北京健康白皮书于2019年12月出版发行，这是市政府连续第十年向社会公开发布本市居民健康状况和卫生健康事业发展的相关数据。北京健康白皮书共分八个章节，涉及北京市人口基本情况、传染病发病情况、儿童青少年健康状况、健康素养、医疗服务、公共卫生服务、烟草控制和体育与健身方面内容。

居民期望寿命继续增加

2018年北京市居民期望寿命为82.2岁，比五年前（2014年）增加0.4岁，比十年前（2009年）增加1.7岁，在国内外大都市中处于前列。30—70岁居民主要慢性病早死概率为10.7%，比五年前下降3.6%，比2010年下降16.4%，该指标已处于高收入国家水平。孕产妇死亡率为10.64/10万，比五年前上升47.2%，比十年前下降了26.9%；婴儿死亡率为2.01‰，比五年前下降13.7%，比十年前下降42.4%。

甲乙类传染性疾病发病下降明显

近年来，北京市不断加大传染病防控力度，总体发病率虽有波动仍维持在较低水平。2018年甲乙类传染病报告发病率为131.5/10万，比五年前（2014年）下降20.5%，比十年前（2009年）下降61.3%。

居民健康素养居全国领先水平

北京市居民健康素养水平持续提高，2018年为32.3%，较2015年（监测周期为三年）增长15.4%，较2012年增长30.8%，居全国领先水平。



慢性病仍是居民主要健康问题

2018年北京市居民死亡主要原因仍为慢性非传染性疾病，前三位死因分别为心脏病、恶性肿瘤和脑血管病，共占全部死亡的70.9%，较五年前（2014年）下降3.1%，较十年前（2009年）下降2.5%。心脏病死亡率比五年前下降了8.7%，比十年前上升了5.5%，死因顺位从2018年起由第二位上升至第一位；恶性肿瘤死亡率比五年前下降了8.7%，比十年前上升了10.2%；脑血管病死亡率与五年前、十年前相比，分别下降了19.5%和16.1%。

北京市60岁及以上老年人口已经达到352.3万人，占户籍人口的25.6%，较五年前增加51.3万人。随着人口老龄化的比例增加，慢性病造成的健康危害在今后数年还会显现。

中小学生视力不良和肥胖增长幅度减缓

2017—2018学年度北京市中小學生视力不良检出率为59.5%，比五年前（2013—2014学年度）下降2%，比十年前

（2008—2009学年度）上升0.7%；全市中小學生肥胖检出率为16.9%，比五年前上升8.3%，比十年前下降13.3%。

目前北京市小学一年级视力不良检出率已达到34%，视力不良低龄化严重。随着手机、掌上电脑等工具在幼儿阶段的广泛、过早使用以及不良的用眼卫生习惯，均可能对儿童的视力发育产生不良影响。解决儿童青少年视力不良问题需全社会共同努力。

《北京市2018年度卫生与人群健康状况报告》的发布，旨在用指标和数据来全面、真实、客观地反映北京市居民健康水平和健康事业发展的情况，为政府及行政机构决策提供参考依据。人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志。维护人民健康不仅是政府的职责，也是社会和个人的责任。各个单位、社区、家庭和个人都要积极行动起来，实现健康行动全民共建共享。

尤其是居民朋友们，要树立“每个人是自己健康第一责任人”理念，合理膳食、科学运动、戒烟限酒、心理平衡，实现健康生活少生病。

健康贴士



雨后看到彩虹，总是会让人有好的心情。殊不知，那些和彩虹一样，拥有五彩斑斓颜色的食物，不仅美丽养眼，更是人体健康的象征，不同颜色的食物，营养成分也不同。那么，这些彩色的食物，都对人体健康起什么作用呢？

红色食物——抗疲劳抗感冒
红色食物中，红色蔬果含有丰富的类胡萝卜素、番茄红素等营养物质；红肉中主要是富含血红素铁，较植物性食物中的非血红素铁易吸收，且吸收不受其他食物成分的影响。红色食物具有增强人体组织中巨噬细胞的功能，巨噬细胞是感冒等致病生物的克星，而类胡萝卜素转化为维生素A，也可以发挥护卫呼吸道黏膜的能力，从而起到一定预防感冒的作用。

丰台区市场监管局开展药品、疫苗法规培训

为加强新修订的《药品管理法》和新颁布的《疫苗管理法》的宣传贯彻工作，保障药品疫苗质量安全，12月13日，丰台区市场监督管理局联合丰台区卫健委召开“两法”培训会。丰台区市场监管局的市场监管所和相关业务科室、丰台区疾控中心、丰台区卫生监督所及丰台区涉药企业共计200余人参会。

培训会上，首先由北京市药监局“两法”宣讲团专家详细介绍了《药品管理法》修订背景和《疫苗管理法》的立法背景，就《药品管理法》重点关注问题、《疫苗管理法》重点条款以及疫苗生产现场检查要点三个方面作了解读，理论结合实际，内容丰富，既有法律法规的高度，又有实践实例的维度，为参会人员提

上榜食物：番茄、红枣、山楂、瘦肉、动物肝脏等。

绿色食物——钙的良好来源
绿色食物中，富含叶绿素、叶酸和钙、镁、钾等营养物质。绿叶蔬菜是钙的良好来源，比如小油菜100克含140毫克的钙，并且含有维生素K是骨钙素的形成要素，可以更好地帮助钙元素沉积进入骨骼，有利于骨骼健康。

上榜食物：菠菜、小油菜、青菜、韭菜、茼蒿等。

黑色食物——抗癌小能手
黑色食物富含的多糖类物质，能提高机体免疫功能，有一定降血糖、降血脂的作用。多数菌藻类食物都呈黑色或者偏深色，比如一般蔬菜含更多的多糖物质，对于抗癌有着不错的效果。
上榜食物：黑木耳、香菇。
（战宏）

·广告·

供了一堂深刻且“接地气”的知识培训。

随后，丰台区市场监管局副局长赵冬梅就抓好“两法”贯彻落实工作提出了明确要求。一是要落在落实主体责任上下功夫，企业要对照“两法”有关规定，组织药品、疫苗研制、生产、流通及其从业人员全面开展自查自纠，查隐患、堵漏洞，切实保障药品、疫苗安全、有效；二是要在严格监管上下功夫，坚持全过程全链条严格监管，以零容忍的态度，对待违法犯罪行为，加大刑事打击力度，落实“处罚到人”的要求；三是要在完善体系建设上下功夫，结合丰台区实际，确保“两法”规定的各项制度在丰台区有效实施。

（赵洁）

遗失声明

平安人寿保险有限公司北京分公司以下人员展业证遗失

增淑亚 0000181100000002019051517
阮晓莹 02000111000080002019038656
关冰洁 02000111000080002019023635
高晓旭 02000111000080002019036530
马红涛 02000111000080002019001166
董学玲 02000111000080002018166273
李静涛 02000111000080002017256187
李昌琴 02000111000080002019014572
陆 丽 02000111000080002018197187
曹礼凤 02000111000080002019056271
杨 彬 02000111000080002019026522
李洪涛 02000111000080002018128989
马美玲 02000111011180102015011647
曾新龙 02000111000080002019000309
徐定龙 02000111000080002019014908
陶 勇 0200011100008000201818074
雷梓梓 02000111000080002018123224
李继玲 02000111000080002019051486
张静华 02000111000080002018027280
陈碧英 00001811000000002019025772
张鑫森 00001811000000002019025414
张立才 02000111000080002018271024
宋佳坤 02000111000080002018062919
徐 会 00001811000000002019017336
周桂芳 0200011100008000201827064
牛爱杰 00001811000000002019003568
张丽娟 02000111000080002018081770
陈 伟 0200011100008000201822266
郭晓娜 02000111000080002017070478
陈 爽 02000111000080002018187503
王 蓉 02000111000080002019062323
董 巍 02000111000080002019062323
李秋英 02000111000080002019024126
吴 静 02000111000080002018193461
史明卿 0200011100008000201806592
李 嘉 02000111000080002018112929
王秋英 00001811000000002019020709
马红涛 02000111000080002019024166
董学玲 02000111000080002018166273
李静涛 02000111000080002017256187
李昌琴 02000111000080002019014572
陆 丽 02000111000080002018197187
曹礼凤 02000111000080002019056271
杨 彬 02000111000080002019026522
李洪涛 02000111000080002018128989
马美玲 02000111011180102015011647
曾新龙 02000111000080002019000309
徐定龙 02000111000080002019014908
陶 勇 0200011100008000201818074
雷梓梓 02000111000080002018123224
张 增 02000111000080002018031552
樊春凤 02000111000080002018001475
王爱华 02000111000080002018186759
郭 莹 02000111000080002019025772
田金鑫 00001811000000002019042641
张立才 02000111000080002018271024
孟文杰 02000111000080002018062919
韩 雪 00001811000000002019000239
傅衍明 02000111000080002018205271
孟文杰 02000111000080002018156882
徐志航 0200011100008000201818195
王晓芳 02000111000080002017178834
张 琪 02000111000080002018160469
高 蕊 02000111000080002019022731
史立荣 0200011101138000201000327
刘如珍 0200011101138000200902626
刘 群 02000111000080002017138170
李金彪 00001811000000002019039969
王雪晴 02000111010188002015001437
李萍 02000111010188002015002580
张明芝 00001811000000002019044018
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 02000111000080002018089868
林 杰 0200011100008000201732259
姜文强 02000111000080002019054273
梁 健 02000111000080002019054821
刘英花 02000111000080002019043752
曹生业 02000111000080002019040599
李雪晴 02000111000080002019033786
李萍 02000111010188002015001437
张明芝 02000111011180102014002200
王永军 02000111000080002019056781
杨秀琴 020001110