

# 构建新时期健康管理模式的思考

杨利剑

(武汉理工大学 医院, 湖北 武汉 430070)

**摘要** 随着物质生活条件的改善,慢性非传染性疾病发病率不断上升,健康管理显得越来越重要。阐述了健康管理的基本内涵及意义,分析了当前我国健康管理中存在的问题,对健康管理的模式进行了探讨,认为健康调查与监控是基础,进行健康评价是重要环节,实施健康干预是实质,达到健康效果是目的。

**关键词** 构建;健康管理;模式

**中图分类号**:R197.1 **文献标识码**:A **文章编号**:1008-3456(2009)06-0093-03

## Discussion on the Model of Health Management

YANG Li-jian

(Hospital, Wuhan University of Technology, Wuhan, Hubei, 430070)

**Abstract** With the improvement of people's living condition, the rate of chronic non-infections diseases has increased. Thus health management has become more and more important. This thesis explains the general content and significance of health management, analyses some current problems of health management in China. The author suggests that health investigation and monitoring is the basis; health evaluation is the important procedure; health intervention is the essence, and achieving health is the goal of health management.

**Key words** construct; health management; model

随着社会物质条件的改善,人们生活水平日益提高,生活方式发生了较大的变化。与此同时,慢性非传染性疾病发病率明显上升,给人们的生活质量和身体健康造成了很大的影响,给社会和家庭带来了沉重的负担,成为 21 世纪危害人类健康的主要因素。据 2002 年世界卫生组织报告,由这些非传染性疾病引起的死亡人数率及全球疾病负担率分别为 60%、47%,预计到 2020 年将上升至 73%、60%<sup>[1]</sup>,我国 2002 年统计的高血压和血脂紊乱的病人各占 1.6 亿,糖尿病患者人数占 2 000 多万,肥胖者占 12.3%<sup>[2]</sup>。这些慢性疾病又恰恰是导致心脑血管、肿瘤及其它高死亡率疾病的危险因素,而不良的饮食习惯、行为习惯以及对健康知识的缺乏,对这些慢性疾病的知晓率和预防能力低下,导致并发症增多,致残、致死率增高,所以,控制和预防这些慢性非传

染性疾病,实施有效的健康管理显得尤为重要。

### 一、健康管理的基本内涵

健康管理是指对个人或人群的健康危险因素进行全面监管的过程。主要针对慢性非传染性疾病进行预防和控制,提供干预措施、预防或延缓疾病的发生,尽早发现疾病,做到“早治疗、早康复”。它是基于建立个人健康档案基础上个性化健康的事务性管理服务,是建立在现代生物医学和信息数字化管理技术模式上的,从生物学、心理学、社会学的角度,实现对每个人进行全面的健康保障服务<sup>[3]</sup>。总而言之,它的目的是为了能够更好地保证和增强人们的健康,并使个人有能力去管理自己的健康。

健康管理的关键是对所管理的对象实行监测和干预,健康管理作为一种标准化、量化、个体化和系

统化的医疗服务,具有预防性、群体性和社会性的特点,是一个漫长的过程,要从对人群普及健康知识,改变不良的生活习惯和行为习惯开始,提高生存质量,达到自我掌控健康的目的,这对健康管理者提出了更高的要求。

## 二、构建健康管理模式的必要性

### 1. 是构建和谐社会的内在需要

党的“十七”大提出了实现人人享有健康的战略目标,健康是人类生存的基本要求和权利,健康是社会的首要财富,国民的健康是国家最宝贵的资源,人作为社会发展的主体,具备健康的身心是前提条件,只有健康的人群,才能更好地发展社会生产力,为建设和谐小康社会创造更多更好的物质基础和精神食粮,而健康管理是社会和谐发展的基本保证,是从源头解决老百姓“看病难、看病贵”的最有效的方法和途径,没有健康管理的社会,不是真正的和谐社会,大力开展健康管理服务是促进社会和谐、全民健康的内在需要。

### 2. 是增强健康意识,提高生活质量的重要途径

健康素质是党和政府确定的重要社会发展目标之一<sup>[3]</sup>,健康管理是通过健康宣传教育,唤起人们的健康意识,通过以城市社区、农村、乡镇村、家庭为单位,提高健康教育的覆盖率,做到“早防早治”,预防为主,针对慢性疾病的危害和可能带来的健康风险教育,通过健康管理,健康干预,健康促进的途径,灌输健康理念,改变不良的生活及行为习惯,建立良好的健康的生活方式,提高其自我保健和防控疾病的能力,从根本上改善身体健康状况,从整体上提高生活质量。

### 3. 是有效降低医疗费用,减轻社会医疗负担的重要手段

随着人口老龄化、生态环境的变化以及疾病谱的变化,慢性非传染性疾病不断增多,这类疾病具有耗时较长、并发症多、致残致死率高的特点,患者所需的医疗费也不断上涨,给家庭和社会带来沉重的负担,甚至造成恶性循环和恶性竞争,使“看病难、看病贵”的现象和矛盾更加突出。通过实施有效的健康管理,一方面可以帮助医院开辟新的医疗市场,开拓新的经营领域,使医疗服务的对象不再是传统认识中仅占人群 3%~5%的病人,而是扩展到整个人群<sup>[4]</sup>。另一方面,人群的健康水平得到明显提高,使医疗费用的支出得到明显的下降。据美国健康管理

研究者发现,90%的个人和企业通过开展健康管理后,医疗费用下降 10%,而 10%的个人和企业未开展健康管理,使医疗费用上升 90%。

### 4. 是稳定健康资源,使社会可持续发展的重要保障

可持续发展是指社会的发展既立足现代人的需要,又要着眼于后代人的需求,我国能否实现可持续发展关键是能否解决国民的健康问题<sup>[5]</sup>。健康作为一种资源,在我国的经济和社会发展中起到非常重要的作用,它可以保障人充分发挥最大能动性,为社会带来更大的财富和进步,通过健康管理这种有效的方式,达到更好地提高全民健康水平的目的,来稳定我们的健康资源,为社会可持续发展提供充分的保障。据联合国研究数据表明,人均寿命增加 10%,GDP 就可以增加 1.1%,因此,如何用有限的健康资源支持中国今后的可持续发展,健康管理无疑是必要的选择<sup>[5]</sup>。

## 三、当前我国健康管理存在的问题

目前我国国民的健康状况表现为亚健康人群逐年增多和大量生活方式病蔓延。健康管理作为一个新事物,处于起步阶段,还停留在照搬西方发达国家的经验模式上,存在着一些问题。

### 1. 思想认识不足,资金投入不够

健康管理这个新概念,公众认知度不高,健康管理的一些理念还不能被普遍接受;有些健康管理对预防、医疗、保健、营养、康复及健康指导一体的理念树立不够,影响健康管理的整体效果。现行的标准卫生事业费用,主要投入在医疗和预防中,而健康管理作为一个产业,从软、硬件投入,到资金的投入及政策的支持均显得不够。

### 2. 法制措施不健全,专业人员素质不高

目前我国还没有建立起与健康有关的法律法规,国家、健康管理公司、消费人群、保险公司等各方相互监督及投入措施不健全,还处于停滞不前的阶段。而作为健康管理的专业人才由于现有知识结构不合理,使其对疾病的治疗比较重视,忽视了对疾病的预防及健康教育、健康干预等,使健康管理停留在起步阶段水平。

### 3. 服务对象较局限,标准化评估系统尚待建立

由于健康管理的理念还未形成,许多人对健康的认知程度不深,受经济条件的限制,不愿对其过多投入,因此目前健康管理服务的对象仅局限在高端

人群,而其他人群尚未覆盖。健康管理目前仍处于资料积累阶段,对行业规范、技术操作、质量控制、学术研究等方面的标准化评估系统尚待建立。

## 四、健康管理模式的构建

### 1. 健康调查与监控

健康调查包括体检及健康检测,主要内容有生物性调查(如体重、身高、年龄、性别及血、尿常规检查等),个人医学史调查(如既往病史、家庭病史、生长发育史、婚姻生育史、计划免疫接种史等),个人行为及生活方式调查(如运动、睡眠、饮食、吸烟、饮酒、吸毒等),心理因素调查(如情绪、紧张度、压力等),社会环境因素调查(如居住条件、家庭关系、工作性质、经济收入等),医疗服务水平调查(如医疗投入、医疗技术服务水平、个人健康保健意识、社会保障水平等)<sup>[6]</sup>。通过健康调查,建立完整的、动态的个人及家庭健康档案、慢性病人人群健康管理档案、医疗保健记录、双向转诊记录和健康教育记录等,动用各种检测手段,包括体检、心理咨询,甚至社会学及行为学等方面的检测,找出能够影响人体健康的各种因素,进一步明确社区人群的主要健康问题,分析这些问题的成因及特征,并对其进行监控,及时发现其规律和变化趋势,为评价收集资料,提供依据。

### 2. 健康评价

健康评价是个体化健康管理的重要环节,是综合个人行为、生理心理、社会环境等诸多因素的前瞻性的定性定量相结合的分析。健康评价需要回答个体健康或不健康、健康程度、健康风险及其风险性大小等问题。把一些抽象的健康得分和实际的疾病危险性大小结合起来,是健康管理的实用性所在。而在目前,我们对疾病的诊疗过程、诊疗技术的使用、健康教育的状况、药物使用状况和医疗费用的状况等,尚缺乏系统的、科学的评价,这是我国开展健康管理服务的主要障碍。

### 3. 健康干预

除了进行健康调查、监控及健康评价之外,更重要的是要制订个体化的保健计划和干预措施,疾病预防和控制关注的焦点已经从疾病控制转向疾病危险因素的控制,人们认识到一级预防优于二级预防、全人群策略优于高危人群策略、综合危险因素干预优于单一危险因素干预。通过健康干预以提高疾病治愈率,降低死亡率,提高生存率和生活质量。实施

健康干预的单位,在健康管理中心的协助下,帮助个人维护健康。干预的方式包括:制定、实施定期检查计划,行为矫正(戒烟、限制饮酒等);生活干预(饮食指导、合理营养等,实施健康促进,使管理对象远离危险因素,养成健康的生活方式等);警惕趋向性疾病的早期信号;健康咨询;指导正确使用非处方药和保健品以及慢性病和疾病康复期、稳定期的管理;在专科病和发病急性期提供就诊指导等。另外,在管理对象发病期间,协助保健医生和专科医生进行诊治(如图1)。

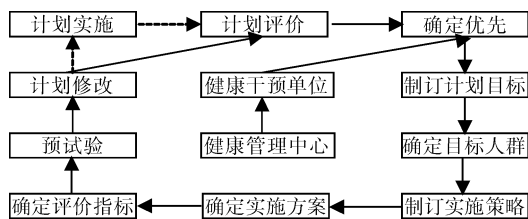


图1 健康干预流程图

### 4. 健康效果

在完成健康干预后,对是否达到预期的目标效果与措施之间是否存在确定的因果联系的总结,主要包括近期效果(包括获取健康知识、态度变化情况、人体生理指标如血压、血糖、体重等控制情况)、中期效果(包括行为习惯和环境的改变,如低盐低脂饮食、戒烟等)、远期效果(使用的成本、产生的效益、发病率、死亡率、慢性非传染性疾病并发症的发生率的下降等)。同时,通过健康干预所取得的效果来进一步指导和改进干预方法和措施。通过整个健康管理模式的运转,最终达到促进健康、促进社会发展的目的。

## 参 考 文 献

- [1] 陈建勋,马良才.“健康管理”的理论和实践[J].中国公共卫生管理,2006(1):7-8.
- [2] 白书忠.中国健康管理的现状分析[N].中华医学信息导报,2006-21-12(5).
- [3] 吴钢.健康与健康管理[J].江苏预防医学,2005(9):75-77.
- [4] 陈英耀,吕军.控制卫生费用,还是投资与健康[J].医院管理论坛,2003(5):10-11.
- [5] 黄建始.中国的可持续发展离不开健康管理[J].疾病控制杂志,2006(3):215-217.
- [6] 华西医科大学社会医学教研室.社会医学[M].2版.北京:人民卫生出版社,1999:101-102.

(责任编辑:陈万红)