



 **中国抗衰老促进会**  
CHINA ANTI-AGING PROMOTING ASSOCIATION

地址: 北京市东城区建国门北大街金成建国5号526室  
电话: 010-85306844 010-64466064  
传真: 010-85306844  
邮编: 100021  
网址: <http://www.zgksf.org.cn>  
邮箱: CAPA2014@163.COM



**中国抗衰老**  
CHINA ANTI-AGING

准印证编号: 京内资准字 2016-L0091

2020年第1期 总第9期



**万众一心**

**坚决打赢 疫情防控阻击战**  
**复工复产保障战**

武汉加油、中国必胜！  
——记新型冠状病毒肺炎阻击战

中国抗衰老促进会第二届理事会第二次会议在京闭幕

中国抗衰老促进会召开疫情防控和复工复产工作电视电话会议



# 武汉加油！中国必胜！

## ——记新型冠状病毒肺炎阻击战——

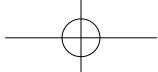


2020年农历新年，  
本是合家团圆、举国同欢，  
但突如其来的瘟疫，  
冲破了喜庆场面。  
事发湖北武汉，  
新型冠状病毒肺炎，  
由野生动物传播，  
感染者成千上万。

病例在扩散，  
疫情在蔓延，  
如不迅速采取坚决措施，  
其后果不堪……  
疫情就是呼唤，  
防控就是考验，  
武汉加油！中国必胜！  
国人在风雨中呐喊！

一是成立国家防控办，  
统一指挥，垂直监管，  
从中央到地方，  
打响全面防控阻击战；  
领导亲临第一线，  
检查指导、考察调研，  
现场办公解决难题，  
与疫区人民心心相连。

二是紧急收治病员，  
千方百计创造条件，  
全力以赴抢救危重患者，  
确保生命安全；  
拟定应急方案，  
扩建改建医院，  
分级分类、加点加班，  
组织医药专家联合攻关。



三是即刻排查筛选，  
清除潜在或隐性风险，  
早发现、早诊断、早治疗，  
高效有序运转；  
运用行政法律手段，  
封城封村、关门关店，  
切割传播途径，  
阻断传染源。

四是强化科普宣传，  
掌握自我防范，  
提高机体免疫力，  
保持营养、睡眠和乐观；  
不串门、网上会见，  
居家里、微信问安，  
戴口罩、勤洗手、常通风，  
隔离消毒成关键。

五是体现大家庭温暖，  
一方有难、八方支援，  
各类物质源源不绝，  
各界人士纷纷请战；  
有捐物捐款，  
有送药送餐，  
踊跃参与志愿服务，  
积极参加公益义演。

六是提供中国经验，  
为世界防控作出贡献，  
国际对我国的防治举措，  
给予高度评价和称赞；  
发布动态进展，  
接受媒体访谈，  
公开透明，及时准确，  
彰显大国的负责和承担。

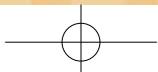
此次暴发“新冠”，  
远超17年前“非典”，  
白衣天使竭尽所能，  
践行使命与誓言。  
与疫情抢时间，  
与病魔争控权，  
大战中救死扶伤，  
大考中交出满意答卷。

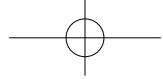
据专家组判断，  
疫情近期将现拐点，  
打赢这场没有硝烟的战争，  
曙光就在眼前。  
要坚定必胜信念，  
众志成城、攻坚克难，  
用生命谱写壮丽乐章，  
以胜利迎来更加辉煌明天！

中国抗衰老促进会理事长 **刘仁富**

2020年2月11日

(此文刊载在健康报、新华网、凤凰网)





《中国抗衰老》杂志  
(内刊) 2020.05

中国抗衰老  
CHINA ANTI-AGING



编辑委员会 Edition Committee

顾问: 孙隆椿 吴祖泽

编委会主任: 潘贵玉

主编: 刘仁富

编辑: 熊吉莹 刘文高

平川 刘步优

美编: 平川

地址: 北京市东城区建国门北大街

5号金成建国5号大厦526室

电话: 010-85306844

邮箱: CAPA2014@163.com

主办: 中国抗衰老促进会



# CONTENTS 【目录】

## 开 篇

- 01 武汉加油、中国必胜！  
——记新型冠状病毒肺炎阻击战

## 直击疫情

- 04 《关于加强新型冠状病毒感染肺炎防控工作的通知》  
06 《关于新型冠状病毒感染肺炎的防控指导方案》  
08 《助力会员单位复工复产八条措施》  
09 《新冠肺炎疫情防控工作情况汇报》  
13 非常时期!非常关注!非常珍重!  
——中国抗衰老促进会领导视频电话慰问疫区同事

## 总会资讯

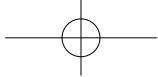
- 15 中国抗衰老促进会第二届常务理事会第二次会议在京召开  
18 中国抗衰老促进会第二届理事会第二次会议在京闭幕



- 22 孙隆椿副部长在第二届理事会第二次会议上的讲话  
23 第二届理事会第二次会议工作报告  
28 第二届理事会第二次会议财务报告  
30 中国抗衰老促进会分支(代表)机构座谈会在京举行  
35 中国抗衰老促进会召开疫情防控和复工复产工作电视电话会议

## 政策解读

- 39 《关于促进老年用品产业发展的指导意见》解读  
42 《关于建立完善老年健康服务体系的指导意见》解读



## 专家专栏

- 45 王松灵、周健：新型冠状病毒肺炎防控期间口腔卫生保健问答
- 49 许中伟：带你认识新型冠状病毒感染肺炎
- 54 功效营养应对新型冠状病毒（COVID-19）感染专家共识与指导建议

## 机构动态

- 58 中国抗衰老促进会女性生殖与修复分会成立大会在京召开



- 61 中国抗衰老促进会跨境医疗分会召开中国（泰州）跨境医疗与健康旅游国际论坛
- 64 中国抗衰老促进会临床诊疗专项基金管理委员会在京成立
- 65 中国抗衰老促进会教育培训工作委员会开展“健康管理师”国家职业资格培训
- 70 中国抗衰老促进会精神与心理健康工作委员会举办“抗击疫情 保佑生命”禅绕画主题线上公益展
- 74 中国抗衰老促进会湖南省代表处授牌仪式暨洞庭智库健康行活动在长沙举行

## 会员风采

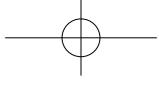
- 77 为担当者担当  
——副理事长单位常州四药420万元药品驰援武汉
- 78 疫情就是命令 坚守就是责任  
——常务理事单位九芝堂集团迎战疫情保供应
- 81 疫情防控 使命在肩  
——常务理事单位洛阳新春都制药战“疫”在行动
- 83 献爱心 战疫情  
——我会多家理事单位积极开展捐款捐物活动有力支援疫情防控工作

## 科普园地

- 86 居家隔离防病毒 功效营养好建议
- 87 疫情期间的自我防范方法

## 结语

- 88 战疫后的思考



# 中国抗衰老促进会

## 《关于加强新型冠状病毒感染防控工作的通知》

### 各办事机构、分支（代表）机构、会员单位：

自新型冠状病毒感染疫情发生以来，我会认真贯彻落实党中央和国务院决策部署，积极响应国家卫健委等有关部委的要求，第一时间发布疫情防控的温馨提示，协调本会专家开展特殊时期居家隔离和健康科普宣传，传播本会会员单位抗击疫情行动的正能量，全力以赴组织防控工作。

目前，全面控制疫情的战斗已进入关键时期。按照习近平总书记一系列重要指示精神和《中共中央关于加强党的领导、为打赢疫情防控阻击战提供坚强政治保证的通知》部署要求，民政部、国家卫生健康委、民政部社会组织管理局最近下发通知，要求社会组织在这场特殊的战斗中发挥应有的作用。

中国抗衰老促进会作为全国性行业组织，应履行行业组织的责任，加强抗衰老领域参与疫情抗击战的统筹协调，确保人民群众生命安全和身心健康。为此，我会要求各办事部门、各分支机构、各会员单位，高度重视疫情动态，认真落实防疫措施，在保障自身和人员健康的前提下，根据本机构的特点和专长，积极有序参与疫情控制和健康维护工作，为打赢新型冠状病毒感染抗击战的胜利贡献力量。现将有关工作通知如下：

### 一、加强组织领导，强化疫情防控工作的责任感和紧迫感。

我会成立由法人和理事长为组长、其他主要

负责人为副组长的疫情应对领导小组，制订疫情控制预案，把疫情防控工作做实做细，落实到人、尽职尽责。

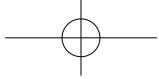
### 二、落实防控措施，保障人员安全和工作开展。

（一）根据国务院发布的节后上班日期的通知，酌情安排延后上班，或采取轮流值班方式，降低感染风险。总会秘书处2月3日至9日每天由一位领导值班，其他人员在家办公，2月10日（星期一）全体人员上班。

（二）对于外出返乡人员，尤其是来自或途经湖北、以及与之密切接触的人员进行统一摸排登记。对疫区返回人员和密切接触者安排一周居家观察，并在家办公，及时关注身体状况，自行每日进行体温测量等检查，一旦发现患病风险，立即报告，并组织开展隔离治疗、疫情消杀灭等卫生应急工作。

（三）密切关注疫情动态，提前做好办公场所的日常防护用品和应急物资的储备。加强节假日期间巡查排查，加强应急值守，保证信息畅通，做到及时反应，跟踪处置，遇到重要情况要确保在规定时间内报告。

（四）负责对上级防控信息的及时发布，加强应急处理的宣传报道和舆情监控，打击炒作行为，积极主动地引导舆论，利用微信群、微信公众号、网站等宣传普及科学防治知识，维护社会稳定。



### 三、周密组织部署，将疫情防控责任有效落实到业务工作中。

在疫情被有效控制之前，总会和各分支机构不举办会议，不组织参加各类研讨、培训、学习等人群聚集的活动。总会秘书处各部门及时响应各分支（代表）机构和会员单位的服务需求，通过简化手续、优化流程、推迟办理时间、开通线上办理等方式予以灵活安排。在此期间，秘书处各有关业务工作与下列人员联系：

会员工作：平 川

宣传工作：刘步优

财务工作：刘文高（分管）

培训工作：朱怡霖（分管）

项目工作：刘 星（分管）

专家委员会和团标工作：肖连敏，

分支（代表）机构工作：熊吉莹。

### 四、发挥协调作用，鼓励各分支机构和会员单位以各种形式支持和参与抗击疫情。

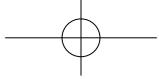
组织本会专家提供居家防控的建议方案、特殊时期的防控新冠病毒的健康科学知识。鼓励有专长的专家按需参与疫情防治工作。倡议会员企业保障生产和产品供应，保证质量和价格稳定。协调会员单位与疫情防控、慈善机构和有关部门，鼓励有条件的单位积极为疫情防控献爱心、做善事。开展弘扬正能量的宣传报道。为打赢疫情防控攻坚战贡献行业力量。

我们坚信，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，我们一定能够在防治新冠病毒感染的疫情战役中取得全面胜利！

中国抗衰老促进会

2020年1月30日





# 中国抗衰老促进会

## 《关于新型冠状病毒感染肺炎的防控指导方案》

当前，全面防控新型冠状病毒感染已进入关键时期。我会为加强所属机构和人员积极参与防控工作，确保人民群众生命安全和身心健康，现将有关建议汇总编制《新型冠状病毒肺炎的防控指导方案》，以帮助大家正确掌握防控措施，共同打赢疫情防控阻击战。

### 一、科学防控：

1、减少出行、聚会，避免到人员密集的公共场所活动，尤其是空气流动性差的地方；

2、避免与疫区人员接触，不要前往疫区，最大限度防止疫情蔓延；

3、按防控要求保持个人和家庭卫生，外出戴口罩、不直接接触门把手、电梯按钮等做好个人防护。勤洗手、多消毒、多通风，阻断病毒传播途径；

4、不要接触、购买和食用野生动物。

### 二、严格监测：

做好个人健康监测，同时关注家中老人、孩子及慢病成员的健康指标，对于家中不在一起居住的老人要定期询问察看，配合所在社区进行防控。

### 三、规律生活：

1、规律作息、饮食、运动、工作等，保持良好精神状态；

2、设计自己喜欢、感兴趣的具体生活内容、

兴趣爱好等，比如：读书、听书、电视、打牌、书法、绘画等；

3、通过网络接触学习有放松心神、疏导怡情、提升专注力的方法，保持身心健康。如定期课程、技能训练等。

### 四、合理饮食：

1、三餐定时，拒绝暴饮暴食，不要以零食代替正餐；

2、搭配合理，饮食清淡不油腻，保持摄取充足蛋白蛋；

3、保证营养均衡，多吃新鲜有机蔬菜水果；

4、适量饮水，健康人群根据需要饮用，特殊人群可饮用 1500ml-2000ml；

5、当营养不充足时适量补充营养素，提高免疫力。

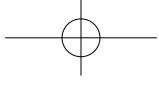
### 五、适度运动：

1、每日适当规律运动，根据个人条件和居家、工作环境，可以选择太极拳、八段锦、瑜伽、健身等，避免剧烈运动；

2、感觉精神紧张焦虑时，或睡前静坐、调息、引气下行，排除紧张、放松身心。

### 六、注重保健：

1、热水泡脚、居家桑拿。揉捏手指、脚趾。



按摩穴位、经络等；

2、有条件的情况下，根据个人爱好可选用多种方式调节健康，如芳香疗法、灸疗等。

### 七、提升免疫力：

1、选择营养素提升免疫力，如维生素 C、维生素 D3、天然抗氧化剂、微量元素锌、硒、益生菌、辅酶 Q10、大蒜提取物等；

2、根据个人习惯及医生指导，选择提升免疫力的中药材(药食同源)或中药饮品、正规保健品等。

### 八、调整心态：

1、树立必胜的坚定信念，有党和国家的正确领导，有各部委和地方政府的统筹安排，有全社会的大力驰援，有医学科学的救治措施，一定能战胜疫情；

2、保持积极、乐观、向上的心理状态、理性、平和、客观的看待与对待疫情，既不要麻痹，也不要恐慌；

3、如条件允许，可积极参与社会捐赠或志愿服务，以及社区互动互助等公益活动；

4、当感觉精神紧张、严重失眠、食欲低下、疲乏烦躁时，主动寻求专业的心理帮助，必要时可拨打心理援助热线。

### 九、应急准备：

1、如有明显感染症状或不适，第一时间前往医疗机构就诊，路途做好个人防护，乘坐出租车要开窗通风；

2、按规定及时上报并采取隔离，保护自己，

爱护他人。

### 十、远离误区：

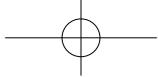
1、不信谣、不传谣，勿滥用抗生素，忌滥用中药、偏方、网传配方等；

2、慢病人群的健康指导，请根据个人情况咨询医生，切勿滥用不当措施。

中国抗衰老促进会

2020年2月6日





# 中国抗衰老促进会

## 《助力会员单位复工复产八条措施》

今年遭遇新冠肺炎疫情，我国经济社会发展受到严重影响。为落实党和国家的决策部署，统筹推进疫情防控和经济社会发展，促进我会广大会员单位复工复产，为此，制订八条措施。

### 一、建立信息联通机制

以分支（代表）机构为单位，指派联络员，定期向总会报送信息，反映问题和诉求，总会及时提供响应服务。

### 二、为申请有关优惠政策提供背书

国家为尽快恢复生产生活，出台了金融等相关支持措施。我会可应会员单位提出的要求，根据实际情况和有关规定，助企纾困，出具相应证明或背书。

### 三、提供综合平台服务

整合秘书处各个办事部门的职能，借助总会的网站、微信，或根据需要新建渠道，为会员单位提供品牌推广、业务宣传、教育培训、学术指导、专家咨询、标准认证、项目开发、跨机构合作的供需对接服务。

### 四、开展首办负责和提质增效

由最先接办部门协调内部流程，跟进办理结果。提升办事部门间的协同效率，让会员单位少跑路。

### 五、坚持会员优先

各项职能服务、政府采购和业务合作项目，应首先让会员单位充分知晓，并满足会员单位的需要。在此基础上如还有服务能力，再面向非会员单位。

### 六、简化流程 特事特办

对因疫情影响而困难的会员单位提出的办事申请，在符合规定的前提下，简化流程，专事专办，一事一办，特事特办。

### 七、适当减免会费

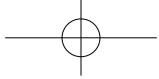
减免会员单位 2020 年度会费 50%。

### 八、组织评优表彰活动

将会员单位疫情防控与复工复产的情况，纳入年度工作考评的重要指标，对获奖单位予以表彰和奖励。

以上措施，中国抗衰老促进会负责解释。自颁布之日起实行。

中国抗衰老促进会  
2020年2月23日



# 中国抗衰老促进会

## 《新冠肺炎疫情防控工作情况汇报》

在党和政府领导全国人民数月来艰苦卓绝的抗击疫情的共同努力下，当前，我国以武汉市为主战场的全国本土疫情传播已基本阻断，全国抗疫战取得重大成果，经济社会发展加快恢复。中国抗衰老促进会坚决贯彻党中央和国务院的防控决策部署，制订周密预案，采取切实措施，加强防控工作，开展防疫和健康教育，保障人员生命安全和健康。全会范围内未有疫情发生报告。在此基础上，我会组织发动全会上下、各分支（代表）机构、会员单位和抗衰老机构通过多种形式和渠道，积极参与和支持疫情防控工作。

我会有近 30 个分支（代表）机构，通过直接参与一线抗疫工作、捐款捐物、部署协调落实防控工作、在自媒体和新闻媒体开展防疫和健康科普教育、向政府和防控部门建言献策，宣传抗疫正能量等多种形式参与和支持所在地、疫区和全国疫情防控工作。捐赠各类防控物资数万件，折合价值超过 2000 多万元，个人自愿捐款十万余元，通过自媒体发布防疫知识和健康教育约 200 篇，发表学术论文、科研报告、向政府建言献策 20 篇次，在全国新闻媒体上宣传报道 10 多场次。中国抗衰老促进会在疫情防控方面，与全国上下各行各业一样，为取得全

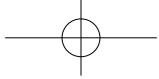
国疫情防控来之不易的成果付出了努力，做出了贡献。大致开展了以下工作。

### 一、全面部署，科学防控。

响应党中央、国务院决策部署，总会第一时间成立以理事长刘仁富为组长、会领导为成员的疫情防控工作小组，部署我会疫情防控工作全面有序开展。

#### （一）及时发布疫情预警有序开展防控和复工

1 月 24 日除夕当天，疫情尚在蔓延之初，我会及时发布温馨提示，提醒会员和社会大众重视疫情变化形势，做好节日期间的自身和家人的疫情防护；1 月 31 日发布《关于加强新型冠状病毒感染防控工作的通知》，从加强组织领导、落实防控措施、业务工作中防控疫情、以及协调全会上下参与抗疫等诸多方面，全面部署；2 月 6 日我会又发布了关于《新型冠状病毒感染肺炎的防控指导方案》，指导科学隔离防范感染。1 月 24 日至 3 月 16 日，按照个人健康温馨提示——全会防控措施——专家健康方略推荐——宣传弘扬本会抗疫行动正能量——发起公益捐赠——发布本会健康防护指南——组织安全复工——协调善款捐出——防疫与复



工复产并举等各个阶段的重点和防控策略，进行工作部署，并在微信公众号上发布，共 16 期，稿件 18 篇。总会秘书处 2 月 3 日即有序复工，前两周会领导和部主任轮流值班，2 月 17 日起全员正常复工。至今已全员上班 6 周，居家和在岗上班共 8 周。我会有的分支（代表）机构也根据本领域的特点和行业要求，部署防控工作。如医美分支机构发布《新冠肺炎疫情防控医护手册》、《员工手册》，开展员工防护培训，力助医护人员和员工平安。

## **（二）组织本会专家开展科学防疫和健康宣教**

我会已在 20 多个专科领域成立了分支机构，专家资源丰富。在此次疫情防控工作中，如神经系统疾病、交叉学科、创新与应用、医学美容、自然疗法、功效营养科技、皮肤慢病管理、精神与心理健康、女性生殖整形等专委会，均组织本领域专家撰写和传播健康防护知识。功效营养科技专委会发挥专家团队的专业优势，在全国各地 20 多个 500 人的微信群，连续开展《功能营养，养护抗疫》、《战“疫”免疫力重铸》、《疫情防控新阶段，中西医结合与功能医学》等健康讲座，收听群众多达上万人次。

交叉学科专委会主任、中科院院士王松灵在《首都医科大学学报》介绍新型冠状病毒肺炎疫情期间如何做好口腔防护与保健。

为应对整体复工压力，大量民众因长时间佩戴口罩和防疫手套，产生的各类皮肤问题。皮肤慢病管理与健康分会会长、四川大学华西医院李利教授，通过当地平面和电视媒体（四

川商报、四川手机报、四川卫视）向公众推广皮肤健康防疫知识，还在微信公众号发布推广，累计阅读量 10 万+。

精神与心理健康专委会编写《中医三精心理疗愈》教程，发布精神与心理健康倡议书，在四个省开通线上心理健康咨询，与辽宁省妇联联合在省电台开通《疫情期间心理之约》广播。

创新与应用分会推出《专家带你增强免疫——易学有效运动》、《中西医结合专家教你：培育增强人体正气 提升抵御外邪能力》等 20 篇健康防护微信。

自然疗法分会推出《芳香疗法防感染》等等……我会各专科分支机构组织专家、发挥专业性，科学指导个人居家防护，呵护群众疫情期间的健康。

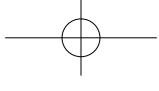
## **二、主动作为，彰显责任担当。**

抗击疫情，最需要责任担当。中国抗衰老促进会积极发挥协调作用，鼓励和发动本会各分支机构和会员单位以各种形式支持和参与抗击疫情。全会上下内外，众志成城，主动作为，为打赢疫情防控攻坚战贡献行业力量。

### **（一）领导带头，党员表率。**

老党员刘仁富理事长战斗在防疫最前端亲自指挥。自 2 月 10 日起一直在办公室坐镇，克服因疫情带来的生活上的不方便，身体力行，部署指挥，稿件编审，爱心捐款，极大地提升了团队的凝聚力、士气和战斗力。

副理事长、医美产业分会会长王晓泸带领党员深入社区一线抗疫，指导当地医美机构复



工开诊，帮助会员单位获得长期低息贷款，渡过经济难关。

医美专委会主任刘红梅院长带头捐款，多次联合企业开展直播义卖，为凯旋归来的医护人员提供免费的全年无针水光服务，为行业度过难关提供咨询指导。

无锡养疗基地主任 80 后董事长郭枫，在春节假期，率留守员工，加班加点，克服各种困难，组织人员协调防控资源，在阻止疫情蔓延的关键时期，向湖北武汉市的社区卫生服务中心、湖南益阳康雅医院等抗疫一线捐赠一批宝贵的防疫口罩。

理事单位壹鑫健康集团董事长、退伍军人袁国强带头捐款，通过我会捐赠至湖北省慈善总会，为奋战在新冠肺炎危重症患者救治一线医护人员送去慰问关爱。

### **（二）一线抗疫，白衣披甲。**

我会神经系统疾病专委会有 50 余名专科医师奔赴湖北抗疫一线支援。专业分布有神经外科，神经内科，神经重症以及康复专业等，多名副主委和常委担任援鄂抗疫医疗队队长，如福建医科大学第一医院院长康德智教授，天津环湖医院副院长佟小光教授，南昌大学第一附属医院副院长洪涛教授等，多名精英专家镇守火神山医院，雷神山医院，武汉妇幼医院（重症）等重要高危岗位。主委王毛毛教授在火神山抗疫事迹在 CCTV-7 及 CCTV-13 专访和报道。理事单位安徽阜阳糖尿病医院韩鹏院长亲率医疗队赴武汉汉阳医院对口支援。

### **（三）爱心捐赠助力抗疫全胜。**

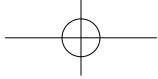
副理事长单位常州四药制药有限公司多次驰援抗疫一线，向武汉协和医院、同济医院、武汉大学附属人民医院、中南医院，湖北孝感、黄石、黄冈、鄂州、随州、荆州、天门市等 7 城市 19 家医院捐助药品，包括呼吸系统用药盐酸氨溴索，抗炎、抗病毒、抗休克药品甲泼尼龙、氢化可的松等，累计价值 420 多万元。

常务理事单位九芝堂集团结合国家防疫指南及疫情所需，积极组织治疗新冠肺炎及危重症患者指定用药安宫牛黄丸等治疗和防疫药品的生产，全力保障一线医药物资供应，先后向广州、长沙、武汉等战“疫”一线捐赠药品 200 多万元。理事单位上海先施健康科技有限公司向湖北荆州、荆门、仙桃、黄石捐赠 WE ACT/次氯酸消毒水，累计 70 吨，价值 350 万元。

理事单位大兴安岭超越野生浆果开发有限责任公司，多次向黑龙江省抗疫一线医护人员及患者，捐赠增强免疫力产品及抗疫物资，价值累计 180 多万元。

云南省办事处发起单位国药控股东昌医药有限公司向昆明市疫情防控指挥部捐赠《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案（试行第四版）》中医治疗中医学观察期的推荐用药——藿香正气口服液，价值数十万元。

常务理事单位洛阳新春都制药有限公司向当地社区捐赠防疫药品及物资，并加班复产，组织被上海市政府列为指定预防用药的抗疫物资的生产，保障一线抗疫需求。



理事单位北京幸福万家金博文化有限公司及丹东和源食品有限公司为武汉福利院、妇幼保健院捐赠灭菌杀毒环境净化器。

#### **（四）发行业声音，为政府献言。**

医养结合工作委员会方国雄主任协调北京百博团智能研究院向湖南省科技厅、省疾控中心等单位提交《关于在湖南建设我国重要病原菌噬菌体资源库的报告》，还指导会员单位湖南华达医疗科技有限公司，制订校园和生产厂区疫情防疫方案，深入高校和开发区调研应用，得到采用和省有关政府部门的支持。

功效营养科技工作委员会主任陈忠良教授撰稿，岳红文教授、李素云教授、陈志雄教授等补充，发表《居家隔离，防控新型冠状病毒，功效营养专家共识》，为全国百姓居家隔离期间提供了专业的功效营养方案。

针对一线工作人员因防护出现的大量皮肤问题，皮肤慢病分会会长李利教授、副会长何黎教授、副会长赖维教授、副会长刘玮教授等撰写《皮肤防疫指南和共识——防控冠状病毒感染疾病-19 医护人员皮肤粘膜屏障防护共识》，在《中华皮肤科杂志》上发表，为政府部门和防控部门建言。分会委员华薇教授积极参与口罩佩戴与皮肤之间的科学研究，所得数据为相关政府部门和防控部门制定政策提供科学依据。

#### **（五）为抗疫弘扬正能量。**

刘仁富理事长于2月11日和3月19日创作发表《武汉加油！中国必胜！》和《疫情之后的思考》长诗，健康报刊登。

精神与心理健康工作委员会原创《我们是党员》公益歌曲、配音诗朗诵《钟南山哭了》、配乐散文《一旦站立 - 献给伟大祖国》在FM网络平台播出。

跨境医疗分会推出GCMA抗疫风采专栏，分13期系列报道宣传会员单位抗击疫情的经验 and 先进人物的事迹。这些正能量的宣传，极大地鼓舞了抗疫士气，弘扬了抗疫必胜的精神。

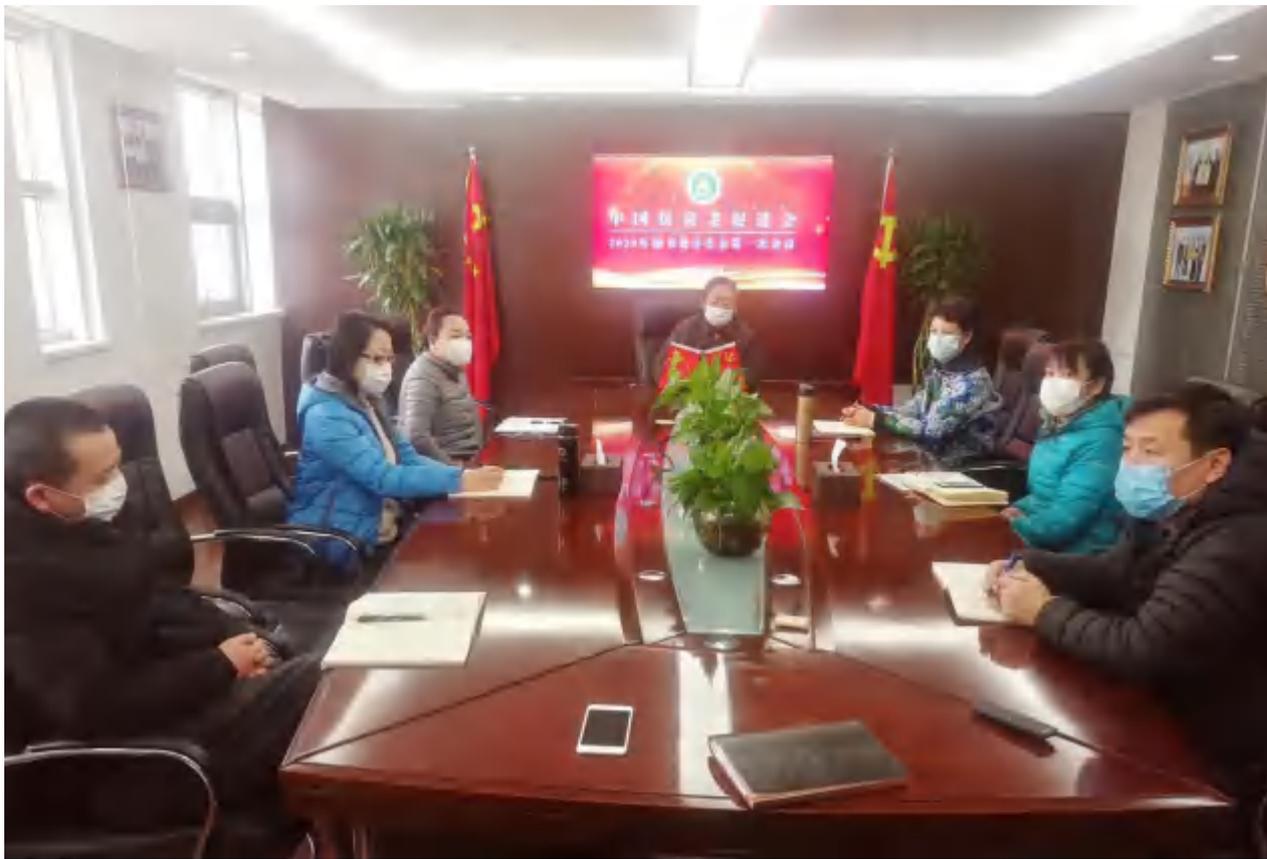
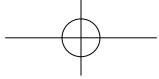
### **三、任重道远，砥砺前行。**

今年遭遇新冠肺炎疫情，我国经济社会发展受到严重影响。为落实党和国家的决策部署，统筹推进疫情防控和经济社会发展。我会已有分支（代表）机构以创新的形式，开展复工复产，将疫情造成的损失降到最小。如跨境医疗、医美产业、功效营养科技等分支机构，推出了在线云直播课堂。为助力会员单位复工复产和业务发展，我会制订了八条措施。

抗衰老惠及广大人民群众健康福祉，是一项充满爱心的公益事业。中国抗衰老促进会以服务社会为己任，造福民众为目的。我会要紧跟国家疫情防控和恢复经济社会发展的战略部署，继续做好疫情防控工作，直至获取抗疫总决战的全胜。要总结抗疫经验，发扬抗疫精神，化风险为机遇，加倍努力，只争朝夕，努力完成全年各项工作任务目标。让我们共同努力，为人民群众的健康和抗衰老事业贡献更多力量！

中国抗衰老促进会

2020年2月6日



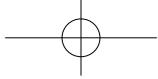
## 非常时期！ 非常关注！ 非常珍重！ ——中国抗衰老促进会领导视频电话慰问疫区同事

2020年春节的每一天，湖北省武汉市新型冠状病毒感染的肺炎疫情都牵动着全国人民的心，大家守望相助，一起驰援武汉。我会地处疫区的武汉绿安健膳方科技有限公司及常务理事单位武汉金康泰麟医疗管理有限公司同样牵动着理事长刘仁富及总会全体人员的心。

从疫情爆发以来，我会认真贯彻落实党中央和国务院决策部署，积极响应国家卫健委等有关部委的要求，第一时间发布疫情防控的温馨提示，理事长刘仁富针对疫区会员单位做出重点指示，

要求随时掌握动态信息。并亲自致电慰问疫区的常务理事单位及会员单位人员，通过单位负责人了解员工健康、出行情况及疫情变化。副理事长朱怡霖代表总会也曾多次致电相关单位，询问疫情进展和员工状况。

1月31日晚9时，由副理事长朱怡霖组织视频电话会议，理事长刘仁富在电话中向地处疫区的同事表示慰问，并对武汉绿安健公司在疫情期间所做的努力表示肯定和赞许。功效营养科技工作委员会主任陈忠良教授、总干事岳红文教授，



武汉绿安健膳方科技有限公司董事长谢小青、总经理洪求兵、外联部王俪静等列席。

据了解，武汉绿安健膳方科技有限公司面对突如其来的疫情迅速行动，一方面正在组织捐赠价值 100 万的健康饮品，支援奋战在一线的医护人员及患者。另一方面，组织专家制作公益课程、发布“餐桌看营养”及“抗疫小贴士”等科普栏目，通过营养计划 APP 发布，指导疫区群众做好疫情防控工作。功效营养科技工作委员会的陈忠良

教授及岳红文教授将率领专家团队，陆续在营养计划 APP 开展全优健康科普课程，深入开展防疫宣教工作。

理事长刘仁富对此表示高度赞赏，希望公司全体人员，在身处疫情前线的情况下，首先要做好个人的预防，同时结合防控需求，多做功效营养及食品卫生方面的公益科普宣传。他指出，坚持就是胜利，要坚定信心、努力奋斗，相信一定能打赢这场疫情阻击战！

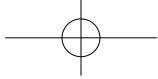
副理事长朱怡霖表示，总会支持功效营养科技工作委员会专家及武汉绿安健公司为疫区防控所做的工作，鼓励大家坚持，相信困难一定会过去！

绿安健公司董事长谢小青表示，绿安健不孤单，有总会的支持；武汉不孤单，有全中国的支持。目前公司全体员工怀着乐观向上的心态、战胜疫情的信心，在做好个人预防的同时，尽各自力量、举公司所能支持疫情的防控工作。坚守下去，相信疫情终将过去，春天必会到来。

功效营养科技工作委员会主任陈忠良教授及总干事岳红文教授，分别针对营养计划的课程方案提出了建议。

最后，理事长刘仁富鼓励大家继续坚持，众志成城，共克时艰。相信在党中央、国务院的坚强领导下，一定能打赢这场没有硝烟的疫情防控战。

绿安健加油！武汉加油！



## 中国抗衰老促进会 第二届常务理事会第二次会议在京召开

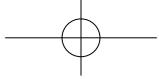
中国抗衰老促进会第二届常务理事会第二次会议于2019年12月28日召开。原卫生部副部长、党组副书记孙隆椿，以及来自全国各地的常务理事代表出席了本次会议，部分嘉宾列席会议。

会议由副理事长朱怡霖主持。首先审议通过新增理事单位名单、新增理事名单。

秘书长熊吉莹介绍了新增分支（代表）机构名单。接着她说明了修订后的《分支（代表）机构管理办法》的重点内容，各位参会的常务理事审议通过。



图为：副理事长朱怡霖主持会议



图为：标准与认证办公室主任肖连敏发言

我会自2018年成立标准与认证办公室以来，积极与国标委对接。今年9月3日，国标委正式批准我会作为团体标准制（修）订单位，我会根据国标委下发的相关管理办法制订了《团体标准管理办法》。会上，由标准与认证办公室主任肖连敏做了详细介绍。她首先说明了团体标准的定义、产生及发展，并汇报了当前已经正式启动的《抗氧化/抗衰老标准及评价体系》的情况。

随后，理事长刘仁富在会议上讲话。他从党建工作、制度建设、队伍扩充、科普宣传、公益活动、增添服务及学术研究等七个方面概括总结了2019年促进会的工作成绩。

2020年，是我国全面建成小康社会的收官之年。是贯彻健康中国行动的关键之年，也是促进会改革脱钩的重要一年。在这一年里，除

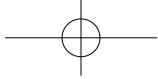


图为：秘书长熊吉莹发言

做好日常工作外，我会还要参加社团组织评级、完成改革脱钩、举办第二届抗衰老大会、成立顾问委员会，以及开展优秀会员、先进分支（代表）机构评选。任务重、要求高，必须始终坚持依法办会、科技兴会、产业强会三原则，继续真抓实干。

在新的一年里，我会将在党的十九大精神指导下，深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，牢记使命，砥砺前行，为助力健康中国行动，促进全面实现小康社会，作出新的更大贡献！

全体常务理事认为促进会2019年工作成效显著。特别是在今年上半年存在办公室搬迁等困难的情况下，仍然新增了15家分支（代表）机构、先后举办7个类别的培训项目、成功获得国标委



图为：理事长刘仁富发表讲话

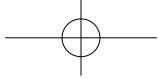
批准我会作为团体标准制（修）订单位、4项战略合作、5场公益活动、6个学术论坛，以及各项宣传材料的更新及完善等多项成绩，参会代表们表示充分肯定。

大家表示，作为促进会常务理事，将一如既

往地关心和参与促进会工作，充分发挥自身的优势与作用，为中国抗衰老促进会的健康稳步发展作出贡献。

会议圆满完成了预定的议程，在欢快轻松的氛围中落下帷幕。会后全体人员合影留念。





## 中国抗衰老促进会 第二届理事会第二次会议圆满闭幕

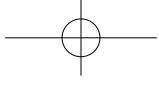
2019年12月28日，中国抗衰老促进会第二届理事会第二次会议在京召开。原卫生部副部长、党组书记孙隆椿；中国抗衰老促进会理事长刘仁富、副理事长朱怡霖等相关领导出席会议。来自全国各地的理事代表和企业嘉宾共计100余人参加本次会议。会议由副理事长刘星主持。

会议首先由理事长刘仁富作《第二届理事会第二次会议工作报告》，报告分两部分，第一部分是2019年工作总结。

刘仁富理事长表示，2019年我会以党的十九大精神为指导，在上级主管部门的直接领导下，在各位领导及顾问的具体帮助下，经过全体同仁的共同努力，促进会在以下7个方面取得了



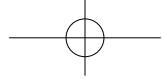
图为：副理事长刘星主持会议



图为：理事长刘仁富作《第二届理事会第二次会议工作报告》

进步。一是抓党建，增强政治意识。先后召开党支部会2次、组织“不忘初心 牢记使命”主题教育学习活动3次，讲党课2次；组织全体成员参观《复兴之路》大型展览，开展建国70周年纪念活动，参观新中国成立70周年成就展。贯彻《国务院关于实施健康中国行动的意见》，针对15项行动计划，紧密结合本会实际将方案分解细化。同时配合做好改革脱钩的前期准备。二是抓制度，强化内部管理。在日常工作中严格遵守各项规章制度，调整或完善制度。先后修订了《会费管理办法》、《团体标准管理办法》及《财务管理办法》等3项管理制度。顺利完成专家委员会换届，产生第二届专家委员会。共有委员61名，其中两院院士13名，新增委员23名。三是抓机构，壮大会员队伍。今年先后新增分支（代表）机构15家。截至2019年12月，我会现有分支（代表）机构51家。并且，今年新增理事单位20家、常务理事和副理事长单位各1家、新增个人理事33名。四是抓宣传，注重品牌建设。根据促进会发

展需要和工作实际，升级网站及微信公众号2大宣传平台，编制宣传手册、PPT、宣传片、内刊等4大宣传资料。五是抓公益，提升大众声誉。今年，我会组织或指导了四项健康工程或公益活动，包括：全国女性卵巢保护与抗衰促进工程、中国防癌工程”精准食养中国行、“一带一路”传统医药与医学峰会、“全民健康促进行动”。六是抓项目，增添服务内容。我会先后与中美华尔（北京）集团公司、华夏永康健康科技（北京）有限公司、人类健康组织、九芝堂集团公司等4个单位签订了战略合作协议。与中国国家培训网合作开展“健康养生专业技能”培训项目，已成功开设7项培训。今年9月，我会正式成为团体标准制（修）订单位，并于11月，正式启动《抗氧化/抗衰老标准及评价体系》团体标准的制订程序。七是抓学术，促进成果转化。今年我会组织和主办了5场活动，分别是：2019亚太美容养生博览会、2019华南地区抗衰老医美高峰论坛、中国（无锡）慢病与抗衰老管理峰会、营养科技



与营养医学峰会、紫亚兰国际抗衰老医美大会等。

2020年，是我国全面建成小康社会的收官之年。是贯彻健康中国行动的关键之年，也是促进会改革脱钩的重要一年。在这一年里，除做好日常工作之外，还要参加社团组织评级、完成改革脱钩、举办第二届抗衰老大会、成立顾问委员会，以及开展优秀会员、先进分支（代表）机构评选。任务重、要求高，必须始终坚持依法办会、科技兴会、产业强会三原则，继续切实做到六加强：加强党建，发挥支部作用；加强管理，提高服务质量；加强队伍，激发机构活力；加强宣传，扩大社会影响；加强科研，营造学术氛围；加强项目，开发优势资源。

刘仁富理事长提出在新的一年里，要以党的十九大精神为指导，深入学习贯彻习近平新时代

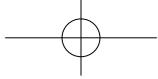


图为：副秘书长刘文高作《第二届理事会第二次会议财务报告》

中国特色社会主义思想，牢记使命，砥砺前行，为助力健康中国行动、促进全面实现小康社会，作出新的更大贡献。



图为：理事长刘仁富为新增理事单位授牌



图为：原卫生部副部长、党组副书记孙隆椿作总结讲话

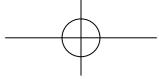
最后，原卫生部副部长、党组副书记孙隆椿作总结讲话，他对促进会 2019 年取得的成绩给予了高度评价，认为 2020 年的工作计划既兼顾全局又重点突出，既部署周密且要求严格。同时，他鼓励全体人员在刘仁富理事长的带领下，以党

的十九大精神为指导，不断提高政策法规和专业水平，增强社会组织管理经验和业务能力，一步一道足印，一年一级台阶，在助力健康中国行动、促进抗衰老事业发展方面，取得更大成就！

大会圆满成功，全体参会人员合影留念。



图为：理事长刘仁富为新增个人理事颁发证书



# 在第二届理事会第二次会议上的讲话

原卫生部副部长、中国抗衰老促进会顾问 孙隆椿

**各位理事、各位朋友：**

**大家上午好！**

在年终岁末之际，我们欢聚京城，召开中国抗衰老促进会二届二次理事会会议，感到非常高兴。我对会议的成功召开表示热烈祝贺！

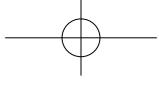
2019年是新中国成立70周年，我们通过参加纪念活动和参观成就展览，亲自目睹了祖国的沧桑巨变和辉煌成就，更加激发了我们的爱国热情和使命担当。刚才听取了仁富理事长代表理事会作的工作报告，切实感受到：报告开拓创新，求真务实。充分反映了一年来促进会在刘理事长领导下真抓实干，稳健发展的前进足迹。还有理事会的财务报告、新增理事和新设分支机构情况的报告，都让我们看到了促进会一年来取得的喜人成绩。我由衷地为中国抗衰老促进会持续努力、积极进取的精神和齐心协力的团队风貌点赞、叫好！

即将到来的2020年，是我国全面建成小

康社会、全面完成十三五规划的收官之年，也是贯彻落实健康中国行动的关键之年，任务光荣而艰巨。同样对抗衰老促进会来说，也是充满机遇和挑战的重要一年。我认真倾听了仁富理事长关于促进会2020年工作安排，包括党建、管理、队伍、宣传、学术和项目六个方面，既兼顾全面又突出重点，既周密部署又严格要求。尤其是其中改革脱钩和级别评审工作，内容繁、资料多、时间紧，各项任务也很重。

我殷切希望促进会新的一年，在仁富理事长的带领下，以党的十九大精神为指导，不断提高政策法规和专业水平，增强社会组织管理经验和业务能力，戒骄戒躁，再接再厉，一步一道足印，一年一级台阶，在助力健康中国行动、促进抗衰老事业发展方面，取得新的更大成就！

最后，祝福大家工作顺利、身体健康！并提前祝各位元旦快乐！谢谢！



# 第二届理事会第二次会议工作报告

中国抗衰老促进会理事长 刘仁富

## 第一部分 2019 年工作总结

2019年，是新中国成立70周年，是健康中国行动的推进之年，也是促进会第二届理事会的开局之年，我们以党的十九大精神为指导，在上级主管部门的直接领导下，在各位领导及顾问的具体帮助下，经过全体同仁的共同努力，促进会各项工作积极有序开展，取得了良好成效。

### 一、抓党建，增强政治意识

**我会在抓党建工作方面，今年主要做了五件事：**

**一是**召开党支部会2次、组织政治学习，分析党员现状，开展谈心及批评与自我批评。

**二是**组织3次“不忘初心 牢记使命”主题教育学习活动，讲党课2次；组织全体成员参观《复兴之路》大型展览，并把培养入党积极分子列入议题。

**三是**开展建国70周年纪念活动。以促进会名义撰写庆祝建国70周年纪念文章，在健康报、中国经济网等媒体上刊发；组织秘书处全体成员收看国庆阅兵及纪念活动；组织参观新中国成立70周年成就展。

**四是**贯彻《国务院关于实施健康中国行动的意见》。针对15项行动计划，紧密结合会实际，讨论并拟定贯彻落实具体方案，并将方案分解细化。

**五是**做好改革脱钩的前期准备。依据中办、

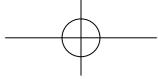
国办《关于行业协会与行政机关脱钩的通知》、国家十部委《关于脱钩改革的实施意见》，严格按照程序及要求办理脱钩前的财物登记、员工档案及组织关系。

### 二、抓制度，强化内部管理

**一是严格执行各项规章制度。**在日常工作中，既要严格执行国家的有关政策法规，又要认真遵守本会制定的规章制度。包括会务制度、审批制度、财务制度等，做到依法办会、按章办事。

**二是适时调整或完善制度。**根据我会业务发展需要，针对工作中遇到的问题，在调查研究基础上，先后修订了《会费管理办法》、《团体标准管理办法》及《财务管理办法》等3项管理制度。

**三是完成专家委员会换届。**今年6月30日，成功召开专家委员会换届大会，产生第二届专家委员会。组成成员通过单位推荐、本人同意、秘书处核查。共有委员61名，其中两院院士13名，新增委员23名。



### 三、抓机构，壮大会员队伍

根据《分支（代表）机构管理办法》，本着入会自愿、条件从严的要求，2019年先后新增分支（代表）机构15家。包括人口老龄化专业委员会、康养产业分会、健康管理工作委员会、科技成果转化工作委员会、功效营养科技工作委员会、皮肤慢病管理与健康促进分会、精神与心理健康工作委员会、预防保健分会、大湾区办事处、无锡健康养疗基地、西安科技成果转化基地、基层医药分会、女性生殖整形与修复分会、会展分会、川渝办事处等，是本会成立以来发展最多的一年。

截至2019年12月，我会现有分支（代表）机构51家。从开展活动、发展会员、缴纳会费，以及对外联络等方面，我们认为医美产业分会、跨境医疗分会、创新与应用分会、老龄工作委员会、抗衰工程推广工作委员会、医学美容专业委员会、科技成果转化工作委员会、市场工作委员会、乳腺健康分会、海南省办事处等，反响较好，成绩较为突出。同时，今年新增理事单位20家、常务理事和副理事长单位各1家、新增个人理事33名。

### 四、抓宣传，注重品牌建设

**根据促进会发展需要和工作实际，升级2大宣传平台，编制4大宣传资料：**

**第一，官网更新。**官网改版更新，增加党建工作、标准认证、科普宣传等版块。调整秘书处各部门工作版块，突出服务功能及会员管理。

官网版式上实现手机适配，方便手机浏览器

阅读，使读者更迅速更便捷的了解促进会的动态，官网与官方微信平台信息同步。

**第二，栏目升级。**增加官微菜单栏目，包括：基本情况、通知公告及机构动态等，便于信息查询、检索，完善宣传平台。

**第三，印制画册。**按照前后衔接、突出重点、简洁鲜活的要求，对原宣传册重新进行了调整和补充，做到了图文并茂，精致美观。

**第四，出版内刊。**出版2期，重点刊载本会的会议概况、工作进展、业务动态；以及有关政策解读、法规剖析和专家答疑等。

**第五，制作PPT。**包括基本概况，历史沿革、发展现状、前景规划，人手一份，便于统一宣传口径和提高宣讲效果。

**第六，宣传片改版。**对促进会的成立背景，发展历程、前景规划等内容，在原版的基础上，增加五年来的工作业绩及动态变化，内容详实生动，有较强的感染力。

### 五、抓公益，提升大众声誉

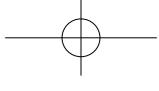
**今年，我会组织或指导了四项健康工程或公益活动：**

#### 一是全国女性卵巢保护与抗衰促进工程

我会与首都医科大学、北京妇产学会联合主办的“全国女性卵巢保护与抗衰促进工程”于6月11日在北京启动。全国人大原副委员长何鲁丽、原卫生部副部长殷大奎，以及全国知名专家和一带一路代表300人出席了启动仪式。

#### 二是“中国防癌工程”精准食养中国行

6月19日在雁栖湖，由市场工作委员会和全民健康工作委员会联办，原卫生部副部长孙隆



椿及各地代表 500 多人参加。

### 三是“一带一路”传统医药与医学峰会

由我会与九芝堂集团 9 月 7 日在中哈霍尔果斯合作区举办；同时，举行“心脑血管健康与抗衰老促进工程”启动仪式。

### 四是“全民健康促进行动”

抗衰老走进社区百城百站活动，9 月 28 日由创新与应用分会承办，将医疗技术及健康服务进入成都郫都区百姓家。

## 六、抓项目，增添服务内容

**首先**，本着互利互惠、共建共享原则，先后与中美华尔（北京）集团公司、华夏永康健康科技（北京）有限公司、人类健康组织、九芝堂集团公司等 4 个单位签订了战略合作协议。在此，要特别感谢杨帆董事长领导的华夏永康健康科技公司，为总会无偿提供宽敞舒适的办公场地。

**第二**，与中国国家培训网合作开展“健康养生专业技能”培训项目，已举办 3 期共 70 人的“营养保健师”“功效营养师”的师资培训，发展个人会员 38 名，教育培训基地 1 家；分别还为二级机构立项并开展了禅绕画心理咨询师培训、乳腺癌防治科普宣讲师培训、运动修复指导师培训、基层医院肿瘤规范诊治及微创技术学习班等 5 项培训。

**第三**，今年 6 月，本会正式向国标委申报团体标准注册资格，经过审核及公示，正式批准我会为团体标准制（修）订单位。11 月，标准与认证办公室主持召开《抗氧化 / 抗衰老标准及评价体系》团体标准工作组成立会议，正式启动《抗氧化 / 抗衰老标准及评价体系》团体标准的制订程序。

## 七、抓学术，促进成果转化

### 今年我会组织和主办了 5 场活动：

#### 1、2019 亚太美容养生博览会

6 月 23 日在宁波，由我会主办、理事单位宁波会展公司承办，有上百家企业、近万名代表参加。

#### 2、2019 华南地区抗衰老医美高峰论坛

6 月 24 日在深圳，由医学美容专业委员会主办，有 200 多名专家学者参加，收到了较好成效。

#### 3、中国（无锡）慢病与抗衰老管理峰会

由无锡健康养疗基地主办的中国（无锡）慢病与抗衰老管理峰会，于 6 月 24 日举办，会上对慢病的防治，以及与抗衰老的相互关联，进行了有益探讨。

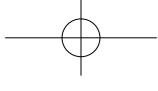
#### 4、营养科技与营养医学峰会

11 月 22 日功效营养科技工作委员会在博鳌亚洲论坛国际会议中心成立之际，召开营养科技与营养医学峰会，聚焦行业热点及难点，广泛开展学术交流。

#### 5、紫亚兰国际抗衰老医美大会

12 月 6 日 -8 日，第三届紫亚兰国际抗衰老医美大会在深圳召开。6 大主题、66 场分论坛、13 台手术演练，汇聚国内外 300 多位医学美容大咖登台演讲，4000 多名专业人员参会。

2019 年工作取得了明显成绩，民政部年检获得合格。但上半年因单位搬迁，给工作造成了一些影响；尤其年初制订的工作计划，如分支（代表）机构的调研、先进单位评选，以及会费缴纳等，都需要认真研究落实。抗衰老的理论研究和科普宣传也需要进一步加强。



## 第二部分 2020 年工作计划

2020年，是我国全面建成小康社会的收官之年。是贯彻健康中国行动的关键之年，也是促进会改革脱钩的重要一年。在这一年里，除做好日常工作之外，还要参加社团组织评级、完成改革脱钩、举办第二届抗衰老大会、成立顾问委员会，以及开展优秀会员、先进分支（代表）机构评选。任务重、要求高，必须始终坚持依法办会、科技兴会、产业强会三原则，切实做到六加强：

### 一、加强党建，发挥支部作用

党的十九大报告明确提出，要加强党的基层组织建设。确保党的路线方针和决策部署贯彻落实。

加强党支部建设和廉政建设，将党建工作与业务工作相结合，充分发挥党支部“推动发展、服务会员、凝聚人心、促进和谐”的政治核心作用；**一是根据脱钩后组织关系改变，做好联接工作；二是进行支部改选；三是发展新党员；四是保持主题教育成果，使大家始终“不忘初心 牢记使命”。**

### 二、加强管理，提高服务质量

当前，推行健康中国行动的新形势、以及社会组织改革脱钩和评级的新要求，既是机遇，也是挑战；既有动力，也有压力。关键是要更新观念、拓宽思路，不断提高管理和服务能力。

**首先，抓好班子建设。**秘书处工作班子直接关系到促进会的成效及声誉。要牢固树立法律意识、大局意识和服务意识，不断学习政策法规、抗衰老知识、社团组织管理经验，形成好学上进的学习风尚；充分调动和发挥大家积极性，集思广益，群策群力，坚决反对自由主义和不正之风，形成团结协作的工作氛围；完善服务功能和激励

机制，提高执行力和办事效率，形成诚信可靠的公众形象。同时，对重点部门及重点工作要逐步加强和充实。

**第二，严格按章办事。**在现有制度基础上，既要加强对执行情况的监督检查，又要根据工作进展和实际需要，及时进行调整补充或完善。要建立考评制度和淘汰机制，奖勤罚懒，优胜劣汰，引导大家遵纪守法、爱岗敬业，自觉维护本会声誉，维护正常工作秩序和合法权益。

**第三，认真筹划准备。**改革脱钩和社团评级，都是一个崭新而复杂的课题，需要在掌握政策、熟知内容的基础上认真筹划和准备。并指派专人负责，必要时聘请专家进行咨询或授课，以确保两项任务的顺利完成。

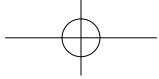
### 三、加强队伍，激发机构活力

随着分支（代表）机构数量增多，管理和服务的任务也越来越重。

**一是要**充分发挥各分支（代表）机构的积极性，在开发项目、开展活动、合作交流、以及提供服务方面，给予更多的支持和帮助。

**二是**通过考察调研、征求意见，专事专办等方式，有效解决遗留和新出现的问题。

**三是**开展优秀分支（代表）机构评优活动，



制定评级条件和审评流程，做到公正、透明。

**四是**继续坚持积极稳妥原则，不断发展组织机构、壮大会员队伍。今后发展重点放在大健康相关领域、地方代表机构、专项基金、基地建设四个方面。

**五是**开展各分支（代表）机构的信息交流和资源共享，逐步建立和形成全机构、全成员、全过程的管理体系与运行机制。

#### 四、加强宣传，扩大社会影响

要坚持以促进会为主体、抗衰老为主题、专家团队为主力，注重宣传工作的针对性、时效性和权威性。

**一要**充分利用官网及微信2大宣传平台，及时准确的进行信息发布和动态报道。

**二要**办好《中国抗衰老》杂志，成为会员和公众喜闻乐见的刊物；

**三要**出版发行抗衰老丛书，奠定抗衰老学术和传播方面的优势地位；

**四要**通过办班、开会、上课、讲座等形式，培养一支科普宣传队伍；

**五要**重点办好“第二届抗衰老大会”。计划于2020年4-5月，在西安与陕西省政府联合主办，将有1200-1500人参加，并举办多个分论坛，大型展览展示活动。

#### 五、加强科研，营造学术氛围

抗衰老科学研究，要坚持理论与实际相结合、传统与现代相结合、国内与国际相结合。要充分发挥专家委员会的专业指导和学术引领作用，定期组织专家开展学术研讨和课题研究。与各专业分支机构及有关院所联手，深入探讨并论证影响人体

的衰老因素、衰老特征、抗衰老措施，大力研发抗衰老实用技术、产品，促进抗衰成果转化。同时，还要组织开展专业技能培训和业务咨询服务。

#### 六、加强项目，增添开发后劲

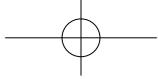
要多渠道多方式开发项目，既要抓短平快项目，又要抓中长期项目，逐步形成自身独有的特色项目和优势产业，为促进会的持续、稳定发展提供经济基础和物质保障。

**争取政府项目。**按照“健康中国”、“全面小康”建设规划要求，围绕有关部委的工作部署，发挥专家委员会在技术开发、项目评估、成果鉴定等优势，争取政府1-2个委托项目或购买服务项目，并确保优质、高效和安全。

**落实已有项目。**要强化项目策划、执行和评估力度，对于已有项目要按要求、按协议推进和完成，并及时宣传项目进展和所获成果。尤其是标准与认证、以及教育培训项目要办好，办出成效，成为助力促进会发展的重点项目。

**开发新的项目。**新项目筹划与开发，要注重项目内容与业务范围、社会效益与经济效益、自主创新与对外合作的有机统一，不断推进专业性、行业性项目拓展和延伸，为抗衰老技术、产品和服务提供更多更好的发展路径和模式，创立具有市场竞争力和国际影响力的知名品牌。

在新的一年里，我们要以党的十九大精神为指导，深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，牢记使命，砥砺前行，为助力健康中国行动、促进全面实现小康社会，作出新的更大贡献！



# 第二届理事会第二次会议财务报告

中国抗衰老促进会副秘书长 刘文高

在中国抗衰老促进会理事会及各位理事、会员单位的支持下，中国抗衰老促进会财务部严格遵守《社会团体管理条例》、《民间非营利组织会计制度》以及《中国抗衰老促进会财务管理办法》，认真有序地完成了2019年的各项财务工作，较好的发挥了财务管理在促进会各项工作中的重要作用。下面就2019年的财务状况和经营情况、以及2020年的财务预算向理事会做工作汇报，请各位理事提出宝贵意见。

## 第一部分 2019年财务工作总结

2019年促进会的财务状况基本稳定，截止12月底净资产总额为154.58万元，较2018年增加了51.8万元。

### 一、财务状况

截止2019年12月底，促进会资产总额为340.72万元，其中货币资金246.96万元，应收账款7.16万元，固定资产29万元；负债总额186.14万元，其中预收账款149.51万元；净资产总额为154.58万元（全部为非限定性净资产）。

### 二、2019年经营状况

#### （一）收入

**2019年促进会实现收入总额679.89万元，同比上年上涨了8.24%。**

其中：

1、会费收入104.96万元，同比上年上涨2.7%。会员发展虽然正稳步增长，但是2019年会费收取情况依然不容乐观。

2、捐赠收入为326万元，同比上年上涨了10.51%。主要来源于副理事长单位及分支（代表）机构为促进会所做的贡献，除此之外，已预收但暂未开票记入捐赠收入的款项，共计65万。

3、服务性收入248.93万元，同比上涨了8.23%。主要来源于会议服务收入。

#### （二）财务支出

**2019年全年费用总额为628.1万元，略低于上年费用总额。**

其中：

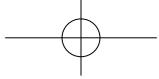
1、服务性收入对应的业务成本251.07万元；

2、秘书处人员工资、社会保险、福利、公积金等共242.03万元，目前秘书处人员21人，其中专职人员12人，兼职人员9人，人均实发工资月均8585元，同比上涨了8.3%；

3、对外宣传及网站建设等费用支出9.3万元；

4、业务招待费支出14.85万元；

5、其他费用总计110.85万元，包括咨询费、办公费、交通费、差旅费、车辆费用、折旧摊销等费用。



## 第二部分 2020 年财务预算

财务部以 2020 年工作计划为依据，同时参考过去两年相关的财务数据，经过认真地汇总、分析与测算，拟定了以下财务预算，请各位理事审议。

### 一、收入预算

**2020 年，促进会预算总收入为 850 万元，其中会费收入 210 万元，捐赠收入 300 万元，服务性收入 340 万元。**

1、2020 年促进会会费预算收入为 210 万元。促进会已历经 5 年的发展，在行业内已具有较强的影响力，接下来促进会还将加大宣传力度，逐步完善会员服务，以吸引更多的新会员加入，财务部将协同会员部做好 2020 会费收取工作，并继续本着“取之会员，用之会员”的原则，会员部不断提升服务水平，真正将良好的服务惠及按时缴纳会费的会员，同时对长期不缴纳会费的会员做适当调整。

2、2020 年促进会捐赠预算收入为 300 万元。为贯彻本会“促进抗衰老事业发展”的宗旨，促进会将与企业合作、开展一系列抗衰老的公益性活动，增加公益性定向捐赠。

3、2020 年促进会服务性预算收入为 340 万元。随着培训、标准制定和 50 多家分支机构工作的开展，业务收入将会有所提高。促进会继续坚持“以公益为主、收益为辅”的原则，更好地开发各类服务项目，充分发挥促

进会的资源平台优势，以将服务项目“做好”、“做强”“做出品牌”为指导思想，树立标杆，同时参与政府服务购买，在做好服务工作的同时，保证略有盈余，以维持促进会持续、良性的发展。

### 二、财务支出预算

**2020 年，促进会财务支出预算总金额为 800 万元。**

其中：

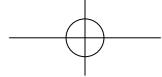
- 1、取得各项服务收入对应的业务成本 320 万元；
- 2、管理费用 380 万元；
- 3、会员服务成本 100 万元。

### 三、收支结余

**以上预算收支结余金额为 50 万元。**

在新一年的实际工作中，如有计划外的项目增加，财务部将根据实际情况，及时调整预算数据，并在项目实施过程中，合理管控费用成本，确保资金正常、良性运转。

**经过五年的发展，促进会的各项财务指标基本稳定，经营情况良好；2020 年，财务工作将秉持“以会养会、量入为出、勤俭办会、规范管理”的基本方针，合理安排经费支出，力争实现财务收支平衡、略有节余，为促进会 2020 年各项工作的顺利开展提供好服务。**



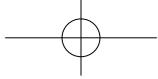
## 中国抗衰老促进会 分支（代表）机构座谈会在京举行

2019年12月28日，中国抗衰老促进会召开分支（代表）机构座谈会，原卫生部副部长、党组副书记孙隆椿，中国抗衰老促进会理事长刘仁富，副理事长朱怡霖、刘星，标准与认证办公室主任肖连敏，秘书长熊吉莹，民政部社会组织管理局社团管理二处处长张军，以及来自全国各地的分支（代表）机构负责人，共计80多人出席了本次会议。会议由秘书长熊吉莹主持。

促进会经过5年的发展，截至2019年12月，已批准成立分支（代表）机构51家，其中分支（代表）机构36家，办事处6家，基地8家，基金1家。理事长刘仁富在《第二届理事会第二次会议工作报告》中对发展迅速，活动丰富，业务水平较高、工作成绩突出的几家机构，提出了重点表扬，分别是：医美产业分会、跨境医疗分会、创新与应用分会、老龄工作委员会、抗衰工程推广工作委员会、医学美容专业委员会、科技成果转化工作委员会、市场工作委员会、乳腺健康分会、海南省办事处等。会上，这几家机构的负责人或代表分别介绍了成功经验。



图为：秘书长熊吉莹主持会议



跨境医疗分会会长顾欣介绍了立足资源对接、技术推广、集中交易、法律援助，以及行业规范五大优势的业务发展模式，并分享了借鉴国外学协会发展经验的案例，计划 2020 年在以下三个方面进一步推进分会的工作，第一，推出国际医学博览会，邀请全球最顶尖的 100 位医生到会分享交流；第二，推出系列有价值的服务，形成优势产品；第三，发展会员，争取达到 100 个会员单位。



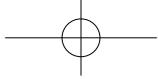
医美产业分会会长王晓沛重点介绍了刚刚成立的粤港澳大湾区办事处的工作任务及宗旨。同时也分享了已经举办了三届的紫亚兰国际抗衰老医美大会的成功经验。



老龄工作委员会主任孙存普介绍了正式启动的《抗氧化 / 抗衰老标准及评价体系》的相关情况，并表示 2020 年将深入研究总结三抗（抗氧化、抗辐射、抗衰老）方面的理论及技术方案。



抗衰老工程推广工作委员会主任孙建勋分享了整体抗衰老系统工程宣传教育的推广工作，以及先后组织了 600 多场培训活动的经验。他表示，2020 年，分会将在连续成功举办了 14 届抗衰老文化节的基础上，启动第 15 届，以进一步宣传整体抗衰老工程，推广核心产品。



市场工作委员会总干事曹作安介绍了利用 AI 技术及机器人实现的微门诊项目，该项目已成为市场工作委员会面向市场提供的主要服务项目之一，未来发展前景爱乐观。



医养结合工作委员会干事吴军介绍了委员会重点推广的标杆项目“心康小镇”的优势及特点，并表示，未来将在多地选址兴建，将优秀项目推广到全国，让更多的老年人受益。



功效营养科技工作委员会干事刘明月代表主任陈忠良教授介绍了今年成功开展的 3 期培训，以及成功上线的营养计划 APP。明年，委员会将在学术交流、学组建设、培训应用，以及服务推广等方面继续努力。

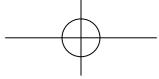


创新与应用分会总干事吴隽介绍了分会成立以来，成功开展的“健康中国 2030 高峰论坛”、“一带一路国家研讨会”以及抗辐射与抗衰老产品的研发、抗衰老走进成都郫都区百姓家公益活动。明年该公益活动将结合推进健康中国行动计划，走进社区百城百站。



科技成果转化工作委员会主任暴超峰说明了委员会的工作任务及成果，当前已经在陕西成功建立了一家科技成果转化基地，在此基础上，明年计划分别建立粤港澳大湾区创新中心、江浙沪地区转化基地、北京总部基地、贵州医疗康养基地等四家。

经验交流环节给大家带来了很大启发，与会代表认真倾听、记录、拍摄重点内容，场面热烈。



副理事长朱怡霖介绍了今年的培训项目情况，并要求分支机构开展的各项培训遵照《培训管理办法》在总会备案后实施。



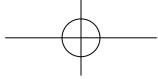
标准与认证办公室主任肖连敏介绍了团标工作成绩及下一步启动团标工作的目标。



副理事长刘星介绍了明年即将召开的第二届中国抗衰老大会的筹备情况，并号召各分支（代表）机构发挥自身优势资源，积极配合，争取抗衰老大会的成功召开。



此次会议的特邀领导，民政部社会组织管理局社团管理二处处长张军，结合我会分支（代表）机构的发展，针对一些需要注意的问题，依据民政部《社会团体分支机构、代表机构登记办法》、《民政部关于贯彻落实国务院取消全国性社会团体分支机构、代表机构登记行政审批项目的决定有关问题的通知》、《民政部、财政部、中国人民银行关于加强社会团体分支（代表）机构财务管理的通知》等文件精神，围绕分支机构管理要求、分支机构财务管理、通常分支机构管理中存在的问题、分支机构违规处理、分支机构管理模式等几个方面做了重点培训。张军处长的培训获得了与会人员的高度重视，大家认真学习，充分认可，纷纷表示此类培训非常有益。

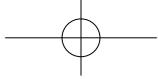


最后，理事长刘仁富作总结发言。他首先用“时间虽短、受益匪浅”，“即是一堂生动的管理课，又是一桌珍馐盛宴”的评价，对张军延长的培训表示了肯定。他指出，分支（代表）机构的发展与管理，是社团日常工作的重中之重，在当前政策好、市场大、项目新的优势下，我会

发展迅速，但是，更应该始终保持头脑清醒、经常认真反思，严格审批流程及各项日常管理工作，确保良性可持续性发展。

大会在紧张而热烈的气氛中结束，代表们的交流意犹未尽，会后三五成群，互留信息，相约互访。





# 中国抗衰老促进会

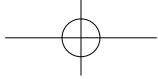
## 疫情防控和复工复产工作电视电话会议 暨分支（代表）机构工作线上通气会

2020年3月25日

### 中国抗衰老促进会 召开疫情防控和复工复产工作电视电话会议

为全面贯彻落实党中央、国务院决策部署，积极响应“抓紧疫情防控、有序复工复产”的号召，中国抗衰老促进会于3月25日下午，在位于北京的总会会议室召开了“疫情防控和复工复产工作电视电话会议”暨“2020年分支（代表）机构工作线上通气会”。本次会议旨在回顾疫情防控工作的实施情况，推出支持会员单位复工复产八条措施，布置安排今年各项业务工作。

时逢新冠疫情防控期间，为避免人员密集，产生防控隐患，促进会创新工作方式，首次通过电视电话会议的形式召开此次会议。理事长刘仁富、副理事长朱怡霖、刘星、秘书长熊吉莹、副秘书长刘文高和秘书处各部门负责人现场出席，遍布全国的30多个分支（代表）机构的负责人共56人通过移动终端电话、视频会议系统接入主会场参加会议。



副理事长朱怡霖主持会议并首先介绍总会职能部门负责人和分工，并对教育培训、专家委员会和标办今年的部分重点工作进行了介绍。



副理事长刘星就项目开发及外联工作进行了说明。

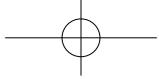


**坚持防控与业务并举。**秘书长熊吉莹回顾了促进会疫情防控工作的情况，宣布了为促进会员单位复工复产制订的八条助力措施，还扼

要说明了分支（代表）机构服务管理、会员发展、宣传和学术方面今年的工作重点。她介绍说，疫情发生以来，我会坚决贯彻党中央和国务院的防控决策部署，全面部署，科学防控，全会范围内未有疫情发生报告。捐赠各类防控物资数万件，折合价值超过 2000 多万元，个人自愿捐款十万余元，通过自媒体发布防疫知识和健康教育约 200 篇，发表学术论文、科研报告、向政府建言献策 20 篇次，在全国新闻媒体上宣传报道 10 多场次。近 30 个分支（代表）机构，以多种形式参与和支持所在地、疫区和全国疫情防控工作，主动作为，彰显责任担当。当前，我国抗疫战取得重大成果。经济社会生活积极有序恢复。总会秘书处 2 月 3 日即有序复工，2 月 17 日全员复工，因时制宜，制订和优化工作计划。我会要总结抗疫经验，发扬抗疫精神，加倍努力，争取完成全年各项工作任务目标。



**助力管理与服务同步。**会员部负责人焦红瑞介绍了今年为加强对分支（代表）机构服务管理将推出的两项工作。一是，分支（代表）机构指派信息联络员，在批准的业务范围，报送年度工作开展、业务培训、学术交流、抗衰老方面的前沿动态等信息，及时向总会反映需要解决的问题和意见建议。二是筹备开展优秀分支（代表）



机构评选活动。从基础条件、内部管理、工作绩效和外部评价 4 个方面，拟制《中国抗衰老促进会优秀分支（代表）机构评选标准》和实施流程，今年 5-10 月分支（代表）机构进行准备并自评，10-11 月组织专家进行评估，年底前进行表彰和总结。此举将激发分支机构活力，增进分支机构的能力和水平提升。

推进信息与资源共享。抗衰工程推广工作委员会主任孙建勋、功效营养科技工作委员会总干事岳红文教授、创新与应用分会总干事吴隽代表分支（代表）机构在线发言，分享防控疫情和复工复产经验。



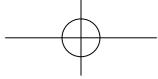
创新与应用分会在防疫抗疫期间，利用微信平台发表了 20 余篇科普文章，帮助居家防疫、增强免疫力，受到广泛好评，从膳食、运动、心理、睡眠、功能医学、芳香防疫、中医非药物治疗、慢病患者的防疫方法等方向，详细阐述了居家防疫的要点。与绿地、平安好医生等网络平台共同参与社区网上义诊，帮助了非新冠病毒引起的发烧人员，安抚了患者的恐慌情绪。与天津武清养老院合作提供线上老年人防疫的义务帮助，包括脑营养、老年心理、老年运动等方向的指导。受邀参与携程推出的“复兴 V 计划”，开展线上“心向阳光，共同防疫”的心理疏导万人公益活动。



抗衰工程推广工委发起单位洛阳新春都制药有限公司响应抗疫需要，2 月 3 日起安排加班和复产，组织 VC 等抗疫物资生产，保障一线抗疫需求。向洛阳老城区捐赠抗疫药品和消毒酒精。其产品维生素 C 被上海市卫健委列为新冠肺炎预防用药。孙建勋主任任组长亲自挂帅，部署防控，组织非生产一线员工远程办公，组织锻炼八段锦，及早全面复工复产。受到当地政府肯定和表扬。



功效营养科技工作委员会发起单位绿安健公司地处武汉疫区，防控自救的同时，捐赠价值 100 万的健康饮品支援武汉医院抗击疫情。功效营养科技工委发挥专家团队的专业优势，在疫情防控期间在全国各地 20 多个 500 人的微信群，开设抗疫和营养健康直播健康讲座 12 次，发布功效营养与抗疫微信稿 5 篇。收听群众达上万人次。发表《居家隔离，防疫功效营养专家共识》，为全国百姓居家隔离期间提供专业指导。



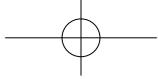
刘仁富理事长在总结讲话时，向各分支（代表）机构及负责人，在防疫战中作出的努力和贡献，表示由衷的感谢和敬意。他说，这次在特殊时期召开的线上会议，既是防控工作小结会，也是业务工作动员会。他对会议的成功召开给予表扬与肯定。他

说，要全面贯彻落实党中央“一手抓疫情防控，一手抓复工复产”的要求，认真抓好本机构的各项工作。今年我会面临改革脱钩，评审升级以及提质增效，任务重、时间紧、要求高，他希望大家牢记使命，开拓创新，增强风险意识、责任意识、法律意识、全局意识，以更加饱满的热情和斗志，更加优异的表现和业绩，圆满完成任务，为建设“健康中国”作出积极贡献。



会议历时约1个小时，通过音、视频实时传送、在线文件共享，向参会人员传达了促进会近期重

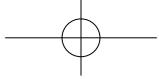
点工作安排，创新的会议形式也得到参会人员的一致好评。



## 《关于促进老年用品产业发展的指导意见》解读

来源：中国政府网

2019年12月31日，工业和信息化部、民政部、国家卫生健康委员会、国家市场监督管理总局、全国老龄工作委员会办公室联合印发了《关于促进老年用品产业发展的指导意见》（工信部联消费〔2019〕292号）（下称《指导意见》）。现就《指导意见》有关内容解读如下。



### **问：《指导意见》出台的背景和意义是什么？**

答：目前，人口老龄化是我国的基本国情，亟需加以积极应对。与老龄发达国家相比，我国老年用品产业发展较为滞后，产品种类相对匮乏，有效供给明显不足。《指导意见》出台的意义在于：

一是明确老年用品产业重点领域。《指导意见》作为国家层面第一个促进老年用品产业发展的引导政策，首次明确了老年用品产业重点领域，希望调动各方积极性，加快构建老年用品产业体系，不断满足多层次消费需求。

二是引导老年用品产业高质量发展。截至2018年底，我国60岁以上老年人口已超过2.4亿，占总人口的17.9%，老年消费群体需求的多样性和高标准将促使老年用品产业持续发展。《指导意见》基于对老年用品市场需求、行业现状的考虑，更多强调创新驱动，引导产业高质量发展。

三是建立横向纵向联系促进产需对接。当前，制约老年用品产业发展的突出问题是产需缺乏有效衔接。《指导意见》由工业和信息化部、民政部、卫生健康委、市场监管总局、全国老龄工作委员会办公室联合发布，从部委层面建立供需横向联系，向下指导地方相应部门建立纵向联系，共同推进建设地方老年用品产业园区、培育创新型企业加快老年用品关键技术和产品的研发、建立中国老年用品指导目录、开展重点产品试点示范工程、开展“孝老爱老”购物节等措施落地。

### **问：《指导意见》包括哪些主要内容？**

答：《指导意见》包括总体要求、促进老年用品产业发展的十五项工作和组织实施的内容。其中促进各领域老年用品创新发展为第一至第五

项内容，夯实老年用品产业发展基础为第六至第十项内容，加大组织保障实施力度为第十一至第十五项内容。

### **问：《指导意见》的总体要求是什么？**

答：《指导意见》以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻落实党的十九大和十九届二中、三中、四中全会精神，践行新发展理念，深化供给侧结构性改革，实施创新驱动发展战略，培育龙头骨干企业，激发产业发展内生动力，丰富产品品种、提升产品品质、创建产品品牌，深化互联网、大数据、人工智能、5G等信息技术与老年用品产业融合发展，逐步构建完善的老年用品产业体系，增强适应老龄化社会的产业供给能力，不断满足老年人多样化、多层次消费需求。

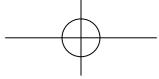
《指导意见》提出了到2025年的发展目标：老年用品产业总体规模超过5万亿元，形成技术、产品、服务和应用协调发展的良好格局。

### **问：《指导意见》如何促进各领域老年用品创新发展？**

答：根据市场需求，将老年用品归纳为五大领域，依据产业特点、发展现状和趋势，明确了每个领域的发展方向。一是发展功能性老年服装服饰，二是发展智能化日用辅助产品，三是发展安全便利养老照护产品，四是发展康复训练及健康促进辅具，五是发展适老化环境改善产品。

### **问：《指导意见》如何夯实老年用品产业发展基础？**

答：《指导意见》强调了产业发展基础的重



点内容，分别为：六是增强产业创新能力。构建以企业为主体、政产学研用紧密结合的自主创新体系，开展老年用品产业关键共性技术、重点产品的联合攻关及创新平台建设等。七是加快构建标准体系。全面梳理和完善老年用品产业相关领域标准体系，制修订一批关键亟需的产品和技术标准。八是提升质量保障水平。开展质量比对、质量攻关、质量改进等活动。建设标准化、专业化的老年用品第三方质量测试平台等。九是推动智能产品应用。提升适老产品的智能水平，开展家庭、社区服务中心、养老机构、医院等多种应用场景的试点，建设一批智慧健康养老示范企业、街道（乡镇）和基地。十是强化知名品牌建设。培育老年用品博览会、设计大赛等活动，利用媒体等传播渠道，加强品牌宣传。

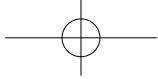
### 问：《指导意见》如何加大组织保障实施力度？

答：《指导意见》为加大组织保障实施力度，提出了具体措施。十一是发挥地方优势，培育经济新增长点。支持有产业基础的地方结合实际制定产业规划及相关政策措施，建设老年用品产业园区，发展地方特色老年用品产业，加快模式创新，培育经济新增长点。十二是加大创新投入，提升产品供给能力。利用现有资金渠道，支持老年用品关键技术和产品的研发、成果转化、服务创新及应用推广。十三是完善产业政策，推进行业应用推广。建立老年用品目录，开展智慧健康养老应用试点示范等。十四是优化消费环境，培育规范消费市场。建立老年用品领域标准化信息服务平台。开展“孝老爱老”购物节活动，鼓励各大电商、零售企业在重阳节期间集中展示、销售老年用品。十五是发挥协会作用，提高行业服务能力。指导行业协会在标准制修订等方面积极发挥作用。鼓励行业协会定期发布需求信息等。

### 问：《指导意见》如何组织实施？

答：工业和信息化部会同民政部、国家卫生健康委、市场监管总局、全国老龄工作委员会办公室强化在政策、标准、行业管理等方面的沟通协作，共同研究解决老年用品产业发展中遇到的重大问题，加强对地方相关工作的指导，开展工作成效评估，总结先进经验并向全国推广。各地工业和信息化主管部门要会同民政、卫生健康、市场监管、老龄办主管部门制定促进老年用品产业发展的年度目标和工作计划，及时上报工作进展以及老年用品产业发展成效。

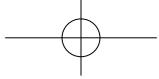




## 《关于建立完善老年健康服务体系的指导意见》解读

来源：国家卫健委老龄健康司

近日，经国务院同意，国家卫生健康委、国家发展改革委、教育部、民政部、财政部、人力资源社会保障部、国家医保局、国家中医药局等8部门联合印发《关于建立完善老年健康服务体系的指导意见》（国卫老龄发〔2019〕61号，以下简称《意见》），现将有关要点解读如下。



## 出台《意见》的背景和意义是什么？

我国正处于人口老龄化快速发展阶段，截至2018年底，60岁及以上老年人口达2.5亿，2018年我国人均预期寿命为77.0岁。健康是保障老年人独立自主和参与社会的基础，推进健康老龄化是积极应对人口老龄化的长久之计。我国老年人健康状况不容乐观，2018年我国人均健康预期寿命仅为68.7岁，老年人平均有8年多的时间带病生存，患有一种以上慢性病的比例高达75%，患病人数接近1.9亿，失能和部分失能老年人超过4000万，老年人对健康服务的需求愈发迫切。

党中央、国务院高度重视老年健康工作。在2016年全国卫生与健康大会上，习近平总书记强调，要把人民健康放在优先发展的战略地位，努力为群众提供全生命周期的卫生与健康服务，为老年人提供连续的健康管理服务和医疗服务。《“健康中国2030”规划纲要》提出，要为老年人提供治疗期住院、康复期护理、稳定期生活照料、安宁疗护一体化的健康和养

老服务。2018年党和国家机构改革中，组建了国家卫生健康委员会，全国老龄工作委员会的日常工作也交由国家卫生健康委承担，并设立了老龄健康司，建立完善老年健康服务体系是国家卫生健康委员会的新增职责之一。

为解决老年健康服务体系不健全，有效供给不足，发展不平衡不充分的问题，国家卫生健康委联合国家发展改革委等8部门印发了《意见》。《意见》是我国第一个关于老年健康服务体系的指导性文件，有利于促进资源优化配置，逐步缩小老年健康服务的城乡、区域差距，促进老年健康服务公平可及；有利于激发市场活力，鼓励社会参与，满足多层次、多样化的老年健康服务需求；有利于引导全社会广泛参与，共同促进老年健康服务的有序发展；有利于促进预防关口前移，对影响健康的因素进行干预。《意见》的实施，对加强我国老年健康服务体系的建设，提高老年人健康水平，推动实现健康老龄化具有重要的里程碑意义。

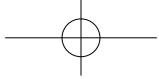
## 《意见》有哪些主要内容？

《意见》按照老年人健康特点和老年人健康服务需求，提出要构建包括健康教育、预防保健、疾病诊治、康复护理、长期照护、安宁疗护的综合连续、覆盖城乡的老年健康服务体系，围绕这6个环节，提出了工作任务和目标。

**第一部分总体要求。**明确了指导思想、基本原则和主要目标。提出到2022年，老年健康相关制度、标准、规范基本建立，老年健康服务机构数量显著增加，服务内容更加丰富，服务质量明显提升，服务队伍更加壮大，服务资源配置

更趋合理，综合连续、覆盖城乡的老年健康服务体系基本建立，老年人的健康服务需求得到基本满足。

**第二部分主要任务。**一是加强健康教育。面向老年人及其照护者开展健康教育活动，促进老年人形成健康生活方式，提高老年人健康素养。营造关心支持老年健康的社会氛围。二是加强预防保健。加强老年人健康管理，把老年人满意度作为重要评价指标，每年组织开展一次绩效评价。做实家庭医生签约服务。开展老年人营养改善行



动，监测、评价和改善老年人营养状况。加强老年人群重点慢性病的早期筛查、早期干预及分类管理。宣传失能预防核心信息，降低老年人失能发生率。加强适老环境建设和改造，减少老年人意外伤害。重视老年人心理健康。三是加强疾病诊治。完善老年医疗资源布局，建立健全以基层医疗卫生机构为基础，老年医院和综合性医院老年医学科为核心，相关教学科研机构为支撑的老年医疗服务网络。到2022年，二级及以上综合性医院设立老年医学科的比例达到50%。重视老年人综合评估和老年综合征诊治。全面落实老年人医疗服务优待政策，开展老年友善医疗卫生机构创建活动。到2022年，80%以上的综合性医院、康复医院、护理院和基层医疗卫生机构成为老年友善医疗卫生机构。四是加强康复和护理服务。充分发挥康复医疗在老年医疗服务中的作用，为老年患者提供早期、系统、专业、连续的康复医疗服务。建立完善以机构为支撑、社区为依托、居家为基础的老年护理服务网络。加强护理、康复医疗机构建设，到2022年，基层医疗卫生机构护理床位占比达到30%。五是加强长期照护服务。探索建立从居家、社区到专业机构的失能老年人长期照护服务模式。实施基本公共卫生服务项目，为失能老年人上门开展健康评估和健康服务。支持社区嵌入式为老服务机构发展。依托护理院（站）、护理中心、社区卫生服务中心、乡镇卫生院等医疗卫生机构以及具备提供长期照护服务能力的社区日间照料中心、乡镇敬老院等养老机构，为失能老年人提供长期照护服务。增加从事失能老年人护理工作的护士数量。开展职业技能培训和就业指导服务，充实长期照护服务队伍。六是加强安宁疗护服务。推动医疗卫生机构

开展安宁疗护服务，探索建立机构、社区和居家安宁疗护相结合的工作机制，形成畅通合理的转诊制度。完善安宁疗护服务收费项目及标准，稳步扩大安宁疗护试点。

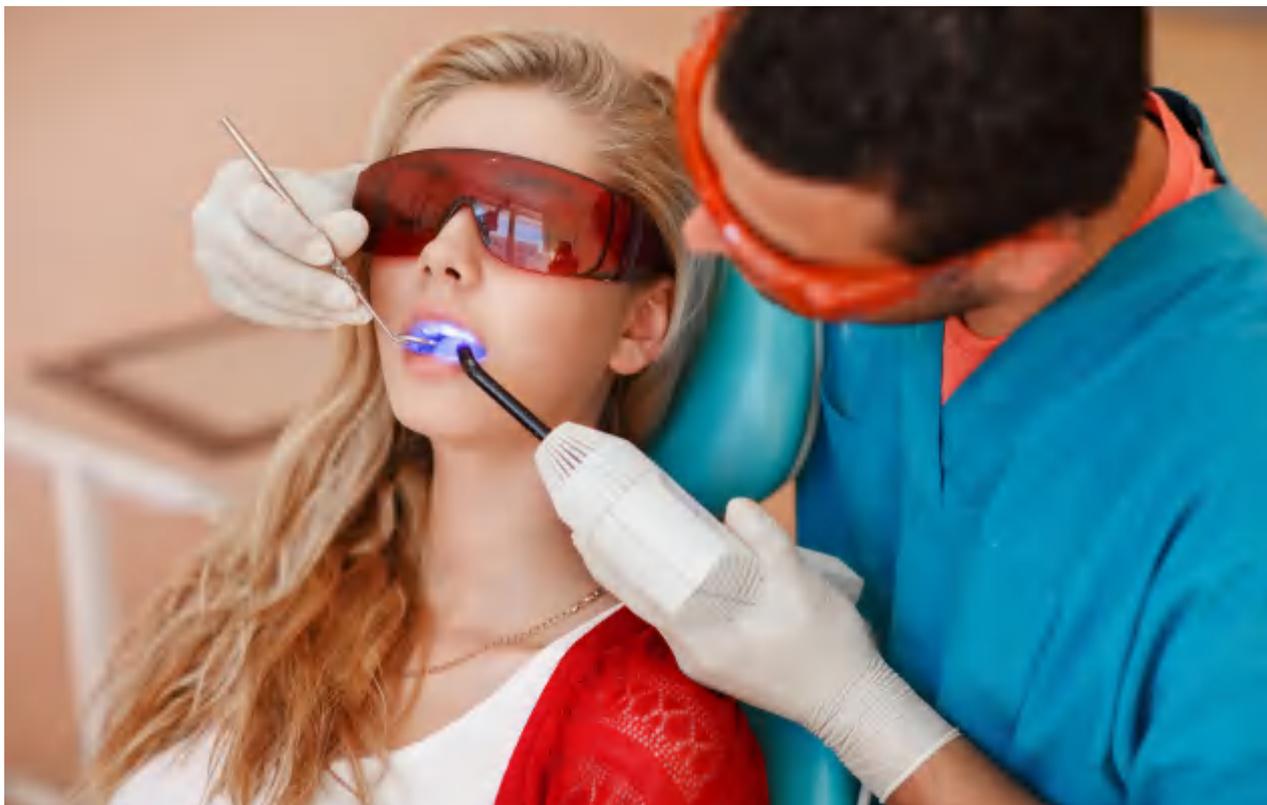
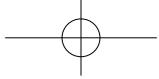
**第三部分保障措施。**一是强化标准建设，包括老年人健康干预及评价、长期照护服务、长期照护专业人员职业技能、老年健康服务机构等标准，研究完善上门医疗护理和家庭病床服务的内容、标准、规范及收费和支付政策。二是强化政策支持，在土地供应、政府购买服务等方面对老年健康服务发展予以支持。三是强化化学科发展，支持老年健康相关预防、诊断、治疗技术和产品研发，引导普通高校和职业院校开设相关专业和课程。四是强化队伍建设，建立老年健康服务人员培训机制，建设培训基地，完善老年健康相关职业资格认证制度和以技术技能价值激励为导向的薪酬分配体系。五是强化信息支撑，加强相关信息系统建设，促进数据的汇集和融合，积极探索“互联网+老年健康”服务模式。六是强化组织保障，建立政府主导、部门协作、社会参与的工作机制。

### 如何保障《意见》的贯彻落实？

**一是强化培训指导。**开展业务培训，加强对文件的宣传解读，提高认识，形成合力，完成目标任务。

**二是强化标准建设。**抓紧制定完善老年健康相关制度、标准、规范，为各项老年健康服务提供遵循。

**三是强化监督评估。**加强对《意见》落实情况的督促检查和工作评估，确保各项政策措施落地落实。

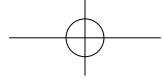


## 新型冠状病毒肺炎防控期口腔卫生保健问答

中国科学院院士 王松灵

首都医科大学附属北京口腔医院副主任医师 周建

目前在党中央的领导下，全国人民万众一心，积极投入到抗击新型冠状病毒肺炎的阻击战。新型冠状病毒肺炎是一类新传染病，传播途径主要有呼吸道飞沫传播和接触传播，这些传播途径都与口腔和口腔诊疗有着密切的关系。因此，为防止交叉感染，阻止疫情扩散，全国大部分地区口腔医疗机构暂缓常规门诊。针对疫情期间如何做好口腔防护与保健，笔者结合新型冠状病毒肺炎特点及口腔诊疗经验，就疫情防控期口腔卫生保健与口腔常见病处理方法的 10 个常见问题进行回答。



## 1

### 新冠病毒肺炎的传播特点是什么？

2019年12月，湖北省武汉市陆续发现多例新型冠状病毒肺炎患者，随后，全国及境外感染病例数迅速上升，已明确新型冠状病毒存在家庭或医院人际传播，传播途径主要有呼吸道飞沫传播和接触传播。国家卫计委发布的《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗指南（试行第五版）》指出，该病毒传播具有无症状感染者也可能成为传染源和人群普遍易感的流行病学特点，为疫情的防控带来极大的复杂性。因此，切断新型冠状病毒传播途径、减少人际传播，对阻止疫情进一步扩散十分重要。

## 2

### 口腔诊疗有哪些特殊性值得关注？

口腔治疗使用的高速涡轮手机、高频超声洁治器等设备可能产生混合患者血液、唾液等体液的水雾、飞沫和气溶胶，这些飞沫和气溶胶在以患者为中心0.6米范围内浓度最高，在距离患者口腔1.5米处的气溶胶中细菌含量比较高。目前已经明确，包括与新型冠状病毒同属的非典（SARS）冠状病毒在内的多种致病微生物可经飞沫等传播。因此，若有潜伏期感染患者或无症状感染者在不知情的情况下就诊极易导致疫情蔓延。为防控疫情的进一步扩散，全国多地口腔医疗机构相继发布了暂缓常规门诊，仅保留急性牙痛、牙外伤、口腔颌面外伤和感染等急性诊疗的通知。

## 3

### 新冠病毒是否会感染口腔细胞与器官？

最新的研究表明，新型冠状病毒通过与细胞血管紧张素转化酶2（ACE2）受体结合而致病，而ACE2在口腔黏膜、鼻咽、肺、小肠均有表达。呼吸系统的病毒感染，也常导致口腔黏膜和唾液腺

感染，并通过大小唾液腺分泌的唾液作为主要载体和媒介传播。利用恒河猴为动物模型，证实呼吸道来源的SARS冠状病毒可以感染唾液腺导管上皮细胞，并通过主要由唾液构成的飞沫进行传播。

## 4

### 如何有效阻断新冠病毒传播？

首先，每个人都要戴口罩，可有效阻断外源性病毒进入口腔、鼻腔和呼吸道，避免病毒感染口腔、鼻腔黏膜以及呼吸道。多漱口及刷牙可以有效清除口腔内的病菌病毒等病原微生物。勤洗手，保持房间的通风，洗热水澡有助于阻断病毒传播。

## 5

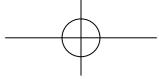
### 新冠病毒肺炎防控期间口腔卫生维护的要点有哪些？

良好的口腔卫生是口腔及全身健康的基本保障。“刷牙漱口用牙线，洁牙护龈促健康”是2019年全国爱牙日的活动主题，这也是口腔日常保健的基本要求。牙菌斑是龋病和牙周病发生的始动因子，为避免牙菌斑在牙面聚集，刷牙是清除牙菌斑，保持口腔清洁最有效、最易行的物理方法。每天坚持刷牙，特别是餐后和睡前，才能持续、有效地控制牙菌斑形成，预防龋病和牙周病的发生及进展。对于牙刷不易清洁到的牙齿邻面等部位的食物残渣、牙菌斑等，还需借助牙线、牙间隙刷以及冲牙器进行清洁，以保持口腔环境的健康清洁，同时，应注意漱口，特别是在外出回来和餐后，清水或淡盐水漱口都可以有良好的效果。漱口水也可以起到清洁口腔的作用。

## 6

### 新冠病毒肺炎防控期间饮食需要注意哪些？

饮食上以清淡容易消化为主，服用维生素C，多吃水果蔬菜等都有助于提高机体抵抗病菌的能力，达到预防疾病发生的目的；保证优质蛋白（蛋类、豆制品、鱼肉等）的摄入；多饮水、喝茶可



帮助排出机体毒素。目前已明确龋病，特别是儿童龋病的发生与进食频率和食物性质明显相关。进食频率增加可导致牙菌斑中产酸细菌代谢增强，糖和碳酸型饮料同样可增加微生物的代谢时间，最终导致口腔长时间处于酸性环境，增加牙齿发生龋坏的风险。因此，应尽量减少每天吃糖的次数，少喝碳酸饮料，进食后用清水漱口。

## 7 刷牙总是牙龈出血怎么办？

大多数牙龈出血是口腔卫生不良，牙菌斑、牙结石堆积、刺激牙龈而导致牙龈炎的临床症状之一。常表现为漱口、刷牙、进食（咬水果）以及吸吮时牙龈出现渗血，所吃食物及牙刷刷毛上可见淡红色血印以及唾液中可见少量血丝。如果出现以上症状，应进行良好的口腔卫生维护，每次进食后使用正确的刷牙方式刷牙，每次三分钟。还应该使用牙线、牙缝刷或冲牙器清洁牙齿邻面。一般情况下，做到以上几点，牙龈出血症状应该会有所改善。待疫情控制后，前往牙周科进行全面的牙周系统检查及治疗。

特殊人群如血液疾病患者、长期服用抗凝类药物的患者、肝肾疾病患者、透析患者、孕妇等，出现较为严重的牙龈出血，可能与全身状况有关，应引起足够的重视，请在做好必要的防护后，及时前往医疗机构进行处理。

## 8 经常进食过烫的食物是否会损伤口腔黏膜？

目前正值冬季，火锅、炖菜以及水饺等食物常出现在餐桌上，应当尽量避免进食过烫的食物，做到细嚼慢咽。这些食物的温度大多接近100℃，口腔黏膜感觉烫痛的温度为60~65℃，并且负责感知温度的黏膜温点分布较少且不均

匀，这就导致口腔黏膜，尤其是口腔后部黏膜的自我保护性差，反应缓慢，当进食过烫食物或进食速度过快时，常导致黏膜烫伤发生，甚至口腔溃疡和其他黏膜病损。口腔黏膜烫伤明显减低口腔的防御能力，增加感染概率。

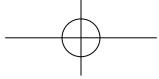
## 9 新冠病毒肺炎防控期间如果发生牙外伤应该怎么办？

有些人会直接用牙齿咬开酒瓶盖，这种习惯极易导致引起急性牙痛的牙隐裂和牙釉质损伤等牙外伤的发生。要正确使用牙齿，不把牙齿当工具。另外，过多进食坚硬的坚果等零食，不但会增加牙隐裂等发生的可能性，还会引起颞下颌关节的疲劳与功能紊乱，出现颞下颌关节区疼痛、咀嚼困难、关节弹响和张口活动受限等症状。

冬季以及周末或假期是牙外伤高发的时段，患者高发年龄段为2~4岁和7~12岁。因此，一定要看护好家中的老人与儿童，防治跌倒或摔伤导致的颌面部损伤和牙外伤的发生。一旦出现牙外伤，应该尽快前往口腔医疗机构急诊进行处理。特别是牙齿发生脱位，应立即将牙放入原位；如果牙齿已落地污染，应立即手持牙冠部，用生理盐水或无菌水冲洗，然后放入原位。如不能立即复位，可将患牙放置于患者的舌下或者口腔前庭处，也可放在盛有冷牛奶、生理盐水或自来水的杯子中，切忌干燥包裹，并立即到口腔医疗机构急诊进行处置。

## 10 新冠病毒肺炎防控期间智齿疼怎么办？

临床上引起智齿疼的最主要疾病是智齿冠周炎，顾名思义就是指第三磨牙（智齿）牙冠周围的软组织炎症。以下颌智齿多发，常发生于18~25岁的青年。可引起不同程度的张口受限、



吞咽疼痛等症状，病情重者还会出现周身不适、头痛、体温上升、食欲减退等全身症状。口腔卫生较差、情绪紧张焦虑、睡眠不足、饮食不规律、上呼吸道感染等均可诱发智齿冠周炎。因此，要养成良好的口腔卫生维护习惯、保持健康积极的心态、规律生活，增强身体免疫力以避免或减少智齿冠周炎的发生。一旦发生智齿冠周炎，应及早就诊，进行局部处理，避免病情进一步发展并导致口腔颌面部间隙感染。

目前，全国多家口腔医疗机构已开通线上咨询通道，如果疫情防控期间出现急性牙髓炎、颌面部间隙感染、颌面部外伤等口腔急症以外的口

腔及牙齿问题，例如，假牙松动与不适、补牙材料脱落、正畸矫治器脱落、牙龈出血等，可以通过网上咨询等方式先进行咨询，择期进行口腔治疗。如确实需要到医院就诊，务必按照国家卫生健康委疾控局发布的《预防新型冠状病毒感染的肺炎口罩使用指南》，合理佩戴口罩。就诊时，要积极配合医院的分诊流程及体温检测，认真回答健康等状况的询问，尽量减少陪同家属。

新型冠状病毒肺炎是一类新传染病，每个人做好防控包括口腔卫生保健，对全身健康及防控疫情都很重要，同时应加强心理疏导，树立信心，全方位防控这一类新型传染病。



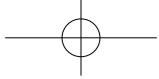
### 王松灵

教授，主任医师，中国科学院院士，英国皇家外科学院（爱丁堡）Fellowship ad hominem (FRCS)；首都医科大学副校长，全国政协委员。中华口腔医学会副会长，北京医学会副会长。Oral Diseases 及 JOR 副主编，《中华口腔医学杂志》《首都医科大学学报》等 6 本期刊副主编。发表论文 209 篇，其中以通讯作者发表在 PNAS、EMBO J、Blood、Nat Commun 等期刊英文论文 117 篇。第一完成人获 2003 及 2010 年国家科技进步二等奖两项、2018 年北京市科技进步一等奖；获国际口腔权威的威廉盖茨（William J. Gies）奖、吴阶平医药创新奖、中源协和生命医学奖 - 成就奖、干细胞转化成果奖、何梁何利科学与技术进步奖。



### 周 建

博士，美国哥伦比亚大学博士后，首都医科大学附属北京口腔医院急诊综合诊疗中心副主任医师。中华口腔医学会口腔生物医学专委会、口腔医学科研管理分会和全科口腔医学专委会委员，北京口腔医学会学术诚信部部长，北京口腔医学会口腔急诊专委会常委。曾赴西藏自治区援藏，任西藏自治区人民医院副院长。主持国家自然科学基金项目 2 项、西藏自治区自然科学基金项目、北京市医管局青苗人才培养项目，北京市东城区优秀人才培养项目。代表性论著发表于 Nature Materials 等国际著名期刊，主译著作一部。曾获中国科协“全国学会优秀党员科技工作者”，北京市医管局“优秀共产党员”等奖励。



## 许中伟 教授

中国抗衰老促进会康养产业分会专家委员会委员

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会专家委员会委员

北京大学免疫学系客座教授

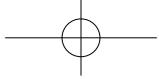
首都医科大学肝病转化医学研究所特聘教授

北京大学肿瘤医院外聘专家

CFDA“细胞与基因治疗制品监管政策研究”专家组成员

# 许中伟：带你认识新型新型冠状病毒感染肺炎

2020年注定是不平凡的一年。新年伊始，一场突如其来的新型冠状病毒感染的肺炎疫情犹如一枚“炸弹”，在中国武汉爆发，并很快席卷全国。一时间，武汉乃至湖北铁路公路阻断，多地“封城”。全国各地确诊病例不断攀升，“抗疫”的消息时刻牵动着每一个中国人的心。一场抗击疫情的攻坚战和人民生命的保卫战打响了！那么，此次新型冠状病毒究竟是什么？哪些人容易感染？大家该如何防治？针对这些问题，为大家整理了一些相关科普知识，以利于大家科学地认识它、了解它、防控它、战胜它。



## 什么是新型冠状病毒?

新型冠状病毒(新冠病毒)是2020年1月6日从武汉市不明的非典型性肺炎患者下呼吸道分离出的一种新型的、以前未知的冠状病毒,世界卫生组织(WHO)将其命名为2019 novel coronavirus(2019-nCoV)。2020年2月7日,国家卫健委决定将“新型冠状病毒感染的肺炎”暂命名为“新型冠状病毒肺炎”,简称“新冠肺炎”,英文名称为“Novel Coronavirus Pneumonia”,简称“NCP”。

科学家已发现有15种不同的冠状病毒,其中有6种冠状病毒可以感染人类,2019-nCoV是第七种。冠状病毒可分为 $\alpha$ 、 $\beta$ 、 $\gamma$ 、 $\delta$ 4个属,蝙蝠携带 $\alpha$ 、 $\beta$ 冠状病毒,主要感染人类,鸟类则携带 $\gamma$ 、 $\delta$ 冠状病毒,主要感染禽类。这次感染人的是属于 $\beta$ 冠状病毒。

新型冠状病毒是一种单股正链的RNA病毒,直径约100纳米,基因组全长27~32kb,是目前已知的RNA病毒中基因组最大的病毒。

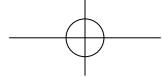
对2019-nCoV的基因组分析研究表明,其与SARS-CoV有79.5%的相似性,而与云南的蝙蝠样本来源的CoV有96%的相似性,基本支持2019-nCoV的自然宿主是蝙蝠。但关键问题是,蝙蝠病毒正常条件下不能直接感染人类,而要通过“中间宿主”的过度才可感染人类。

2020年2月7日最新报道,岭南现代农业科学与技术广东省实验室、华南农业大学举行了《新型冠状病毒潜在中间宿主发布研究成果发布会》称“通过分析1000多份宏基因组样品,锁定穿山甲为新型冠状病毒的潜在中间宿主;

继而通过分子生物学检测,揭示穿山甲中 $\beta$ 冠状病毒的阳性率为70%;进一步对病毒进行分离鉴定,电镜下观察到典型的冠状病毒颗粒结构;最后通过对病毒的基因组分析,发现分离的病毒株与目前感染人的毒株序列相似度高达99%。以上结果表明穿山甲为新型冠状病毒的潜在中间宿主”。也有科研论文和社会上的流行说法,将“犯罪嫌疑人”指向蛇、豺等动物,实际上,“中间宿主”到底是谁?还需要严谨、公认的科学流程进行不断的探索考证,目前尚不能轻易得出最终结论,这些都需要进一步去深化确证。

根据对SARS-CoV和MERS-CoV的研究,冠状病毒对热敏感,保持56℃30分钟、乙醚、75%乙醇、含氯消毒剂、过氧乙酸和氯仿等脂溶剂均可有效灭活病毒。





## 哪些人容易感染新型冠状病毒？感染了新型冠状病毒一定发病吗？

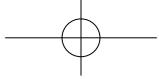
早期认为只感染老年人，不感染儿童，但目前专家已认为可感染所有人群，包括儿童和婴幼儿。主要是免疫功能低下的人更容易感染和发病，且病情比较重，如老年人、孕产妇、过度疲劳、原有肿瘤和慢性疾病的人。部分健康的人，免疫功能好，即使感染了，也不一定发病。因此，免疫力好，是抵抗冠状病毒感染的重要条件。目前临床发现，儿童重症患者少，成人重症患者多，且死亡率高。



## 主要致病机理是哪些？

如同 SARS-CoV，新冠病毒也是通过与细胞的 ACE2 受体结合而感染细胞，进行病毒复制而致病的。ACE2 主要表达于分布在人的下呼吸道的 II 型肺泡上皮细胞，其表达量男性（1.66%）高于女性（0.44%），同济大学左为教授的少量样本数据研究发现，亚裔人比非亚裔人的 ACE2 受体高了很多。这可能解释了目前临床上的一些表现，如男性发病率高于女性，亚裔发病率高于非亚裔。ACE2 受体的表达和分布是否与年龄、抽烟等有关，也值得进一步

的研究。此外，ACE2 受体也表达在人的其它器官，如肠道上皮、肝脏、肾和心脏等等，也会相应地引起这些器官的病理生理改变。目前认为，新冠肺炎的早期以免疫功能低下的失衡表现为主，重症及危重症期主要是免疫功能亢进的失衡表现为主，造成肺部大量炎症细胞渗出、氧气和二氧化碳气体交换障碍、低氧血症、体内酸碱平衡失调，并引起细胞因子风暴，最终导致呼吸衰竭和多脏器衰竭，也可出现肝、肾、心脏等器官发病。



## 临床有什么特点？

### 临床表现

目前基于流行病学的调查，新型冠状病毒感染的肺炎潜伏期一般多为3-7天，也可长至14天或以上。起病以发热、乏力、干咳为主要表现，少数患者伴有鼻塞、流涕、咽痛和腹泻等症状。重症患者多在发病一周后出现呼吸困难，严重者快速进展为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒和出凝血功能障碍等。值得注意的重型、危重型患者病程中可为中低热，甚至无明显发热。部分患者仅表现为低热、轻微乏力等，无肺炎表现，多在1周后恢复。从目前收治的病例情况看，多数患者预后良好，儿童病例症状相对较轻，而老年人和有慢性基础疾病者则愈后较差。

### 实验室检测

发病早期外周血白细胞总数正常或减少，淋巴细胞计数减少，部分患者可出现肝酶、乳酸脱氢酶（LDH）、肌酶和肌红蛋白增高；部分为重者可见肌钙蛋白增高。多数患者C反应蛋白（CRP）和血沉升高，降钙素原正常。严重者D-二聚体升高、外周血淋巴细胞进行性减少。

在鼻咽拭子、痰、下呼吸道分泌物、血液、粪便等标本中可检测出新型冠状病毒核酸。

### 胸部影像学

早期呈现多发小斑片影及间质改变，以肺外带明显。进而发展为双肺多发磨玻璃影、浸润影，严重者可出现肺实变，胸腔积液少见。

## 什么是密切接触者？

**密切接触者是指与病例（观察和确诊病例）发病后有如下接触情形之一者：**

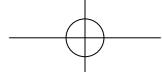
- 1、与病例共同居住、学习、工作或其他有密切接触的人员；
- 2、诊疗、护理、探视病例时未采取有效防护措施的医护人员、家属或其他与病例有类似近距离接触的人员；
- 3、病例同病室的其他患者及陪护人员；
- 4、现场调查人员调查后经评估认为符合条件的人员。

请按照要求进行居家14天医学观察，但是也不用过度恐慌。这时不要上班，不要随便外出，更不要去人流密集处聚集。需要做好自我身体状况观察，定期接受社区医生的随访，如果出现发热、咳嗽等异常临床表现，及时向当地疾病预防控制机构报告，在其指导下到指定医疗机构进行排查、诊治。

## 如何做好个人防护？

**当前，全国新型冠状病毒感染肺炎确诊病例仍在攀升，我们根据国家卫健委发布新型冠状病毒感染肺炎预防指南，给予适用于疾病流行期间公众和个人预防的建议：**

- 1、尽量减少外出活动，尤其是人员密集的公共场所；
- 2、做好个人防护和手卫生；
- 3、做好日常健康监测，如有可疑症状，请速就医；
- 4、常通风、勤清洁，保持良好卫生习惯；
- 5、注意营养、适度运动，勿食野生动物，养成良好的健康习惯。



## 如何增强自身免疫力？

目前根据大量病例表明，免疫功能低下的人群，感染后病情会更重。钟南山教授在接受媒体采访时曾提到：新型冠状病毒目前没有特效药，关键是要做好预防。免疫力是抗击病毒最好的医生，下面6个简单的方法就可激活它：

### 1、充足睡眠

充足的睡眠，保证精力充沛，成人每天睡眠时间在7~8小时，老人也不能低于6小时。

### 2、酸奶早餐

美国健康协会的一项研究发现，酸奶可以使“坏”胆固醇（低密度脂蛋白LDL）水平降低，并将尿路感染的风险降低47%。酸奶中所含的益生菌，更可以大幅提高机体免疫力和抗病能力。

### 3、常饮蜂蜜水、姜水、柠檬水：

研究表明，蜂蜜中的抗氧化剂是提高免疫力的助推器；生姜是天然的镇痛剂和解毒剂，有一定对抗感染的作用；柠檬中含有丰富的维生素C，有抗氧化性。能够保护身体免受自由基的侵蚀和有害分子的损害，促进免疫系统健康。

### 4、每周坚持锻炼

美国国家医学图书馆一项报告显示，运动能够帮助“冲洗”肺部细菌，提高免疫系统检测疾病能力。现代人工作压力大，但在身体基础状况正常的情况下保证每周五天，每次30分钟~60分钟的运动量即可。

### 5、多晒太阳

保持体内高水平维生素D，就可以更好地预防嗓子痛、普通感冒和鼻塞等问题。一般来说上午十点、下午四点阳光中紫外线偏低，可避免伤害皮肤，每次晒的时间不超过半小时即可。

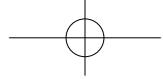
### 6、保持微笑和乐观

美国斯坦福大学研究人员发现，笑能增加血液和唾液中的抗体及免疫细胞数量，缓解疲劳，是提高免疫力的良药。乐观精神可以通过神经-免疫轴提高免疫功能，此次新冠肺炎的一些病例也证实，乐观态度可以帮助提高治疗效果，甚至自愈。

## 总结

在对抗这次疫情的过程中，人的免疫力才是最重要的，一个人免疫能力的高低，取决于一个人身体状况的好坏。提高免疫力最科学的，也是大家最容易忽略的办法，还是在日常生活中应该多锻炼身体、养成良好的生活习惯，多吃些蔬菜水果和有营养的食品、注意劳逸结合，避免长期劳累和熬夜，注意休息，保证充足的睡眠等。

新型冠状病毒肺炎已纳入国家法定传染病管理，随着其防控工作的不断深入，技术信息日渐丰富，相关知识快速更新，科学预防的措施将逐步完善。我们一定能够打赢这场“战役”，没有一个冬天不可逾越，没有一个春天不会到来。待到春暖花开时，一定山河无恙、国人安康！武汉加油！中国加油！



# 中国抗衰老促进会

## 功效营养应对新型冠状病毒（COVID-19）感染 专家共识与指导建议

（中文版 2020）

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会

共识与建议撰写专家组：李素云（执笔） 陈忠良 岳红文 陈志雄

### 一、共识撰写背景

目前，新型冠状病毒（COVID-19）感染全球确诊病例已接近 160 万（世界卫生组织，截止 2020 年 4 月 10 日），累计死亡超过 10 万人，病死率高达 6%。疫情导致的直接和间接经济损失巨大，已经对全球经济与社会造成严重冲击。

虽然中国《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案》到目前已经更新到第七版，但对于新型冠状病毒肺炎的治疗，仍处于不断摸索的阶段。现有的治疗方法，包括糖皮质激素的使用并不能缓解肺损伤的进展，因而有更多的药物被纳入到治疗新型冠状病毒肺炎的临床试验中。

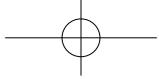
第七版诊疗方案已就诊断标准、临床分型、鉴别诊断乃至重症和轻症的诊疗方案出台了更详细的指导办法；对抗病毒治疗、重型和危重型病例的治疗及中医治疗等也做了进一步修改。

第七版方案指出，新冠肺炎患者除了会“快速进展为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难

以纠正的代谢性酸中毒和出凝血功能障碍”外，还可出现“多器官功能衰竭”。此外，出院患者恢复期机体免疫功能低下，依然可能感染其他病原体和延缓身体的健康修复。这一切变化都与身体的营养代谢状况和促进健康修复作用的功效营养水平密切相关。但关于营养治疗，目前只提到了“保证充分热量，注意水电解质平衡”，尚未提出成熟的临床营养治疗方案。

因此，依据病毒感染的病理生理基础，在健康饮食基础上，给与相应的功效营养干预，对预防新冠病毒感染及治愈后康复具有非常重要的现实意义。

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会，组织专家结合国内外相关文献和既往在老年呼吸病、危重症、感染性疾病治疗中的实践，制定了预防新型冠状病毒感染和促进康复的功效营养建议，供广大医师和营养师参考。



## 二、应用基础和使用规范的专家共识

1. 首先，建议参照中国营养学会、中国医师协会、中华医学会肠外肠内营养学分会联合发布的《新型冠状病毒感染的肺炎防治营养膳食指导》（见附件1）进行膳食管理。新冠流行期间则宜在该《膳食指导》基础上，在专业人员指导下开展功效营养干预。

2. 本建议侧重于预防和恢复期的康复。功效营养干预可以作为恢复期促进康复的主要措施，也可作为临床治疗和临床营养治疗的辅助措施。本建议不能替代隔离和防护措施（国家卫健委《新冠肺炎公众防护指南》（[http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zt/szkb\\_11803/](http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zt/szkb_11803/)）及国家有关新冠肺炎的临床治疗规范。

3. 该建议的应用基础依然是健康饮食模式、常规健身运动、良好作息睡眠，以及心理健康疏导和压力管理。在饮食结构方面，我们建议采纳低糖压饮食（Low Glycemic Impact）原则。该原则包括低升糖指数（Low Glycemic Index）、低糖载指数（Low Glycemic Load）和低糖基化终端产物（Low Advanced

Glycation End-product）三方面内涵。

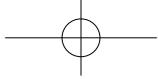
4. 对50岁以下、没有慢性病（如糖尿病、高血压、冠心病等）的人群及接触风险较低无免疫低下等情况者，建议补充量不超过本指南提出的中位剂量；对已有前述慢性病的人群或50岁以上的易感人群，补充剂量可高于本指南提出的中位量。当不同组合中有相同成分时，剂量参照高的组合，但不能采用累加方式，以避免过量。此建议量连续应用2-4周后，减量至低限剂量。

5. 在选择天然抗氧化物时，建议组合应用，以利于形成体内新的抗氧化网络。维生素和矿物质类营养素，也建议联合应用。

6. 该建议中涉及的营养素用量是针对新冠疫情设计，建议中的方案不宜在日常情况下长期应用。如果有特殊情形，需在专业人员指导下应用和调整，且应该随不同季节包括阳光照射和食物可得性的变化进行调整。

7. 此建议的功效营养推荐使用剂量主要针对成年人群，12岁以下的不同人群，需在专业人员指导下给予与年龄相关的特殊建议。





### 三、功效营养素使用指导建议

#### 1. 基础营养素

维生素 B <sub>1</sub>	6-14	mg	n	胆碱	10-100	mg
维生素 B <sub>2</sub>	6-14	mg	n	肌醇	10-100	mg
烟酸	60-150	mg	n	维生素 K <sub>2</sub>	60-100	μg
泛酸	50-100	mg	n	钙	800-1000	mg
维生素 B <sub>6</sub>	8-16	mg		锌	10-15	mg
维生素 B <sub>12</sub>	12-24	μg		硒	50-60	μg
生物素	40	μg		镁	300-350	mg
叶酸	400	μg				

#### 2. 抗氧化抗炎营养素

##### 2.1 维生素和微量元素

β-胡萝卜素	5000-20000	IU	维生素 E	100-400	IU
维生素 C	500 - 3000	mg	硒	100-200	μg

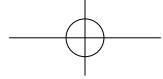
##### 2.2 天然抗氧化物

名称	建议用量	作用	备注
绿茶提取物	150-300 mg	保护胆固醇分子不被氧化	多酚含量 60-70%
葡萄籽或松树皮提取物	100-300 mg	保护肺、胰腺、血管和心脏促进微循环	花青素含量不少于 95%
银杏叶提取物	240 mg	保护大脑和心脏的抗氧化和膜电位传导稳定性	银杏类黄酮含量不少于 24%
奶蓟草提取物	200-300 mg	主要保护肝脏和皮肤	水飞蓟素含量不少于 70%
山楂提取物	300-600 mg	主要保护心脏、稳定血压	原花青素含量不少于 10%
覆盆子提取物	160-320 mg	主要保护眼睛	花青素含量不少于 25%

#### 3. 免疫营养素

n 维生素 D <sub>3</sub> <sup>a</sup>	10000	IU	β-粘多糖	250-1000	mg
n 维生素 K <sub>2</sub>	60-300	μg	消化酶 <sup>c</sup>	270	mg
n 辅酶 Q10 <sup>b</sup>	100-300	mg	小分子肽 <sup>d</sup>	8-12	g
钙	800-1200	mg	益生菌 <sup>d</sup>	10 <sup>10</sup> -10 <sup>12</sup>	CFU
镁	200-400	mg	益生元 <sup>d</sup>	5-10	g

注：a. 维生素 D<sub>3</sub>：10000IU/天，口服，维持此剂量 2-4 周后，改为 5000 IU；如条件允许，也可以一次性肌注维生素 D<sub>2</sub>/D<sub>3</sub>，20-30 万 IU，1 次，后改为口服 5000 IU/天；b. 辅酶 Q10：有心血管疾病史的新冠患者可以考虑短时间内加量 300-600 mg；c. 消化酶：以菠萝酶为例 270mg（9720000FCC），3-4 天；d. 小分子肽：以大豆来源的小分子肽为例，肽含量不低于 70%，治疗条件下则根据胃肠道功能情况酌量增加并相应减少蛋白质的摄入；d. 此处指活菌制剂，益生元视具体情况选择应用，亦可使用合生元制剂。



#### 4. 抗压营养素

维生素 B <sub>1</sub>	10-100	mg	n 叶酸	800-1200	μg
维生素 B <sub>2</sub>	10-50	mg	n 维生素 K <sub>2</sub>	60-300	μg
烟酸	25-100	mg	n 红景天提取物 <sup>b</sup>	360-600	mg
泛酸	25-100	mg	n 人参皂苷 <sup>c</sup>	1.5-2	g
VB6	160-400	mg	n EPA+DHA <sup>d</sup>	1200-3000	mg
VB12 <sup>a</sup>	30-50	μg	α-亚麻酸 <sup>e</sup>	1400-1800	mg

注：a：维生素 B12 不低于正常推荐量的 15-20 倍；b：红景天提取物以红景天苷含量不少于 1% 为标准；c：人参皂苷（人参或西洋参）1-3 次/d；d/e：为 ω-3 脂肪酸，应用时，（EPA+DHA）1200-3000mg 或 α-亚麻酸（ALA）1400-1800mg。

#### 5. 膜功能保护剂

卵磷脂	5-10	g	α-亚麻酸	1500-4000	mg
维生素 E	100-400	IU	EPA+DHA	1200-3000	mg
虾青素	4-10	mg			

#### 参考文献及书目

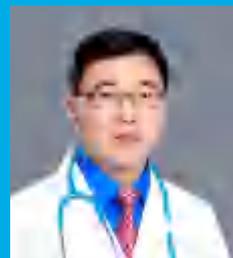
1. 《新型冠状病毒肺炎诊疗方案（试行第七版）》. 国家卫生健康委员会，2020.
2. 《The Encyclopedia of Natural Medicine Third Edition》，American 2012.
3. 中国消化道微生态调节剂临床应用共识（2016 版），中华预防医学会微生态学分会.
4. 《中国居民膳食营养素参考摄入量》，中国营养学会 2013.
5. Gupta N, Farooqui KJ, Batra CM, et al. Effect of oral versus intramuscular Vitamin D replacement in apparently healthy adults with Vitamin D deficiency. Indian J Endocrinol Metab. 2017 Jan-Feb; 21(1): 131 - 136.

#### 指南撰写专家组成员



##### 陈忠良 教授

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会主任委员，（北美）沃康功效营养学院，原加拿大安大略省卫生部临床评估研究所。



##### 岳红文 教授

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会副主任委员，中美健康管理学会，原北京阜外心血管病医院心内科临床药理中心。



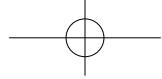
##### 陈志雄 教授

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会副主任委员，原美国俄亥俄州立大学。



##### 李素云 教授

中国抗衰老促进会功效营养科技工作委员会副主任委员，首都医科大学附属北京世纪坛医院临床营养科。

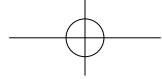


## 中国抗衰老促进会 女性生殖整形及修复分会成立大会在京举行

中国抗衰老促进会女性生殖整形及修复分会成立仪式在北京举行。原国家卫生部副部长曹荣桂，中国抗衰老促进会理事长刘仁富、标准认证办公室主任肖连敏、秘书长熊吉莹，北京市卫生健康委员会妇幼处郝淑艳处长等领导出席成立仪式。

中国抗衰老促进会秘书长熊吉莹宣读分会成立批复。中国医学科学院整形外科医院妇科整形

中心主任李强当选为分会会长，中国医学科学院整形外科医院妇科整形中心副主任李峰永、北京协和医院整形外科副主任龙笑、上海交通大学医学院附属第九人民医院整修外科主任刘阳、四川大学华西二院妇科教授苗娅莉、郑州大学第三附属医院妇科主任王鲁文、大连医科大学附属第二医院整形科副主任赵穆欣等 10 位专家，分别当选为分会副会长。



图为：中国抗衰老促进会理事长刘仁富为大会致辞。

中国抗衰老促进会理事长刘仁富为大会致辞。他指出，由于女性的生理特点和在家庭中的重要性，其全生命周期健康管理和抗衰老服务备受关注。此次由北京妇产学会等单位发起

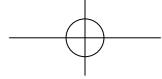
成立女性生殖整形与修复分会，体现了全社会对女性的关爱，以及对女性健康的高度重视，是践行健康中国行动，促进妇幼健康的具体表现。



图为：肖连敏主任、熊吉莹秘书长为分会组成人员颁发聘书。

据介绍，随着社会经济的发展和人民生活水平的提高，女性群体乃至整个社会对生殖健康的关注越来越多。女性对生殖健康的追求从仅仅关注生殖器官形态正常，逐渐演变为对生殖系统形态、功能、美学和谐统一，以及社会与心理健康的整体融合。

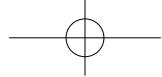
中国抗衰老促进会女性生殖整形及修复分会成立后，将在总会的领导下，从制定行业标准、规范手术操作、培养后续梯队、维护从业者合法权益、科普教育等几个方面展开工作，在引领本领域学术发展、临床治疗、平台搭建等方面做出贡献。



图为：原国家卫生部副部长曹荣桂（右）、中国抗衰老促进会理事长刘仁富（左）为分会会长李强（中）颁发聘书。

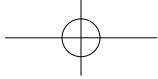


图为：女性生殖整形与修复分会会长、中国医学科学院整形外科医院教授李强（左）；常务副会长、中国医学科学院整形外科医院李峰永教授（右上）；副会长、首都医科大学附属北京妇产医院卢丹教授（右下）分别致辞。



## 中国抗衰老促进会跨境医疗分会 召开中国（泰州）跨境医疗与健康旅游国际论坛

2019年12月14日，由中国抗衰老促进会指导、中国抗衰老促进会跨境医疗分会主办的“中国（泰州）跨境医疗与健康旅游国际论坛”在江苏省泰州市万怡酒店开幕。来自美国、德国、以色列、沙特阿拉伯、意大利、瑞士、泰国、土耳其、日本等国家的50余位国际嘉宾，以及我国医疗机构领导、业界嘉宾共计600余位出席了本次活动。



图为：中国抗衰老促进会理事长刘仁富为本次论坛致辞。

中国抗衰老促进会理事长刘仁富为大会致辞，他表示，跨境医疗分会很好的促进了中外医疗机构之间的合作与交流，希望今后跨境医疗分会积极发挥行业协会的引导作用，为我国公民提供更多的更优质的医疗服务。

全国人大教科文卫委员会原副主任委员、联合国世界健康联盟主席、中国医学基金会名誉主席、中国老龄事业发展基金会顾问-康养产业合作发展基金管理委员会执行主任朱万勇，在为开幕式致辞时表示，“健康中国 2030”是指导推进健康中国建设的重要纲领，跨境医疗极大地促进了我国医疗基础水平的提升，希望与会的全球医学专家与学者为我国医学建设进步贡献自己的力量。

国家中医药管理局传统医药国际交流中心常务副主任厉将斌先生，国家卫健委卫生技术评估中心副主任研究员游茂先生，泰州市委常委、泰州医药高新区党工委书记张小兵先生，全国劳动

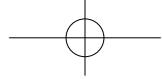
模范、新华保险功勋总监、中国保险行业杰出领军人物金爱丽女士，沙特阿拉伯驻华大使馆卫生处参赞撒贝琳女士，以色列中国商会会长金瑞安先生，美国 MD Anderson 肿瘤中心肿瘤学博士、罗切斯特大学临床外科教授李岩等领导嘉宾分别致辞。

本次论坛对我国跨境医疗行业健康稳步发展起到了积极的促进作用。

在论坛开幕式上，跨境医疗分会与泰州市医药高新区共同宣布“泰州市跨境医疗合作交流中心”的成立，未来将引进国际医护人才培养、国际医学教育、国际医学学术交流、国际医疗远程会诊等服务，打造辐射全省的国际医学及医疗中心。

随后，跨境医疗分会与北京华医网科技股份有限公司合作的“2020 国际医疗培训”项目签约，引进世界著名医学专家来华组织专项医学技能与学术培训，提高我国青年医生的医学技能水平。

此后，跨境医疗分会与新华保险公司举行



图为：全国人大教科文卫委员会原副主任委员朱万勇为本次论坛致辞。

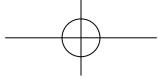
了“赢在新时代跨境医疗”专项项目签约，为提高新华保险执业人员对高端医疗方面的认知水平，将健康保险与跨境医疗有效结合，提高服务产品的附加值，共同为高端客户提供更高水平的服务。

开幕式最后是国家卫生健康委中卫国际旅行社发布“中国公民海外旅行医疗服务”项目，包括海外旅行目的地医疗信息的精准推送、中文医

疗咨询服务、医疗翻译安排快速入院等，并将有效结合医疗保险、国际救援等方式，以便公民能够得到快捷、省心的海外旅游目的地医疗保障服务。

上述四项重大利好项目在泰州市的签约发布，对提升泰州市高端医疗服务水平、康养服务水平及特色养老服务水平起到积极的推动作用，必将进一步推进泰州市跨境医疗产业发展进步。





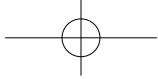
## 中国抗衰老促进会 临床诊疗专项基金管理委员会在京成立

2019年12月28日，中国抗衰老促进会临床诊疗专项基金管理委员会在京宣布成立。授牌仪式在中国抗衰老促进会理事会上举行，由刘仁富理事长授牌。

临床诊疗专项基金由关注临床诊疗技术发展的机构发起设立，并已遵照《中华人民共和国公益事业捐赠法》、《基金管理条例》、《慈善法》等法律法规的要求，制定了基金章程。面向国内外医疗健康领域有爱心的企业、医疗机构定向募集，按照“专款专用、规范管理、

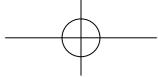
公开透明”的原则，对资金的使用进行管理和监督。

该项基金的设立旨在响应国家的号召，在人口老龄化及分级诊疗的背景下，通过健康公益的模式，支持医疗机构提升老年性疾病、抗衰老服务的能力和医疗服务人员临床诊疗专业技术水平，促进老年保健康复模式的创新，开展合作项目和学术交流，促进开展国际医疗科技合作，为我国抗衰老和医药健康事业的发展贡献力量。



## 中国抗衰老促进会教育培训工作委员会 开展“健康管理师”国家职业资格培训

为贯彻落实《国务院关于实施健康中国行动意见》、《关于促进健康服务业发展的若干意见》等文件要求，促进我国健康事业的蓬勃发展，加快推进我国健康管理专业人员相关资质的规范化培训工作，经中国抗衰老促进会研究，将由总会培训部联合中国抗衰老促进会教育培训工作委员会，组织开展“健康管理师”国家职业资格的报名培训等相关工作。现将相关情况介绍如下：



## 什么是健康管理师

健康管理师是营养师、心理咨询师、体检医生、预防医学医生、健康教育专家、医学信息管理人员的综合体。健康管理师是从事对人群或个人健康和疾病的监测、分析、评估以及健康维护和健康促进的专业人员，其工作内容包括：采集和管理个人或群体的健康信息；评估个人或群体的健康和疾病危险性；进行个人或群体的健康咨询与指导；制定个人或群体的健康促进计划；对个人或群体进行健康维护；对个人或群体进行健康教育和推广；进行健康管理技术的研究与开发；进行健康管理技术应用的成效评估等。

## 国家政策导读

2017年9月12日，国家人力资源和社会保障部印发《关于公布国家职业资格目录的通知》，健康管理师纳入国家职业资格目录，自2018年起技能鉴定工作由国家卫计委统一考试鉴定。健康管理师正式进入卫计委统筹管理证书范围，与执业医师、执业护士并行“三师共管”。

## 健康管理师列入国家职业资格目录

2017年2月人力资源社会保障部《关于职业资格目录清单公示内容调整情况的说明》正式将健康管理师列入水平评价类职业资格目录，由卫计委（卫健委）负责具体的考核鉴定工作。

## 关于促进健康服务业发展的若干意见

2013年10月，国务院出台了《关于促进健康服务业发展的若干意见》【国发2013（40号）】文件，健康服务产业即将成为推动我国经济转型升级的重要目标，到2020年，总规模将达到8万亿元以上。目前健康管理人才缺口高达1000万。健康管理师的证书是用人单位对持证人任用、聘用、以及考核能力的重要标准。我国人口又有13亿，慢性病患者率高、老年化群、越来越多。

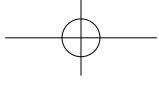
## 健康管理师的职业前景

### 健康管理师在健康保险行业中的就业前景

人保健康于2005年率先获准开业，成为我国第一家专业健康保险公司。通过实施专业化的健康诊疗风险控制，可以降低保险公司的赔付率，扩大利润空间。到2030年，现代商业健康保险服务业进一步发展，商业健康保险赔付支出占卫生总费用比重显著提高。健康管理师将在健康保险中将扮演越来越重要的角色。

### 健康管理师在专业健康管理体检机构中的就业前景

健康体检中心、健康管理公司、营养咨询公司、心理咨询机构等。目前国内已有大型连锁体检机构，在你完成体检的基础上针对不同人群提出健康生活咨询、指导，有一定的健康管理性质。健康管理师作为专业的健康管理人员，可以在这些机构中发挥重大作用，而这些机构也会因为健康管理师的加盟而更加专业、全面。



## 健康管理师在企业健康管理中的就业前景

企业人群是健康管理的又一重要目标人群。越来越多的国内企业认识到员工健康对于企业的重要性，不少企业已将员工定期体检作为保障员工健康的一项重要举措。部分企业引入了员工健康风险评估项目，随着健康管理服务的不断深入和规范，针对企业自身的特点和需求，开展体检后的健康干预与促进，实施工作场所的健康管理项目将是健康管理在企业中应用的主要方向。

## 健康管理师在养生会所、养老机构的前景

中国已经进入老龄化社会，老年人也是慢性病的多发人群，很多养老机构相继出现，并且开展针对老年人的全程健康管理，健康管理师是养老机构的必备人才。

## 健康管理师在社区卫生服务中的就业前景

社区卫生服务在我国的医疗卫生体系建设中扮演着重要角色，是人民群众接受医疗卫生服务的“守门人”，是二级医疗卫生体系的网底，也是社区发展的重要组成部分。健康管理师可以为社区卫生服务在以下3个方面提供帮助：第一，识别、控制健康危险因素，实施个性化健康教育；第二，指导医疗需求和医疗服务，辅助临床决策；第三，实现全程健康信息管理。

## 健康管理师在医院的前景

目前，国内很多医院已经建立或者开始建立健康管理门诊中心。

## 自己创业

私人健康顾问、私人保健医生、私人健康管理师、社区健康管理工作室。

## 健康管理师报考对象

健康管理公司、健康咨询中心、药店、养生会所或保健中心、养老院（或老年公寓）、社区卫生服务中心、医疗服务机构、健康体检中心、医务工作者、高级健康顾问或从事健康教育、健康咨询、健康指导及相关的各界人士。

## 健康管理师报考条件

### 凡符合以下条件之一者，均可报名参加健康管理师（三级）鉴定考试：

（1）具有医药卫生专业大学专科以上学历证书；（2）具有非医药卫生专业大学专科以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作2年以上，经三级健康管理师正规课程达规定标准学时数，并取得结业证书；（3）具有医药卫生专业中等专业以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作3年以上，经三级健康管理师正规课程达规定标准学时数，并取得结业证书。（4）健康管理从业经验丰富者，可放宽条件。（5）国家指定机构组织报名。

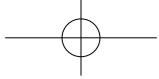
## 健康管理师报名指南

**考试介绍：**国家卫健委职业技能鉴定指导中心统一组织健康管理师国家职业资格（三级）鉴定考试。

**考试时间：**安排在每年4月、7月、11月。

**考试方式：**人机对话的方式。

**考试教材：**人民币50元一套，报名缴费后免费赠送



## 1. 及格分数分为理论知识考试和操作技能考试，均 60 分及格。

鉴定成绩公布：考后三个月内公布考试成绩。

考试合格者，颁发由人社部职业技能鉴定中心、国家卫健委人事司、卫健委职业技能鉴定中心签章的《健康管理师》国家职业资格证书。

此证书全国通用：一次取证，终身有效，免年审，终身有效。

可作为招聘录用、考核晋升、岗位续聘、职称评定、加薪的重要参考依据。

## 2. 报考流程

**a**、学员在手机应用商店下载官方抗衰老教育 APP。（苹果系统直接商店搜索抗衰老教育；安卓系统手机，先下载百度手机助手，在助手里下载抗衰老教育）进入学习平台，并使用本人手机注册学习账号。**b**、支付学习费用，并提供支付凭证。**c**、学员提供手机号码，由 APP 主管开通学习权限。**d**、学员完成所有学习课时。**e**、取得报名使用的结业证书。**f**、领取准考证。**g**、参加考试。

**3. 报考费用**（附后详见收费明细表）

## 4. 报考方式

通讯地址：北京市东城区建国门北大街 5 号金成建国五号 526

联系人：田老师 朱老师（报名详情请与两位老师联系）

联系电话：010-64466064 15927446899 13811989908

电子邮件：CAPA\_JYPX@163.com

## 5. 收费账户

户名：中国抗衰老促进会

开户行：中国建设银行北京朝阳支行（营业部）

账号：11001018700053042358

## 我们的优势及品牌服务支持

### 1. 权威的授课师资

授课老师为考试指定教材的编委成员；全部由北大医学部医生授课。祝您全面提升考试技巧、轻松备考。

### 2. 智能题库

App 独立课程教学系统，核心考点高度还原、考试重点难点一次搞定。

### 3. 延申课程（境外课程）讲座

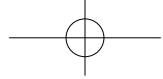
开展国外权威健康专家讲座等相关医疗健康服务。

### 4. 管家式服务

机位难、报名难，您只管学习其他问题统统搞定。为您解决后顾之忧。

### 5. 提供就业机会

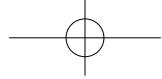
如大型健康体检中心及医院健康管理等部门等。



## 健康管理师服务地区收费明细及报名要求公示

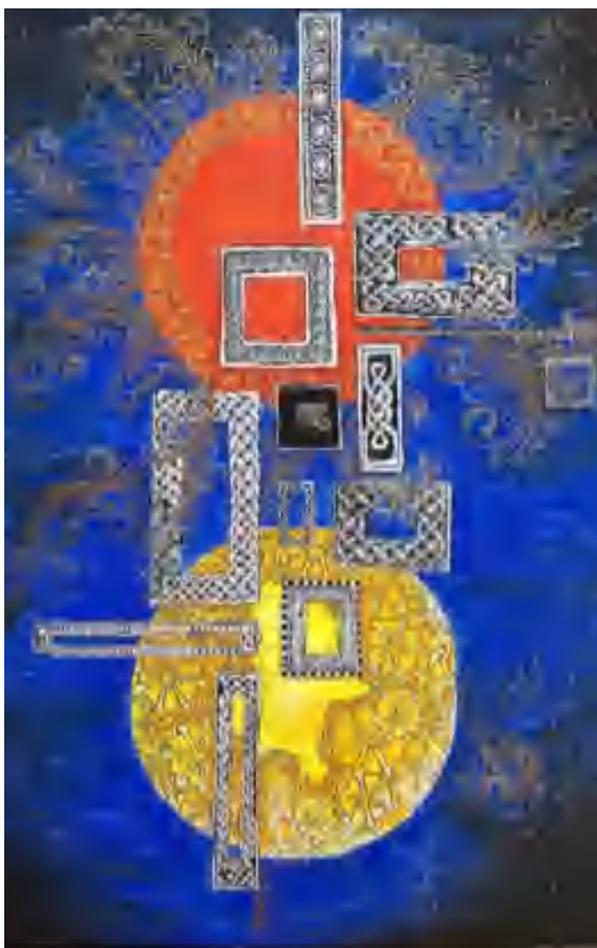
地区	城市	培训费	鉴定费	合计	报考资格	各省卫健委 报名要求	注意事项	备注
云南省	昆明	3500	145	3645	<p>年龄：年满 21 周岁，年龄无上限。</p> <p>1、大专及以上学历医药类专业。</p> <p>2、大专及以上学历非医学类专业，需提供 2 年以上的从事医药、健康相关行业的工作证明和结业证明。</p> <p>3、中专学历医药类专业，需提供 3 年以上从事医药、健康相关行业的工作证明和结业证明。</p> <p>4、在校大学生报考，目前只有贵州省、陕西，黑龙江，湖南，北京，明确可接受大学在校生报考，必须是应届毕业生，医药类专业才可报考，且需要提供：</p> <p>①在校证明，学校需盖章。</p> <p>②学信网注册备案表（不要验证报告，不要过期）。</p> <p>其他省份不接受在校大学生报考。</p>	电子版材料		<p>1、工作证明最好是学员自己出具，报考成功率更高，要求很低，药房类、诊所、美容院、保健品公司、保健推拿、健康咨询公司、医院、卫生站等类型的单位都可以，盖一份公章即可。工作证明要盖红章的原件。</p> <p>2、只要是 2001 年以后毕业的，大专及以上学历的，必须提供学信网学籍报告，中专学历以及 2001 年前毕业的大专以上学历都不需提供学信。</p>
江西	南昌	3500	260	3760		电子版材料		
新疆	乌鲁木齐	3500	339	3839		电子版材料		
福建	福州 厦门 泉州	3500	304	3804		电子版材料		
山东	青岛	3500	240	3740		电子版材料		
浙江	杭州	3500	215	3715		电子版材料		
广东	深圳 广州	3500	380	3880		电子版材料		
河北	石家庄 唐山 保定	3500	385	3885		电子版材料	1, 河北户籍优先 2, 中专要原件	
天津	天津	3500	350	3850		电子版材料		
北京	北京	3500	140	3640		电子版材料		
四川	成都	3500	160 (待定)	3660		材料待定		
黑龙江	哈尔滨	3500	305	3805		电子版材料		
陕西	西安	3500	300	3800		电子版材料		
湖北	武汉	3500	119	3619		电子版材料		
甘肃	兰州	3500	230	3730		电子版材料		
江苏	南京 淮安 宿迁 徐州 扬州 盐城	3500	350	3850		电子版材料	1, 在校生必须是大三以上报考。 2, 出生在 1998, 1999 年不能报考，原因是满足中专毕业满三年工作经验，（港澳台不收）	
湖南	长沙	3500	252	3752		纸质版材料 (待定)	一类也要提供工作证明	
内蒙	呼和浩特	3500	290	3790		电子版材料		
重庆	重庆	3500	305	3805		电子版材料		
安徽	芜湖 合肥	3500	240	3740	电子版材料			
上海	上海	3500	350	3850	面审	非上海籍要提供居住证，相关工作劳动合同		
河南	待定	3500	349	3849	电子版材料			
海南	待定	3500	465	3965	电子版材料			
山西	待定	3500	146	3646	电子版材料			
贵州	待定	3500	462	3962	电子版材料			



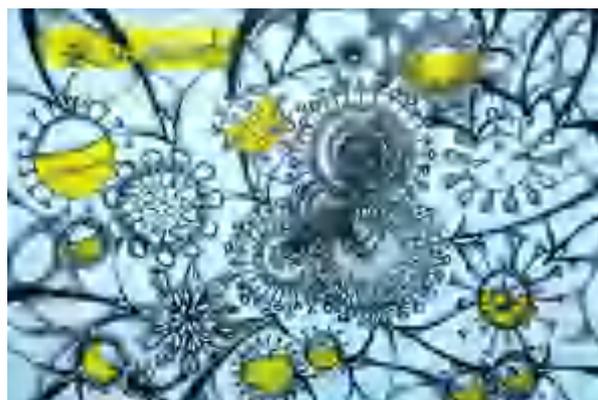


禅绕画对于很多人来说是新名词，它被誉为来自美国的心灵艺术，并风靡欧美国家，是一种全新的绘画方式，在设定好的空间内用不断重复的基本图形来创作出美丽图案。

禅绕画能够引导鼓励他人透过绘画的过程享受心灵的洗礼与沉淀，感受到同样的专注愉悦、放松的状态，这就是禅绕画。通过简单的动作，配合呼吸的频率以及凝视与绘图，便可以在短时间内消除内心烦躁，减轻疲劳感，找回身心的自然状态，放松大脑和心情，解除焦虑、疲惫，回到精神饱满，思维清晰的状态。



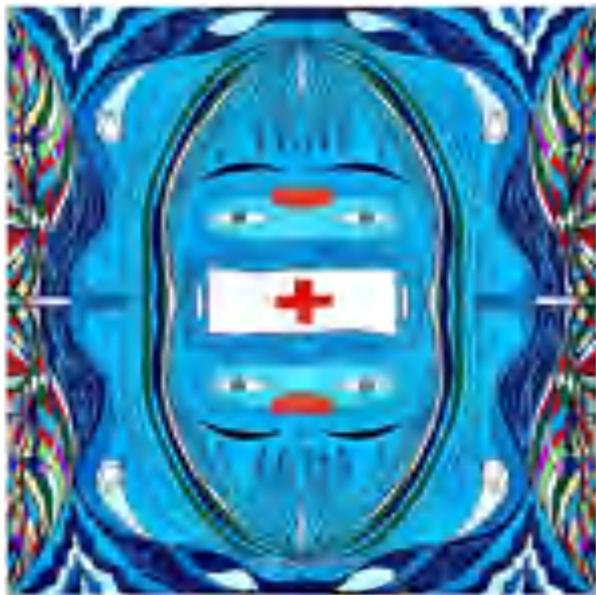
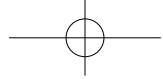
作者：郭正崔  
作品：《被隔离的窗口》



作者：李慧  
作品：《给病毒戴口罩》



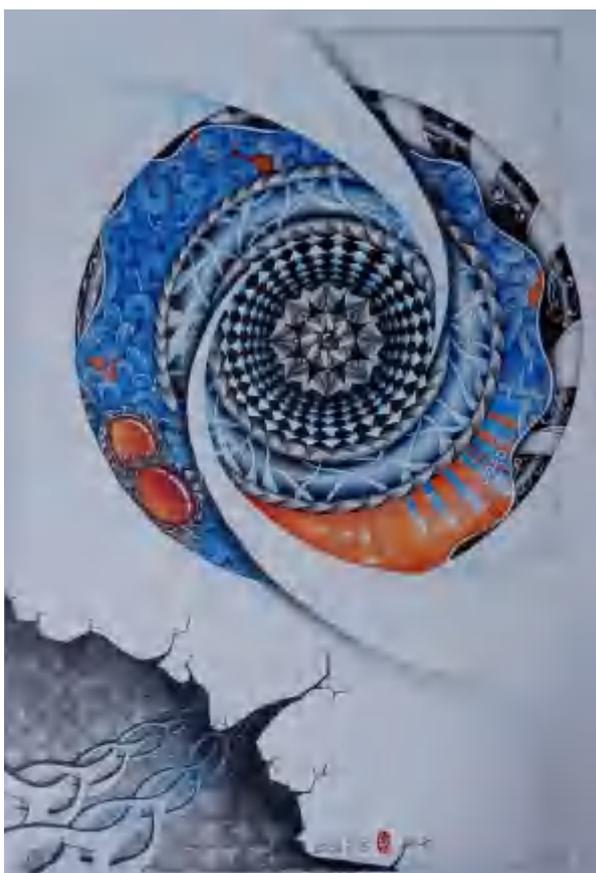
作者：彭乐平  
作品：《武汉加油 中国加油》



作者：戴妍（上海）  
作品：《防疫》



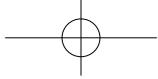
作者：张宝刚  
作品：《出征》



作者：王晓红  
作品：《极速病毒》



作者：童小言  
作品：《生命》



作者：幽蘭  
作品：《逆行》



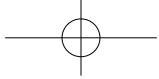
作者：沈佩恩  
作品：《心中有爱》



作者：鹅毛笔  
作品：《外面世界》



作者：颜艳  
作品：《加油中国》



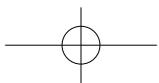
## 中国抗衰老促进会湖南省代表处授牌仪式 暨洞庭智库健康行活动在长沙举行

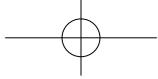
健康和长寿是人类永恒的向往和追求。随着经济社会的发展，抗衰老已成为民众的普遍愿望。呵护生命全周期，倡导健康方式。5月30日，中国抗衰老促进会湖南省代表处授牌仪式暨洞庭智库健康行活动在长沙隆重举行。中国抗衰老促进会理事长刘仁富、副理事长朱怡霖、秘书长熊吉莹、湖南省原卫生厅厅长刘爱华等多位厅局领导，省卫生、医药、文教、培训、新闻界、洞庭智库专家、学者、企业家和知名

人士等出席活动。

仪式上中国抗衰老促进会理事长为湖南省代表处授予牌匾，并为代表处名誉主任、顾问、主任、副主任及干事总干事颁布聘书。原湖南省卫生厅厅长刘爱华等被聘为中国抗衰老促进会湖南省代表处顾问。细胞营养抗衰老联合实验室主任刘斌做工作汇报及展示科研成果。

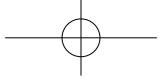
中国抗衰老促进会理事长刘仁富在致辞中介绍，中国抗衰老促进会是在人口老龄化日益加剧、





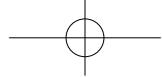
健康保健需求不断增长的背景下应运而生，具有跨部门、多学科、宽专业的特点。自2014年底成立以来，始终把宣传普及抗衰老常识、教育培训抗衰老人才、研究开发抗衰老产品、组织开展抗衰老合作交流，作为本会议不容辞的职责和义务。中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》，为健康中国建设描绘出宏伟蓝图，确立了行动纲领。中国抗衰老促进会所制定的发展规划和开展的各项工作，与大健康理念相吻合，与“健康中国”目标相一致，是落实中央精神的具体行动。

刘仁富希望湖南省代表处各位同仁团结协作，积极整合区域优势资源，为民众提供科学合理、优质高效的养生保健服务，不断满足人们延年益寿的健康需求，为健康湖南和中国抗衰老事业发展作出积极贡献。



# 献爱心 抗疫情

自新冠疫情暴发以来，党和政府领导全国人民经过数月的艰苦卓绝的努力，我国疫情防控形势发生积极向好的变化，抗击新冠肺炎疫情取得阶段性重要成果。期间，我会各分支（代表）机构及各级会员通过多种形式和渠道，积极参与和支持疫情防控工作，与全国上下各行各业一样，为这来之不易的成果付出了艰辛努力，做出了卓越贡献。



## 为担当者担当

### ——副理事长单位常州四药 420 万元药品驰援武汉

我会副理事长单位常州四药制药有限公司积极响应党和政府号召，第一时间向湖北疫情一线伸出援助之手，已三次驰援武汉物资，共捐助药品累计达 420 万余元。

据了解，常州四药早于 1 月 26 日，通过常州市红十字会向武汉市红十字会捐赠价值 33 万余元的 3 万瓶药品，用于支援武汉地区的疫情防控工作。定向捐赠给武汉协和医院、同济医院、武汉大学附属人民医院、中南医院 4 大医院。

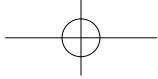
2 月 11 日，常州四药再度通过常州红十字会向孝感、黄石、黄冈、鄂州、随州、荆州、天门市等 7 市 19 家医院，捐赠 209 箱抗疫药品，价值 171 万元。

2 月 14 日，常州四药制药有限公司 264 箱

药品价值 216 万元爱心集结装车出发，驶往湖北省各大医院。这是疫情发生以来，常州四药第三次驰援武汉物资，三次捐助金额累计已达 420 万余元。

常州四药党委副书记、副总经理范新华介绍，这次捐赠的盐酸氨溴索是呼吸系统用药，在 2003 年非典时期成为指定药品。甲泼尼龙、氯化可的松均是临床用于抗炎、抗病毒、抗休克的药物。这三种都是武汉急需的抗击新型冠状病毒感染肺炎的药物。

常州四药公司董事长兼总经理屠永锐表示，常州四药已从正月初五开始，按日常双倍量安排与疫情相关的药品生产，确保常州地区各方临床急需药品的供应。

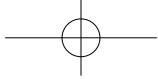


# 疫情就是命令 坚守就是责任

——常务理事单位九芝堂集团迎战疫情保供应

## 《九州共济 心系一起》

疾疫肆虐，战“疫”没有硝烟就轰然打响，大医精诚，英雄医者毅然奔赴危急“战场”。心怀信仰，除夕夜转身出征坚定的背影后，默默支持，闪落的是家人爱与不舍的泪光。抗击疫情，挽救生命是一场争分夺秒硬仗，当付全力，仁心药者千里送上是一份希望。九州共济，我们心系一起汇集无限的力量，芝兰同芳，等待开启的是华夏胜利的篇章！



### 全力保障药品供应 共同抗击肺炎疫情

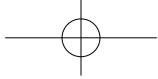
新型冠状病毒感染肺炎疫情席卷全国，牵动着全国人民的心。一场没有硝烟的疫情防控战已经打响！面对严峻形势，中国抗衰老促进会常务理事单位九芝堂集团践行“百年九芝堂，服务大健康”的企业使命，秉承“药者当付全力，医者当问良心”的祖训，担当社会责任，全力保障防疫药品供应，为政府分忧、为百姓健康护航。



### 紧急动员 确保生产和供应

在这个特殊的春节，面对疫情的不断升级，九芝堂向各生产基地发出紧急动员令，密切关注疫情中可能需要的斯奇康注射液（卡介菌多糖核酸注射液）、板蓝根颗粒、健肺丸、裸花紫珠片、感冒退热颗粒、通宣理肺丸等药品的库存情况，按照政府和社会的需求，全力保障药品物资的生产供应，确保不缺货、不断货，满足人民群众的用药需求。

1月22日，九芝堂医药贸易有限公司函告各经销商客户，将对渠道库存进行实时监控，严禁囤货及哄抬价格，确保药品不涨价、不断货，保障正常供应。春节期间，为保证药品的充足供应，多地员工解除假期，回归岗位，组织运营、仓储、物流等资源，迅速开通疫病药品供应绿色通道，紧急发往急需药品的地区。



### 十万火急 除夕夜千里送药

1月24日，除夕，多地疫情抗击所需药品告急。

九芝堂即刻进入“战备”状态，解除假日，回归岗位，组织运营，仓储，物流等各项资源，迅速开通疫病药品供应绿色通道，将安宫牛黄丸等纳入疫情治疗指南的用药，紧急发往需要药品资源的地区。

在长沙，九芝堂高价请专车紧急调运药品和口罩运抵疫区。在河南，没有物流条件情况下，九芝堂驻河南员工于耀博，驾车千里送药，在驻马店封城前送上紧急需求的治疗药品。自己却在返程途中被封城隔离在外。千里送药，怀揣对生命的敬畏和救世济民的仁心，送去希望和曙光。

### 24小时营业 免费发放口罩 提供健康咨询

九芝堂连锁药店作为“距离人民最近的一公里”，全力以赴保障疫情期间产品的充足供应，保证产品质量及价格稳定。同时，面向周边居

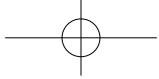
民开展抗防疫情科普宣传，提供可信赖的健康咨询、用药指导，免费提供抗病毒茶，指定门店定时免费发放口罩，并24小时营业，保障人民群众的用药需求。

### 火速组织资源 捐赠权威诊疗方案用药

1月27日，国家卫健委，国家中医药管理局颁布《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案（试行第四版）》后，九芝堂迅速组织资源，捐赠诊疗方案中明确的治疗用药安宫牛黄丸、在非典型肺炎（SARS）抗击中发挥重要作用的斯奇康注射液，以及抗呼吸道、消化道感染用药裸花紫珠片。

防控疫情，我们在一起！向奋战在抗击新型冠状病毒感染的肺炎一线的工作人员致以崇高的敬意！

希望广大群众不要过分惶恐，密切关注国家相关部门发布的防疫指南，按照指南要求主动做好自身与家人的卫生防疫，相信在党中央、国务院的正确领导下，疫情一定能够早日得到有效控制！



## 疫情防控 使命在肩

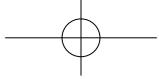
——常务理事单位洛阳新春都制药战“疫”在行动

2020年，一场突如其来的疫情，使喜庆团聚的春节笼罩上了惶恐不安的气氛。面对这场没有硝烟的战争，大家众志成城、共克时艰、手牵手、心连心，将点滴爱心汇聚成磅礴力量，为打赢这场疫情防控阻击战贡献着自己的光和热！

作为中国抗衰老促进会的常务理事单位，面对严峻的疫情防控形势，洛阳新春都生物制药有限公司从一开始就将疫情防控工作作为企业最重要的工作来抓。同时按照上级安排部署，早在2月3日，公司就组织了以10名员工为团队的生产突击队，开启复工模式。

### 科学筹划 精心准备

复工前，新春都制药领导高度重视疫情防控工作，多次就如何做好疫情防控做出部署安排，成立了以孙建勋董事长为组长的疫情防控领导小组，提前摸清掌握全体员工的基本情况，及时上报人员返洛、健康监测等信息，尤其是着重做好来自或去过疫情重点地区人员的防控措施。为保障公司员工的生命安全和身体健康，新春都制药高度重视，提前完成了口罩、测温枪、消毒液等物资的准备；同时，利用微信群、室外宣传条幅、张贴资料等形式积极普及疫情防控知识；在确保



复工员工思想稳定的同时，按照上级有关要求，积极提交各项复工材料，全力做好复工前的各项准备工作。

疫情就是命令，防控就是责任。新春都制药严格按照防控要求细则，让上岗员工佩戴口罩，对上岗员工每天进行两次体温检测并记录在册；作为防控工作的重中之重，对车间、仓库、卫生间等区域，每天进行两次消毒，并按不同区域逐一做好消毒记录。为安全生产打下了坚实的基础。

### **团结一心 共克时艰**

疫情面前，预防比治疗更重要！在此次抗击新型冠状病毒肺炎疫情中，维生素C被上海市卫健委列为抗击新型冠状病毒肺炎预防产品。在全国市场维生素C缺货严重的情况下，而维生素C含片又作为洛阳新春都生物制药有限公司主导产品之一，为尽一份社会责任，为全民抗击疫情做一份贡献！新春都制药董事长孙建勋在拿到复工批复后，立即组建以车间主任常虹为队长的生产突击队，带领9名员工，加足马力生产维生素C含片！

在加班加点终于生产出第一批维生素C含片后，公司第一时间与洛阳市老城区疫情防控指挥部取得联系，并于2月18日向老城区疫情防控指挥部捐赠20箱维生素C含片，帮助大家提高免疫，打赢疫情阻击战，让大家知道还有更多的人在与他们一起战斗！同时企业还为老城区捐赠消毒酒精1016瓶。

### **调研督导 继续努力**

2月10日上午，老城区区委书记、疫情防控总指挥牛刚带队调研督导疫情防控工作。牛刚一行来到新春都生物制药有限公司调研指导复产

“返工”工作，深入企业车间察看疫情防控措施落实情况。

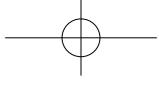
2月19日上午，洛阳市委常委、组织部长何伟实地调研洛阳新春都生物制药有限公司复工疫情防控工作，对疫情期间企业复工复产工作提出具体要求。区委副书记、区长夏磊，区委常委、政法委书记左朝阳，副区长刘海陪同调研。一行领导深入新春都制药VC含片生产车间，对企业在严把生产质量及严格落实疫情防控措施等方面给予高度认可。同时对企业在疫情面前的快速反应、积极复工复产以及为疫情防控做出的贡献进行了高度赞誉！

### **坚定信心 积极作为**

疫情期间，新春都制药其他部门利用视频办公软件，开启居家线上办公模式，为企业的高效运转奠定了坚实的基础，用实际行动来践行“我之使命 乃促人人健康长寿”的企业使命精神！

同时在2月28日，洛阳新春都生物制药有限公司董事长孙建勋先生，利用网络直播的形式，给全国各地的合作伙伴们带来了一场别开生面的“直面疫情，珍爱生命”线上主题分享。从新春都制药在疫情期间的社会责任担当，到如何提升自身免疫力享受健康生活，再到整体抗衰系统工程在全国各地的传播和推广，都进行了深入浅出的介绍。短短一个小时的分享，就有近3000人次收听收看，得到了大家的一致好评。

随后企业每周定期进行线上直播交流，安排专人负责，和全国各地的合作伙伴们进行各式各样的交流学习。积极传播抗衰老理念，致力于打造大健康产业整体抗衰领导品牌，为中国的抗衰老事业发光发热。



无锡贝勒健康管理咨询有限公司  
壹鑫健康管理咨询有限公司

为抗击疫情捐款捐物

## 中国抗衰老促进会

### 感谢函

无锡贝勒健康管理咨询有限公司。

自新冠肺炎疫情发生以来，党和政府统一部署，一线医护人员舍生忘死，各行各业同心协力，全国上下众志成城，我会采取多方面有力措施，为支持疫情防控工作做出积极贡献。

在疫情防控最关键时刻，贵公司发扬社会担当，慷慨解囊，及时伸出援助之手，在春节期间组织人员积极协调资源，为抗疫一线捐赠防疫口罩，助力疫情防控工作。贵单位的善行义举，谨致深切谢意和崇高敬意！

病毒无情人有情，人间处处有大爱。华夏春已至，疫情终可驱。我们相信，有贵公司在内的社会各界的能力帮助，全国人民同心协力，英勇奋斗，一定能够赢得抗击疫情攻坚战和经济社会发展的双胜利。

抗衰老惠及广大人民群众健康福祉，是一项充满爱心的公益事业。中国抗衰老促进会以服务社会为己任，造福民众为目的，让我们共同努力，为人民群众的健康和抗衰老事业贡献更多力量！

再次感谢贵公司为抗击疫情做出的公益善举！



## 中国抗衰老促进会

### 感谢函

壹鑫健康管理咨询有限公司。

自新冠肺炎疫情发生以来，党和政府统一部署，一线医护人员舍生忘死，各行各业同心协力，全国上下众志成城，我会采取多方面有力措施，为支持疫情防控工作做出积极贡献。

在疫情防控最关键时刻，贵公司发扬社会担当，慷慨解囊，及时伸出援助之手，组织员工和客户为疫情防控工作捐赠善款。贵单位的善行义举，致以感谢和崇高敬意！

病毒无情人有情，人间处处有大爱。华夏春已至，疫情终可驱。我们相信，有贵公司在内的社会各界的能力帮助，全国人民同心协力，英勇奋斗，一定能够赢得抗击疫情攻坚战和经济社会发展的双胜利。

抗衰老惠及广大人民群众健康福祉，是一项充满爱心的公益事业。中国抗衰老促进会以服务社会为己任，造福民众为目的，让我们共同努力，为人民群众的健康和抗衰老事业贡献更多力量！

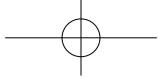
再次感谢贵公司为抗击疫情做出的公益善举！



我会理事单位无锡贝勒健康管理咨询有限公司，得知疫情发生的第一时间，年轻的80后董事长郭枫亲自上阵，放弃春节假期，率领留守员工，加班加点，克服各种困难，组织人员积极协调资源，在2月份通过我会向湖北武汉江岸区台北街社区卫生服务中心、湖北省赤壁市民政局慈善会、内蒙通辽市慈善总会、湖南益阳康雅医院等抗疫一线和我会捐赠了一批宝贵的防疫口罩，在防控疫情蔓延的关键时期，为奋战在一线的医护和抗疫工作者的健康保驾护航。

在疫情防控的最关键时刻，我会理事单位壹鑫健康管理咨询有限公司在80后退伍军人、董事长袁国强带头和倡议下，发扬社会担当，公司员工和客户纷纷捐款，慷慨解囊，捐献的全部善款通过我会捐赠至湖北省慈善总会，向武汉火神山、雷神山、金银潭等医院奋战在新冠肺炎危重症患者救治一线医护人员送去慰问关爱。

日前，我会对通过我会向抗疫捐款捐物的壹鑫健康和无锡贝勒给予感谢，褒扬他们的善行义举。号召更多的企业和有识之士，在国家需要的时候，为维护人民群众的健康，积极承担社会责任。



## 上海先施健康科技有限公司 350 万元防疫物资驰援荆州、荆门等多地市



自新型冠状病毒感染的肺炎疫情爆发以来，举国上下携手同心、众志成城全力抗击疫情。中国抗衰老促进会理事单位“上海先施健康科技有限公司”迅速行动，作为上海市防疫物资重点保障单位，积极响应党和政府的号召，时刻关注疫情信息，将扩能增产保障防疫物资供应摆在第一位，尽己所能，用实际行动更好

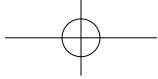
地支持疫情防控工作，第一时间向湖北疫情一线伸出援助之手，期间三次驰援湖北防疫物资，累计捐赠 70 吨 WE ACT<sup>®</sup> 次氯酸消毒水，价值达 350 万元。上海先施健康科技有限公司是上海市首批国家疫情物资生产保障重点企业，生产的新一代安全高效的 WE ACT<sup>®</sup> 次氯酸消毒水被上海市新型肺炎疫情防控工作领导小组作为推荐产品。公司早于 1 月 31 日即安排筹备复工，克服原材料短缺、人员短缺、物流运输困难等问题，2 月 20 日完成扩能改造。随后通过荆门和仙桃市政府向荆门和仙桃无偿捐赠 30 吨 WE ACT<sup>®</sup> 次氯酸消毒水，价值 150 万元，用于支援荆门和仙桃疫情防控工作。3 月 9 日，上海先施健康再度通过荆州市政府向荆州无偿捐赠 30 吨 WE ACT<sup>®</sup> 次氯酸消毒水，价值 150 万元，用于缓解当地防疫物资短缺问题。3 月 12 日，上海先施健康和黄石市政府达成意向捐赠协议，向黄石一线无偿捐赠 10 吨 WE ACT<sup>®</sup> 次氯酸消毒水，价值 50 万元，用于黄石当地巩固已经取得的来之不易的防疫成果。中国抗衰老促进会理事、上海先施健康科技有限公司董事长施敬东表示，此次捐赠的 WE ACT<sup>®</sup> 次氯酸消毒水采用国际领先技术，可直接用于空气、人手、环境及各种物体表面消毒，无需稀释直接喷洒，无毒无害。上海先施健康将始终关心疫情防控与进展，积极支持疫情防控工作，与全国人民携手共克时艰。

## 大兴安岭超越野生浆果开发有限责任公司多次捐赠累计达 180 万元



我会理事单位大兴安岭超越野生浆果开发有限责任公司，向黑龙江省工作在抗击新冠肺炎疫情一线的医护人员及患者，多次捐赠百岁健蓝莓口服液及抗疫物资，累计已达 180 万元。用以帮助医护人员及患者增强免疫力，抗击疫情。守望相助，使命在肩，疫情面前，人人行动。超越公司在做好企业自身疫情防控工作的同时，

时刻关注疫情的防控需求。迅速调集人力、物力，加班生产，稀释分装了 3 吨消毒用酒精、先后分两批次，共调备 92000 支百岁健蓝莓口服液，分别于 2020 年 2 月 1 日及 2 月 25 日捐赠给大兴安岭当地的新型冠状病毒感染患者及一线医护人员！据了解，其捐赠覆盖了黑龙江省范围的新冠肺炎定点医院。



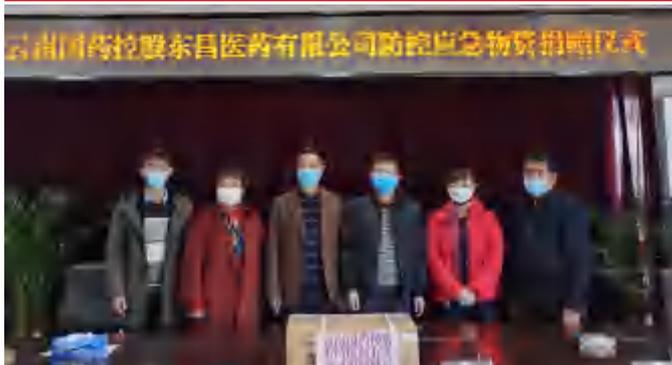
## 武汉绿安健膳方科技有限公司向一线医护人员捐赠 100 万元健康饮品



我会理事单位、功效营养科技工作委员会发起单位，武汉绿安健膳方科技有限公司面对突如其来的疫情迅速行动，一方面组织捐赠价值 100 万的健康饮品，支援奋战在一线的医护人员及患者。另一方面，组织专家制作公益课程、发布“餐桌看营养”及“抗疫小贴士”等科普栏目，通过营养计划 APP 发布，指导疫区群众做好疫情防控工作。功效营养科技工作委员会的陈忠良教授及岳红文教授将率领专家团队，陆续在营养计划 APP 开展全优健康科普课程，深入开展防疫宣教工作。

我会理事单位、功效营养科技工作委员会发起单位，武汉绿安健膳方科技有限公司面对突如其来的疫情迅速行动，一方面组织捐赠价值 100 万的健康饮品，支援奋战在一线的医护人员及患者。另一方面，组织专家制作公益课程、发布“餐桌看营养”及“抗疫小贴士”等科普栏目，

## 云南国药控股东昌医药有限公司向昆明市捐赠 15.03 万元疫情防控药品



自昆明市开展疫情防控工作以来，在昆明市医保局的倡议和统一部署下，云南东昌医药有限公司积极响应，充分发挥企业在疫情期间的社会责任，积极安排部署，多渠道征集用于防控疫情的各类物资。2020 年 2 月 3 日在昆明市医保局李勇副局长的陪同下，向昆明市疫情防控指挥部捐赠了 100 件价值 15.03 万元的藿香正气口服液。

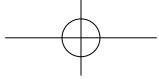
我会理事单位、云南省办事处发起单位，云南国药控股东昌医药有限公司向昆明市疫情防控指挥部，捐赠了 100 件价值 15.03 万元的藿香正气口服液。云南东昌医药有限公司是成立于 1999 年，是云南省内大型的药品批发配送企业之一，承担着将药品配送到云南偏远山区的社会责任，也是昆明市负责医药配送的重要企业。

## 北京幸福万家金博文化有限公司捐赠防疫物资



为积极响应孙春兰副总理关于加强向武汉养老院物资救援的相关指示，我会理事单位北京幸福万家金博文化有限公司，于 2 月 13 日向向泰康（武汉）同济医院捐赠 5 台“星空の云医”环境净化器，又于 3 月 8 日，联合丹东和源食品有限公司、中民救助院医疗中心等单位，共同为武汉福利院、妇幼保健

为积极响应孙春兰副总理关于加强向武汉养老院物资救援的相关指示，我会理事单位北京幸福万家金博文化有限公司，于 2 月 13 日向向泰康（武汉）同济医院捐赠 5 台“星空の云医”环境净化器，又于 3 月 8 日，联合丹东和源食品有限公司、中民救助院医疗中心等单位，共同为武汉福利院、妇幼保健



## 居家隔离防病毒 功效营养好建议

在新型冠状病毒（2019-nCoV）流行期间，同时可以通过下面系列健康措施提升机体免疫力，有助于病毒的预防及康复。

防疫居家隔离期间，个体免疫功能“全优健康”养护要点如下：

### “养”为基础

- 1、切忌熬夜，充足睡眠；
- 2、拒绝暴饮暴食；
- 3、饮食清淡，但保持充足蛋白摄取；
- 4、多吃新鲜有机蔬菜水果。

蔬菜包括：大蒜（大蒜瓣切片后，先氧化一刻钟后，做菜或服用）、洋葱、蘑菇、油菜、螺旋藻、蛹虫草等。

水果包括：蓝莓、香蕉、橙子、猕猴桃等深颜色水果；

- 5、每天饮水 2000 毫升以上；
- 6、规律适度运动，避免剧烈运动；
- 7、保持良好心态和情绪，学会控制恐慌、

焦虑与压力，每天正能量；

- 8、社区良好互动、互助、互爱，众志成城。

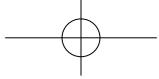
### “护”助强化，通过功效 营养素，提升机体免疫力

营养素补充每日参考剂量（详细方案请根据个人健康状况，咨询医生或遵医嘱选择）。

- 1、维生素 C：2,000mg-5,000mg；
- 2、维生素 D3：5,000IU；
- 3、天然抗氧化剂：  
莓果提取物：ORAC5000 单位 -20000 单位  
花青素：100mg  
姜黄素、绿茶提取物、银杏提取物等等；
- 4、常规量锌、硒；
- 5、益生菌：200 亿 -500 亿活菌单位；
- 6、辅酶 Q10：100mg-300mg；
- 7、大蒜提取物：60mg。

祝大家居家健康，共抗疫情！

（功效营养工作委员会、营养计划 APP 供稿）



## 疫情期间居家健康生活方式指南

抗击病毒，主要依靠自身的免疫力、抵抗力，让自己保持健康状态。所谓“生活”，其真谛即是保持“生机与活力”。因此，全国休病假期间，在家隔离休息，一定要注意不能进入“懒人”模式，吃了睡，睡了吃，或是手机不离手，电视不关闭，身体不离沙发，甚或心情烦躁、焦虑、发怒等等。以下，为大家提供一些假期健康生活方式的建议：

### 作息规律

**早起**，建议6点半左右，最晚不过8点。晚起阳气不易生发。

**早睡**，晚上11点前入睡，能再早一些更好。

**定时**，吃饭、做事、起居、娱乐都要定时。

**总之，有规律生活。**

### 整体抗衰，保持运动，方术道结合

**方**，服用抗衰，提高免疫力的药物、保健食品、食品（比如玉金方、生能化能）。

**术**，八段锦、太极拳、瑜伽等意、气、形同步的锻炼方式。

**道**，引气下行，放松、静心。以及泡脚、揉捏手指、脚趾。

**方术道每日2~3次，每次半小时左右。**

### 调整心态，生活充实

适应居家生活，保持放松、冷静，不急不躁。

设计自己喜欢、感兴趣的具体生活内容。

比如：读书、听书、电视、打牌等。

### 饮食搭配，少食零食

定时饮食，荤素营养搭配，不暴饮暴食，不厌食少吃，不以零食取代吃饭。

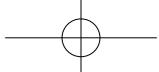
### 推荐预防中药配方

**配方**：巴戟天 30g，党参 30g，枸杞 15g，熟地 5g，薏米 8g，怀牛膝 5g，陈皮 5g，怀山药 8g，柴胡 5g。

**用法**：煎服，每日一副

**祝大家居家健康，共抗疫情！**

（抗衰工程推广工作委员会供稿）



# 战疫之后的思考

疫情凶猛，危害大众，  
打响防控阻击战，采取紧急行动。

决战成功，赞美英雄，  
总结其宝贵经验，更值传承恢弘。

一靠领导防控，让国人信奉，  
把百姓生命放首位，大家庭情深意浓。

二靠全民防控，不忙乱惊恐，  
严格消毒隔离，道路商店适时查封。

三靠科学防控，发挥专家作用，  
实施精准救治方案，坚持中西医并重。

四靠依法防控，组织有序分工，  
统一指挥协调，政策法规必须遵从。

五靠综合防控，患难与共，  
四面八方驰援疫区，公益捐赠蔚然成风。

六靠国际防控，开展互联互通，  
共同抗击新冠病毒，把中国经验输送。

探寻漏洞，填补裂缝，  
巩固成果找差距，吸取教训避免伤痛。

一要思想紧绷，工作不能放松，  
完善应急救治预案，检查督促贯始终。

二要社会大公，限制资源私垄，  
突显制度体制优势，消除落后与贫穷。

三要队伍冲锋，培养顽强英勇，  
召之即来战能胜，团队骨干又专又红。

四要物资集中，随时都能提供，  
保证质量和数量，更新换代常补充。

五要预防接种，提高免疫系统，  
改变不良生活方式，禁食野生动物与害虫。

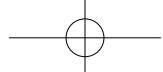
六要国际联盟，相互尊重包容，  
建立人类命运共同体，共圆世界健康梦。

风雨之后见彩虹，大疫之战迎晴空，  
今日环宇大地，飞舞中国龙！

中国抗衰老促进会理事长 **刘仁富**

2020年3月18日

(此文刊载在健康报)



# 《中国抗衰老》内刊征稿启示

《中国抗衰老》是促进会创办的内刊。作为抗衰老领域的宣传载体，在向各分支机构、理事单位、会员单位报道总会资讯及工作动态、解读行业政策和法律法规、交流科研成果及学术进展、推广先进理念和优秀产品等方面，发挥了积极作用。

本刊目前设置的栏目包括：总会资讯、政策解读、学术研讨、专家访谈、项目进展、活动快讯、机构动态、工作集锦、会员风采等。为了丰富内容，扩大信息量，将内刊办成抗衰老领域最具影响力的综合性读物，现向各相关单位及个人征集稿件。同时根据宣传及发展需要，欢迎洽谈栏目合作，定期供稿。

## 一、征稿内容：

### 1. 各分支（代表）机构、理事单位、会员单位及个人相关内容：

- (1) 活动信息预告及报道；
- (2) 工作动态、业绩及公众反馈；
- (3) 需要宣传的先进理念及优秀项目；
- (4) 机构所属专家的宣传推荐；
- (5) 抗衰老心得体会；
- (6) 其他希望报道的内容。

### 2. 专家学者：

- (1) 研究成果、论文、综述、创新项目；
- (2) 相关领域的科普讲座、知识要点；
- (3) 专家访谈等。

## 二、投稿注意事项：

1. 来稿属原创稿的，请注明作者，另附作者介绍（400字以内）及近期照片。文中引用其他专家、学者、研究人员或作者的成果及资料的，请注明出处来源；
2. 来稿是引用稿或转载稿的，请注明出处来源；
3. 来稿尽量能够采用电子稿件投稿，稿未注明作者姓名、地址及电话、电子邮件等；
4. 收到稿件一律不退，请自留稿底；
5. 内刊为非赢利读物，不设稿酬；
6. 稿件、图片一经采用，即奉寄样刊。未能收到样刊的作者请与本刊联系，以便补寄。



征稿邮箱：592250612@qq.com

联系人：中国抗衰老促进会宣传部 平川

联系电话：151-0107-0918, 010-85306844

通信地址：北京市东城区建国门北大街5号金成建国5号大厦526室

邮 编：100021

