

全国第七个 残疾预防日

“预防先天残疾，守护美好未来”

8月25日是第七次全国残疾预防日，今年的主题是“预防先天残疾，守护美好未来”。呼吁大家行动起来，关注残疾预防。让我们从关爱儿童健康、增强残疾预防意识做起。

为增强全社会残疾预防意识，推进《国家残疾预防行动计划(2021-2025年)》实施，节选《残疾预防核心知识》(2022版)重点内容如下：

出生缺陷和发育障碍致残防控

积极接受婚前医学检查和健康婚育指导。有计划怀孕，主动接受孕前优生健康检查。远离烟酒，远离有毒有害物质，孕育健康宝宝。孕早期不偏食，科学补碘补叶酸，合理控制体重。预防孕早期感染，孕早期在医生指导下合理用药。定期接受孕产期保健和产前筛查。积极接受新生儿疾病筛查和访视。密切关注儿童生长发育，定期接受儿童保健服务。

疾病致残防控

合理膳食，均衡营养，少油、少盐、少糖。坚持有氧运动，注重吃动平衡，避免超重与肥胖。不吸烟少喝酒，远离二手烟。关注血压、血糖、血脂变化，做好自我健康管理。定期体检，及早发现疾病，及时就诊，规范治疗。注意个人和环境卫生，及时接种疫苗，预

防传染性疾病。保持心情愉悦，有心理问题及时寻求专业人员帮助。爱护视力、保护听力，避免视力和听力损伤。保护生态环境，避免环境污染损害健康。

伤害致残防控

悉心照护儿童，预防坠落、道路交通事故等伤害。营造安全家居环境，加强平衡锻炼，预防老年跌倒。遵守交通法规，安全文明出行，预防交通伤害。购买合格产品，按说明书正确使用。遵守安全生产规程，做好职业防护。学习掌握防灾减灾、避险、逃生及现场急救知识和技能。



康复服务促进

尽早开展伤病康复，避免残疾发生，减轻残疾程度。树立信心，坚持系统规范康复治疗。及时适配并正确使用辅助器具，提高生活质量。勇敢面对残疾，主动融入社会。家属积极参与，全面介入康复过程。尊重差异，平等接纳残疾人。爱护无障碍设施，主动为残疾人提供便利。

残疾预防与个人健康、家庭幸福和经济社会发展息息相关，增强全社会的残疾预防意识和预防能力十分重要。残疾风险伴随每个人。心向阳光，预防残疾，从你我做起。



区妇幼健康职业技能竞赛启动

为全面提升妇幼健康服务质量和水平，保护和促进妇女儿童健康，结合妇幼健康能力提升年工作，丰台区卫生健康委员会、丰台区总工会联合开展丰台区妇幼健康职业技能竞赛。

区32家医院共选取165名队员参加区级比赛。竞赛包含六大模块：妇幼健康组设“危重孕产妇救治(含胎心监护)、危重新生儿救治(含新生儿复苏技术)、计划生育危急重症救治、儿童眼保健、宫颈癌防治、基层妇幼保健”6个项目。每个模块包括综合笔试、操作技能竞赛两个环节，每个环节根据个人和团体赛总成绩设置个人奖、团体奖等奖项。同时，其中4个竞赛项目个人总成绩前12名的选手、1个竞赛项目团体赛第一名将作为丰台区的代表队员参加北京市竞赛。区职工服务中心、区卫生健康委、区妇幼保健院相关负责人出席了竞赛活动。

区职工服务中心相关负责人表示：技能竞赛是提高职工素质、推动企业进步、促进经济发展的重要途径。卫生健康行业要以此为契机，推动广大职工传承匠心、精进技能，强化职业道德，热心服务，树立行业在人民群众中的美好形象。

区卫生健康委员会相关负责人表示，丰台区高度重视妇幼健康职业技能竞赛，以赛促学、以赛促练、以赛促用，职业成就梦想，技能赢得未来。卫生健康系统广大职工应提高理论水平、业务技能和职业素养。

启动仪式后，开始此次技能竞赛综合笔试，精彩技能赛将继续举办。

首个《婴幼儿辅食餐》团标发布

近日，由中国食品科学技术学会制定发布的国内首个《婴幼儿辅食餐》团体标准在北京发布解读。该团标由中国疾病预防控制中心营养与健康所、首都儿科研究所附属儿童医院等单位共同起草，通过了专家评审委员会的多轮评审核查。解读会上，来自国内顶级的食品科学、营养研究、育儿专家以及婴幼儿辅食品牌代表，围绕婴幼儿辅食与科学喂养，展开了一场产学研结合的“权威对话”。

专家指出，这一团标的发布以及相关解读，不仅可为用户提供更加科学、精准、健康、营养的分月龄辅食餐指导，也为产业界加快推动辅食行业高质量发展注入了新的科学指引和动能。基于全新发布的《婴幼儿辅食餐》团体标准，专业辅食代表品牌宝德了也推出了新一代婴幼儿辅食餐新品——冲冲面和冲冲粥。

生命早期1000天 吃对辅食很重要

生命早期的营养与儿童期和成年期的健康有着密切关系。世界卫生组织建议婴幼儿从满6个月开始添加辅食，我国卫健委于2020年发布的《婴幼儿喂养健康教育核心信息》中也指出，婴儿6个月起应当添加辅食，逐步增加辅食添加的频次、种类和调整辅食质地，满足婴幼儿所需营养素和能量供给，

确保婴幼儿良好生长发育。

中国疾病预防控制中心营养与健康所所长丁钢强指出，吃对辅食、吃好辅食，对于婴幼儿的健康成长具有非常重要的意义。生命早期1000天是人生最重要的生长发育的机遇窗口期之一，其中有一半时间是需要辅食参与的。婴幼儿成长到6个月以后，母乳的营养就不能完全满足生长发育需要，需要合理添加辅食，给宝宝进行营养补充和饮食能力的培养。

但是在我国，仍有许多家庭尚未正确认识到辅食餐的重要价值。艾瑞咨询相关调查数据显示，中国辅食品类的渗透率持续提升，从一周膳食中有喂辅食的渗透率看，从2013年的20.5%持续上升至35.1%。而在美国市场，这一数据于2020年便已达到75.5%，与其相比较，中国的辅食市场和产业规模仍有较大提升空间。

精细化标准升级 辅食餐迈入科学喂养时代

为了进一步规范婴幼儿辅食的发展，我国已出台了《婴幼儿谷类辅助食品》《婴幼儿罐装辅助食品》《辅食营养补充品》等一系列食品安全国家标准。专家解读指出，团标在“辅食”基础上提出了“辅食餐”的概念，不只是辅助食品，更满足婴幼儿一餐份辅食

喂养的营养需求，构成一份正常餐食的食品量。团标规定，在必须的谷物和营养强化剂之外，还需要增加肉类、奶类、蛋类、维生素A丰富的蔬果(不包括果汁)、其他蔬菜(不包括果汁)、豆类及其制品/坚果类这6类食物中的两类及以上。这一要求，在丰富了辅食餐营养搭配的同时，也能减轻父母制备辅食餐的负担。

同时，团标还针对婴幼儿不同成长阶段的营养和能力培养需求，对辅食餐进行了分月龄的精细化要求。对适用于6月龄+、7月龄+、8月龄+、10月龄+、12月龄+的辅食餐，从产品的质地和性状、颗粒度和长度、能量和蛋白质含量，分别进行了细致规定。

此外，团标还特别规定，辅食宜保持原味，适用于12月龄内的婴儿的辅食餐不宜添加盐、糖及刺激性调味品，适用于12月龄+的产品逐渐尝试淡口味，符合《婴幼儿喂养健康教育核心信息》的相关要求，以促进味觉发育，降低挑食风险，控制糖、盐摄入，降低儿童期及成人期发生肥胖、糖尿病、高血压、心脑血管疾病的风险。

参与解读会的专家指出，团体标准是一个行业的规范和标杆，具有引导、规范、保障和推动的作用。《婴幼儿辅食餐》团体标准的制定和发布，势必将对整个婴幼儿辅食餐市场的高质量发展带来积极的推动作用。

