

# 着力构建中国生态安全屏障

□ 中国林科院林业研究所所长张建国

近40年来,我国持续推动和实施植树造林工程,是我国经济社会可持续发展和生态文明建设的重大战略选择,数据显示,我国现有森林面积33亿亩,蓄积量175.6亿立方米,森林覆盖率22.96%,实现了30年连续保持面积、蓄积量的“双增长”,其中人工林的扩张最为明显,达到了11亿亩,居世界首位,成为全球人工林资源增长最多、发展最快的国家。

发展人工林的重要性主要体现在三个方面:

首先,发展人工林是确保国土生态安全的需要。森林是陆地生态系统的主体,具有调节气候、减少土壤侵蚀、防止水土流失、净化空气和水质、维护生物多样性等多种生态功能,是维护和确保国土生态安全的基石。

为了从根本上遏制生态环境的退化,实现人与自然的协调发展,近40年来,我国先后启动了三北防护林工程、退耕还林工程、天然林保护工程、防沙治沙工程等一系列植树造林工程,初步构建起我国的生态安全屏障体系,显著提升了生态系统的质量和稳定性,土地流失和土地荒漠化得到有效逆转,实现了由“沙进人退”到“绿进沙退”的历史性转变,7000多万依赖退化土地生活的人们实现了脱贫,提前实现了联合国提出的到2030年实现土地退化零增长目标。

据初步统计,20年来,仅退耕还林还草工程一项就创造了亿万万元的巨额生态价值,远高于投入。但是,总体看我国仍然是一个缺林少绿的国家。过去的30年,尽管森林资源连续实现了

“双增长”,但森林覆盖率仍远低于全球30.7%的平均水平,人均森林面积仅为世界人均水平的三分之一,人均森林蓄积只有世界人均水平的六分之一,森林资源总量不足、质量不高、分布不均的短板仍然存在,森林生态系统功能脆弱的状况尚未得到根本改变,生态产品短缺依然是制约我国可持续发展的突出问题。确保国土生态安全,中国的植树造林工程仍然任重道远。

其次,发展人工林是确保木材安全供给的需要。近20年来,随着我国经济社会的快速发展,我国已成为木材消费大国。随着我国天然林保护工程的持续推进,国有天然林区已完全实现全面禁伐,木材供给的总量和结构性矛盾将日益尖锐,今后木材的供给必然由天然林转向人工

林,人工林在木材供给中的作用将日益凸显。因此发展人工林特别是速生丰产林,建立国家储备林基地,对确保国家木材安全供给具有重大的现实意义。

此外,发展人工林是有效应对全球气候变化的需要。全球气候变化是近10年来世界关注的焦点问题之一。作为负责任的发展中大国,为了减缓温室气体的排放,2007年我国发布了《中国应对气候变化国家方案》。2009年我国在联合国气候变化峰会上做了“携手应对气候变化挑战”的报告,提出了一系列减缓温室气体排放的政策、产业、技术应对措施,其中增加森林碳汇是林业应对气候变化最为有效的途径。

最近,美国《科学》杂志刊登了一篇由瑞士苏黎世联邦理工

大学等机构撰写的研究报告,发现全球植树造林的潜力巨大。该研究的资深作者汤姆·克劳瑟认为:“我们都知道恢复森林可以在应对气候变化方面发挥作用,但我们对其可能产生的影响没有科学的理解。该研究清楚表明,森林恢复是目前可用的最佳气候解决方案。如果我们现在采取行动,可能将使大气中的二氧化碳减少25%,达到近一个世纪前的水平。”近期,美国国家航空航天局(NASA)发布了一项卫星数据报告,发现过去20年中,世界变得越来越“绿色”了,其中四分之一全球绿化面积净增长的贡献直接来源于中国的植树造林工程,这实际上回答和确认了中国近20年的植树造林工程在应对全球气候变化方面的贡献已居全球之首。

## 美好生活需要“大健康”

□ 李拯

在刚过去不久的我国第十一个“全民健身日”,恰如今年的主题“健康中国、你我同行”,越来越多的人加入到运动健身中来。健康中国行动推进委员会刚成立就密集行动,致力打造百姓身边健身组织和“15分钟健身圈”。在全国各地,太极拳集体展演、五人制足球赛、青少年田径赛……运动成为生活方式,健康成为共同诉求。

公众的健身热情和健康追求,背后是经济的发展和生活水平的提升。近年来,很多“细节的变化”映照人们健康观念的转变。牛油果、秋葵等营养食品悄然走红,带动“卡路里经济学”;城市马拉松受到热捧、手机APP记录走了多少步,运动社交为生活增加乐趣;健康心理、快乐人生的理念得到广泛认同,人们比以往更关注心理健康……可以说,健康日益成为人民群众美好生活需要的重要组成部分。

更清洁的空气、更干净的水、更安全的食物、更公平可及的体育设施、更优质普惠的医疗服务……人们在这些方面的更高诉求,莫不与健康有关。“要倡导健康文明的生活方式,树立大卫生、大健康的观念,把以治病为中心转变为以人民健康为中心”。习近平总书记的这一要求,既顺应了人民群众的美好生活需要,更为我国卫生与健康事业发展指明了前进方向。所谓大健康,应该是对生命实施全程、全面、全要素的呵护,不仅追求身体健康,也追求心理健康、精神健康;不仅要求疾病治愈,更追求远离“亚健康”的强健体魄,锻造抵御疾病的强大身体素质。

按照世界卫生组织的标准,健康包含身体健康、社会适应与心理健康三个方面。社会转型期,生活压力、社会竞争加剧,加之以往对心理健康重视不够,也存在一种羞于谈心理问题的倾向,这些因素都让心理健康更值得关注。升学烦恼、竞争压力、情感孤独……如果人们不能获得足够的心理关怀和精神慰藉,那

么无论在身体健康上投入多少,也难以获得全面的健康。从科学视角看,大脑的神经冲动确实会影响神经体液分泌,人的精神状态影响着身体状态。中医也讲“形神合一”,既要“动以养形”,也要“静以养神”,达到形神兼养、身心俱佳的健康境界。正所谓“精、气、神,养生家谓之三宝”,更加注重心理建设、心理健康,才能获得内外兼修的真正健康。

同时,大健康理念也启示人们,健康也是“管”出来的。从健康管理的链条来看,生病治愈属于最为末端的环节,而以人民健康为中心,则要求我们更多进行健康的源头治理。身体没有疾病只是健康的必要而非充分条件,如果总是感到疲劳乏力、活力降低、适应力下降,那么人就可能处于“亚健康”状态,并不是真正意义上的健康。正因此,大健康不仅要求已病后能够治愈,更意味着增强未病时的预防能力,这意味着社会的健康管理需要关口前移,重心从“治已病”向“治未病”转变。

往深层看,树立大健康的观念,涉及我国卫生与健康事业发展的深层调整。从治理来看,政府部门的职责不仅在于提供优质医疗服务,更需要围绕大健康进行综合治理。包括体育锻炼、食品安全、生态环保等都属于大健康的范围,更需要政府部门把健康融入相关政策,形成有效的大健康治理体系。对社会和个人而言,如果说医疗是外生变量,那么健康就是每个人固有的责任。大健康为企业开创了新的健康产业蓝海,同时也需要每个人参与其中,提高自身健康素养、养成健康生活方式。政府、社会和个人共同发力,才能形成匹配于大健康的治理格局。

没有全民健康,就没有全面小康。真正把大健康的观念落实为实际行动,转化为近14亿中国人的强健体魄,我们就能用健康的身心为经济发展注入旺盛活力,用健康的体魄支撑起民族复兴的伟业。

## “致肥胖”环境的本质还是生活方式

□ 张田勘

美国《新闻周刊》网站近日报道,在过去50年里,人类总体上变得越来越胖,科学家认为,这在很大程度上要归咎于我们所处的环境。发表在《英国医学杂志》周刊上的一份新研究警告称,从我们在子宫里一直到死亡,所谓的“致肥胖”环境会提高我们身体质量指数(BMI,体重千克数除以身高米数的平方得出的数值)不健康的几率。

“致肥胖”环境是一个什么样的环境?研究人员的定义是,包括杂货店的距离有多近、人们使用安全人行道的距离有多近、公园有多容易等变量,毒素和微生物也起了一定的作用。但从结论和表述来看,“致肥胖”环境其实就是人的生活方式。

不妨以城市和农村人口生活方式的对比为例进行分析。按照“致肥胖”环境的说法以及过去的观察,城市人口比农村人口富裕,更容易陷入不健康的生活方式,如抽烟喝酒,大吃大喝,选择对感官最有刺激的高盐高糖饮食。

但5月份在《自然》杂志发表的一篇文章显示,全球身高体重指数(BMI)在过去30年间不断增长的原因主要是乡村人口的BMI上升。这个结论否定了肥胖与城市生活方式相联,认为农村生活方式变得不健康才是肥胖的主要驱动因素。

英国伦敦帝国理工学院的艾扎提等人分析既往的2009项研究,涵盖逾1.12亿成年人,对200个国家或地区的人口在1985年至2017年间的BMI变化进行评估。得出的结论是,自20世纪80年代以来,在全球BMI上升的人口中,55%来自乡村;在一些中低收入地区,超过80%来自乡村。除撒哈拉以南非洲、南亚和其他地区的少数国家外,大多数地区农村的饥饿、消瘦和发育迟缓正迅速被超重和肥胖取代。

为什么会出现这种情况? 研究人

员给出解释:农村人口生活方式的改变幅度,在20世纪后20年和21世纪前17年超过了城市人。过去,农村居民需要付出更多的体力进行田间劳动,日常生活中还要挑水、砍柴、步行赶路,能量消耗会特别多。但是,农业机械化和交通的发展逐渐取代了传统的劳作与出行方式,人们消耗的能量大大减少。

另一方面,食品加工行业的蓬勃兴盛,让农村人口普遍开始消费各类高热量、高糖、高盐的加工食品,甚至在家庭烹调中也选择此类食物。据了解,全球消费的包装食品中,有69%不属于健康饮食,包括甜饼干、糖果、风味小吃、冰激凌、加工肉类等。这些因素共同导致了肥胖人口的增加,使得农村人口的肥胖和超重比例多于城市人口,BMI的上升也超过城市人口。

虽然这项研究的数值和结论需要重复性研究来验证,但许多国家农村人口的体重和肥胖在逐渐上升是可以肯定的。

农业机械化还带来了另一个隐患:生产和生活中的体能消耗减少,但农村缺乏城市地区所拥有的体育设施、健身房、运动场馆等,农村人口很少能通过体育锻炼来消耗多余的能量。健康教育和传播也同样是农村的短板,诸多因素促成了农村人口进入不健康生活方式的轨道,即“致肥胖”环境。

此类研究带来了重要启示:通过健康教育和传播,规避不健康的生活方式,是避免环境致人肥胖的最重要措施。今天的人类肥胖由两大因素造成,一类是遗传,一类才是“致肥胖”环境,两者孰大孰小,有待研究来观察。生活方式是人们唯一能选择的是否会变得更肥胖的环境,哪怕是有肥胖遗传因素的人,也会从健康的生活方式中受益。