


JIANKANG ZHONGGUO :
XINSHIDAI WOGUO DAJIANKANG CHANYE FAZHAN YANJIU

健康中国： 新时代我国大健康产业发展研究

钱立◎著

 吉林科学技术出版社



扫码添加我的微信，我拉你进读书交流群



扫码关注公众号：老高书单

QQ:415163919 网址: www.gaomengze.com

责任编辑：李思言
封面设计：马静静



健康中国： 新时代我国大健康产业发展研究

ISBN 978-7-5578-5656-4




9 787557 856564 >

定价：70.00元

健康中国： 新时代我国大健康产业发展研究

钱立◎著

 吉林科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

健康中国：新时代我国大健康产业发展研究 / 钱立
著. -- 长春：吉林科学技术出版社，2019.6

ISBN 978-7-5578-5656-4

I . ①健… II . ①钱… III . ①医疗保健事业—产业发展—研究—中国 IV . ① R199.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 119045 号

JIANKANG ZHONGGUO: XINSHIDAI WOGUO DAJIANKANG CHANYE FAZHAN YANJIU

健康中国：新时代我国大健康产业发展研究

著 钱 立
出版人 李 梁
责任编辑 李思言
封面设计 马静静
制 版 北京亚吉飞数码科技有限公司
开 本 710mm × 1000mm 1/16
字 数 214 千字
印 张 16.5
印 数 1—5 000 册
版 次 2020 年 3 月第 1 版
印 次 2020 年 3 月第 1 次印刷

出 版 吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街 4646 号
邮 编 130021
发行部传真 / 电话 0431-85635176 85651759 85635177
85651628 85652585

储运部电话 0431-86059116
编辑部电话 0431-85635186
网 址 www.jlscbs.net
印 刷 三河市铭浩彩色印装有限公司

书 号 ISBN 978-7-5578-5656-4
定 价 70.00 元

如有印装质量问题 可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话：0431-85635186

前 言

21 世纪是人类追求健康的世纪,是人人享有保健的新时代;21 世纪,由发展经济到关心自己的健康;21 世纪人们最需要的是健康。追求健康是人类社会发展延续最重要的目标,也是人类社会谋求更高生活品质的强大动力。健康是人生最宝贵的财富,没有健康的身心一切无从谈起。

随着经济发展和人们生活水平的迅速提高,人们在尽情享受现代文明成果的同时,文明病,即生活方式病正日益流行,处于亚健康状态的人群越来越多。生活条件提高了,可食品安全和环境卫生问题却层出不穷,生活质量反而不断下降了。如今人们一些慢性病问题突出,不重视亚健康状况,这已经严重影响人们的身体健康,耗费大量的社会医疗资源和医疗费用,不少人也因病致贫。当前我国居民亚健康状况急需改正,其保健意识、保健行为有待加强,需要进一步宣传科学的健身知识,崇尚文明,保健食品企业主体行为需进一步规范,鉴于医药保健品行业市场现状,消费者急需科学的理论知识作正确的消费引导,同时我国社会保健服务机构与人才极其缺乏,面对“入世”竞争,健康饮食、健康医疗、健康预警、健康休闲等越来越受到全世界人们的关注,健康观念也由单纯追求疾病治疗向疾病预警、从治疾病向治未病转变。

在这一时代背景下,一种新的全局的理念——大健康理念被提出。它围绕着人的衣食住行以及人的生老病死,关注各类影响健康的危险因素和误区,提倡自我健康管理,是在对生命全过程全面呵护的理念指导下提出来的。它追求的不仅是个体身体健康,还包含精神、心理、生理、社会、环境、道德等方面的完全健康。提倡的不仅有科学的健康生活,更有正确的健康消费等。它的范

畴涉及各类与健康相关的信息、产品和服务,也涉及各类组织为了满足社会的健康需求所采取的行动。国家中医药管理局明确提出“治未病”的医疗指导原则,进而促生了我国大健康产业的快速成熟。在此背景下,涵盖医疗服务、康养产业、休闲体育、养生旅游等领域的健康产业逐渐成为 21 世纪引导全球经济发展和 社会进步的重要产业。

本书共七章内容,第一章为健康与健康中国,分析了健康及健康产业的概念、中国大健康产业发展概况、中国大健康产业发展规划与目标等方面;第二章为我国国民健康现状分析,从国民健康需求的三大矛盾和国民健康的主要威胁因素方面展开;第三章为健康管理研究,具体阐述了对健康管理的理论基础与创新、健康管理的现状与实践、健康管理服务和营销;第四章为互联网医疗发展,主要内容包括“互联网+”时代的医疗健康战略、医疗大数据的发展、传统零售药店的转型、“互联网+”保险的模式创新、健康医疗云平台建设;第五章为康养产业的发展,介绍了康养概念体系及产业组织分类、康养产业发展现状以及康养产业面临的问题与解决策略;第六章为现代休闲体育的发展,介绍了现代休闲体育的特点与分类、现代休闲体育的现状以及休闲体育产业发展布局和对策;第七章为养生旅游的发展,对养生旅游的作用和主要类型、养生旅游产业的动力机制和发展模式以及养生旅游发展的实践进行了分析。

总的来看,本书内容突出体现了以下特色:

第一,理念引导。“大健康”首先是“全面健康”的理念,而大健康产业无疑是 21 世纪最具有广阔发展前景的大产业。本书从理念和基础理论上,让更多人认识大健康,追求大健康,让更多企业投身大健康,为人们的健康提供解决方案。在大健康产业领域,国外有些企业已经先行,我们要跟上去,形成大健康的全产业链,聚集竞争力。

第二,内容全面。本书对当前健康和健康中国的相关内容进行了阐述,并分析了我国国民健康现状,对互联网医疗发展、康养

前 言

产业的发展、现代休闲体育的发展、养生旅游的发展的相关内容进行了分析,涉及领域比较全面。

本书的撰写和出版得到了重庆第二师范学院“青年教师成长计划”项目的资助;在本书的撰写过程中,经济与工商管理学院和同事在资料收集上给予了大量帮助;同时,作者也参阅、引用了很多相关文献资料,在此一并表示衷心的感谢。由于作者水平和时间有限,书中疏漏和不足之处在所难免,恳请同行专家以及广大读者批评指正,以便日后本书不断完善。

作 者

2019年4月

目 录

第一章 健康与健康中国	1
第一节 健康及健康产业的概念	1
第二节 中国大健康产业发展概况	12
第三节 中国大健康产业发展规划与目标	16
第二章 我国国民健康现状分析	34
第一节 国民健康需求的三大矛盾	34
第二节 国民健康的主要威胁因素分析	49
第三章 健康管理研究	68
第一节 健康管理的理论基础与创新	68
第二节 健康管理的现状与实践研究	80
第三节 健康管理服务和营销	91
第四章 互联网医疗发展	107
第一节 “互联网+”时代的医疗健康战略	107
第二节 医疗大数据的发展	111
第三节 传统零售药店的转型	120
第四节 “互联网+”保险的模式创新	137
第五节 健康医疗云平台建设	149
第五章 康养产业的发展	162
第一节 康养概念体系及产业组织分类	162
第二节 康养产业发展现状	170
第三节 康养产业面临的问题与解决策略	174
第六章 现代休闲体育的发展	178
第一节 现代休闲体育的特点与分类	178

第二节	现代休闲体育的现状·····	190
第三节	休闲体育产业发展布局 and 对策·····	200
第七章	养生旅游的发展·····	214
第一节	养生旅游的作用和主要类型·····	214
第二节	养生旅游产业的动力机制和发展模式·····	220
第三节	养生旅游发展的实践研究·····	234
参考文献	·····	250

第一章 健康与健康中国

健康长寿不仅是人类发展的核心目标,而且是我国人民的共同愿望。健康中国就是人民健康长寿的中国,也是国民健康素质和健康服务水平达到世界先进水平的中国。健康中国从健康生活、健康质量和健康能力三个维度,为个人和家庭、健康相关机构和政府部门等提供一个行为导向和政策依据,合力建设人民健康长寿、经济社会相互支撑的健康中国。

第一节 健康及健康产业的概念

1996年WHO在其发布的《迎接21世纪挑战》报告中明确提出:“21世纪的医学不应该继续以疾病为主要研究领域,而应当以人类的健康作为医学的主要研究方向。”2000年,法国总统密特朗邀请75位诺贝尔奖得主,以“21世纪的挑战和希望”为主题汇聚巴黎,会后发布了《巴黎宣言》:“好的医生应该是使人不生病,而不是仅仅治病的医生。”“医学不仅是关于疾病的科学,更应该是关于健康的科学。”

一、健康的概念及影响因素

(一) 健康的概念

由于所处时代、环境和条件的不同,人们对健康的认识也不

尽相同。受传统观念和世俗文化的影响,长期以来传统的健康观,认为“无病即健康”,把有无疾病视为健康的判断标准,把健康单纯地理解为“无病、无残、无伤”。这种机械地把健康和疾病看成单因果关系无疑是不全面、不确切的。

随着人类文明的进步,人们对健康与疾病的认识逐步深化,整体的、现代的健康观也在逐渐形成。在1948年生效的《世界卫生组织宪章》里给出了“健康”较为经典的完整定义:“健康不仅是没有疾病和衰弱,而是指保持体格方面、精神方面和社会方面的完美状态。”这也成为现代关于健康的较为完整的科学概念。

依据WHO对于健康的定义,可以认为健康的概念应包括三层含义:一是身体健康,即生理状态良好,人体各器官、系统的功能正常,没有疾病和躯体残缺,精力充沛;二是心理健康,主要包括良好的个性、良好的处事能力以及良好的人际关系;三是社会健康,即对周围环境、社会生活各方面都能很好地适应,自己的思想、情感和行为能与社会环境的要求保持一致,能适应社会生活的各种变化。这三层含义中,身体完善为健康基础层面,心理适应为健康关键层面,而社会健康和道德高尚则是健康的高级层面。

基于健康的内涵,WHO提出了10条健康标准:①有充沛的精力,能从容不迫地担负日常生活和繁重工作,而且不感到过分紧张与疲劳;②处事乐观,态度积极,乐于承担责任,事无大小,不挑剔;③善于休息,睡眠好;④应变能力强,能适应外界环境的各种变化;⑤能够抵抗一般性感冒和传染病;⑥体重适当,身体匀称,站立时,头、肩、臂位置协调;⑦眼睛明亮,反应敏捷,眼睑不易发炎;⑧牙齿清洁,无龋齿,不疼痛;牙龈颜色正常,无出血现象;⑨头发有光泽,无头屑;⑩肌肉丰满,皮肤有弹性。

从健康的定义可以看出,健康是由相互依赖的多维度构成。随着对健康研究的深入,健康测量维度已从WHO最早所提出的三个发展为现在的七个。

(1) 躯体维度是指能够维持健康的生活质量,保证在躯体无疲劳和无压力情况下完成日常活动的的能力。躯体健康反映身体

的整个状态,行为方式对躯体健康非常重要,保持健康生活习惯(定期检查身体、平衡饮食、积极锻炼等)、摒弃不良生活习惯(抽烟、饮酒等)有助于保持理想的躯体健康。

(2)智力维度是指学习技能和知识提高健康生活的认知能力。智力健康反映创造性和决策的洞察力。对新知识的渴望、提高技能、追求挑战、终身学习,有助于提高智力健康。

(3)情绪维度是指接受和应对自身和其他人情绪的能力。情绪几乎时刻影响着健康的全部方面。无助感、抑郁、焦虑,甚至自杀倾向等不良情绪会严重影响健康。积极认识并与他人分享恐惧、悲伤、压力、喜悦、爱、期望等情绪,有助于保持情绪健康。

(4)社会维度是指与他人建立并维持令人满意的社会关系的能力。被社会认可与情绪健康有关。具有良好的沟通技巧、尊重自己和他人,建立并保持与家人、朋友和同事的良好关系有助于社会健康。

(5)精神维度是指实现生活平静、和谐的能力,也可翻译为心灵维度。精神健康涉及价值观和信仰,诠释了生活的目的和意义。不同个体对精神健康的理解不同,精神健康通常指个体价值观和行为的统一,保持自身和与他人的一种和谐状态,平衡自身内在需要。精神维度与我国学者提出的“四信”(信仰、信念、信心、信任)“思想境界”类似。

(6)职业维度是指在工作中实现个体价值,并保持生活平衡的能力。职业健康反映了个体工作和休闲时间的平衡、处理工作压力、与同事关系的状态。期望在所从事职业中做出贡献,推动所在组织、社会发展有助于职业健康。

(7)环境维度是指认识到保护空气、水、土壤等环境是人类责任的能力。保护家园、社区、地球环境,实现人与环境的和谐发展,降低环境对健康负面影响是环境健康的核心。

(二) 健康的影响因素

人类健康受多种因素的影响。随着社会经济、科学文化的发

展,人们对影响健康因素的认识不断发展和深化,健康影响因素的分类方法亦不完全相同。一般来讲,可以将影响健康的因素分为生物学因素、环境因素、行为和生活方式因素,以及医疗卫生服务因素等四类。严格意义上来讲,行为与生活方式因素与医疗卫生服务因素也应该从属于环境因素里的社会环境因素,但由于这两部分对于人的健康状况影响极为重要,因此,在健康教育与促进领域,多将后两种因素提升到与前两种并列的高度,甚至成为干预与改善健康的关键环节。

1. 生物学因素

生物学因素是指人类在长期生物进化过程中所形成的遗传、成熟、老化及机体内部的复合因素。这类因素,既包括如病原微生物等致病性因素相关的物质,又包括一系列与个体的遗传基因、胎儿期的生长发育状况等相关因素,如基因特点、生长发育、衰老,以及个人生物学特征(包括性别、年龄、形态和健康状况等)。

生物遗传因素直接影响人类健康,它对人类诸多疾病的发生、发展及分布具有决定性影响。20世纪初,人们称引起传染病和感染性疾病的病原微生物为生物性致病因素。随着对疾病认识的不断加深,目前已知,除了明确的遗传病外,许多疾病如高血压、糖尿病等的发生,亦包含有一定的遗传因素。但遗传性对这些疾病来说是促发因素而不是限定因素。发育畸形、寿命短也不排斥有遗传方面的原因,同属生物性致病因素范围。

2. 环境因素

环境因素是指以人为主体的外部世界,或者说是指围绕着人类空间及其直接或间接影响人类生活的客观事物的总和。环境因素包括自然环境和社会环境。

自然环境又称物质环境,是人类赖以生存的物质基础,包括阳光、空气、水、气候、地理及其他生物等。在自然环境中,影响人类健康的因素主要有生物因素、物理因素和化学因素。保持自然环境与人类的和谐对健康十分重要,污染的环境必然对人体健康

造成危害,其危害机制比较复杂,一般具有浓度低、效应慢、周期长、范围大、人数多、后果重以及多因素协同作用等特点。

社会环境又称文化—社会环境(非物质环境),是指人类在生产、生活和社会交往活动中相互间形成的生产关系、阶级关系和社会关系等。既包括社会制度、法律、经济、文化、教育、人口、民族、职业等,也包括工作环境、家庭环境、人际关系等。疾病的发生和转归直接或间接地受社会因素的影响和制约。此外,环境因素还会影响到人们生活方式的选择。

环境因素中的以下因素对健康起着决定性作用:①收入和社会地位;②社会支持网络;③教育文化;④就业和工作环境;⑤社会与自然环境。而且健康与社会发展的双向作用已被不同国家和地区的实践所证实。

3. 行为与生活方式因素

行为是指人类在其主观因素影响下产生的外部活动,而生活方式则是指人们在长期的习俗、规范和家庭影响下所形成的一系列生活意识及习惯。合理、卫生的行为和生活方式将促进、维护人类的健康,而不良的行为和生活方式将严重威胁人类的健康。例如,不合理的饮食、吸烟、酗酒、久坐而不锻炼、性乱、吸毒、药物依赖、驾车与乘飞机不系安全带等因素,会给个人、群体乃至社会健康带来直接或间接的危害。

行为与生活方式因素对健康的影响具有潜袭性、累积性和广泛性的特点。大量流行病学的研究已表明,大多数慢性非传染性疾病(以下简称“慢性病”)与人类的行为与生活方式关系极为密切,通过改善行为方式可以有效控制这些疾病的发生及发展。此外,感染性疾病、意外伤害和职业危害的预防控制也与行为和生活方式密切相关。

4. 卫生服务因素

卫生服务因素是指和促进与维护人类健康相关的医疗卫生和保健机构及卫生(健康)专业人员,为了防治疾病、增进健康,

运用卫生资源和各种手段,有计划、有目的地向个人、群体和社会提供必要的各种医疗、卫生服务的活动过程。它既包括资源的动员,即各种医疗卫生与保健机构的配置与设置,也包括各种服务的提供,即医疗机构所提供的诊断诊疗服务和卫生保健机构提供的各种预防保健服务。一个国家医疗与卫生资源的拥有、分布及利用将对其居民的健康状况起到重要作用。“以人为本、以健康为中心”的连续性、整合型医疗卫生服务体系的建立,完善、便利、可及的服务网络,一定的卫生经济投入以及公平、合理的卫生资源配置,均会对居民健康有较强的促进作用。反之,如果卫生服务和社会医疗保障体系存在缺陷,居民必然不能有效地利用与获得所需的医疗与卫生保健服务,也就不可能有效地防治疾病,促进健康。

(三) 健康的概念中存在的问题

当前,人们普遍认可的对健康的定义即 WHO 对“健康”的定义——“健康是整个躯体、精神和社会的完满和谐状态,而不仅仅是没有疾病或身体虚弱”。然而,这一定义中对健康的描述性概念存在一定的缺陷,它仅仅表达了健康的表层意思,而没有深究表层健康之下的更深层次的健康状态,即表层健康是依靠何种内在力量维持的。

《易经》开篇曰:“天行健,君子以自强不息。”意思就是天在强有力地运转不停,君子也应自强而不停息,如此,才可以适应天地而生存。可见,生命自己拥有自强不息的生机和活力,这就是维持生命保持各种动态平衡的前提,也可以说是自我健康的协调机制和强大动力所在,中华传统文化对健康还有类似的表述:“身强为健,心怡乃康”,即指身体强壮和心情愉悦和谐的状态。在古英语中,健康(health)也有强壮、结实和完整之意。《简明不列颠百科全书》1987年中文版的健康定义是:“健康,是使个体能长时期地适应环境的身体、情绪、精神及社交方面的能力。”总之,这种高度自组织的机制和自强不息的活力才是健康之本源与

内涵。

所以,健康不仅是指一种完满和谐的平衡状态,更是指机体自身所拥有的一系列自组织调节平衡的机制和自强不息的应激适应能力。遗憾的是,现代人类没有去深究健康的最本质内涵,而是停留在表浅的状态认知上,以致现代医学(包括现代中医)只局限于发展疾病医学和医疗体系,因此出现了很多问题——诸如医疗危机、健康危机、医患矛盾和医改难题,以及中西医百年之争等问题,这些也正是我们在本书中试图解决的问题。

健康也不能仅强调与生存方式(自然环境和社会环境)、生活方式(四大基石)和生殖遗传因素等有关,这些的确不能忽视,它们对健康均有不同程度的影响,但都是外因和先天因素。而健康的决定因素在内因,即自组织调节平衡机制是否健全、自强不息的活力和应对能力是否具备。值得警醒的是:医疗方式除了保障健康的安全外,它对内在健康机制的破坏和健康能力的耗损也是最直接、最快捷的人为因素,务必引起重视,切勿过当。

所以,我们认为:对健康的认知和研究不能只关注所谓的和谐平衡状态和影响健康的外在因素上,必须深入研究和分析清楚健康自身的本质和内在机能及发展规律,找到能协调健康机制、恢复健康能力和提升健康水平的最佳方式和方法,当然,同时也要注意各种内外影响因素等,从而形成一套完善的“健康学”,这样才能从根本上解决人类的健康问题。为此,在本书中我们系统地提出了健康学科体系建设的构想,借此为健康政策体系的创建提供学理依据,也为健康产业体系的规划提供理论指导和技术应用支持。

1. 健康问题不仅仅是疾病问题

健康既指身心平衡状态,又指自我拥有的各种生机活力。如果这种动态平衡被打破或暂时不能适应,即不平衡、不和或不通时,机体就表现出来一些症状或不适的感觉,这些症状或不适的感觉每个人随时都可能会出现,这也就是所谓的疾病或病症。同