

健康管理在战区机关干部中的应用实践

贾俊杰¹ 刘彩虹² 通讯作者 胡景胜¹

(1. 解放军总医院第二医学中心保健九科 北京 100869)
(2. 北京市石景山区杨庄医院 北京 100043)

【摘要】为切实确保首长机关的高效运行,利用现有卫生医疗资源,按照健康管理理念对机关干部实行健康管理是大势所趋。我部按照加强组织领导、广泛宣传教育、加强沟通协调、搭建信息平台、强化多措并举等方法措施,取得了良好的健康管理效果。

【关键词】健康管理;机关干部

国际形势风云变幻,边境安全暗流涌动。战区广大机关干部夜以继日、孜孜不倦研战、谋战、训战、备战。长时间的加班熬夜、持续的高强度工作及强烈的使命感压力,一定程度上会对机关干部的身心健康构成威胁。因此,加强机关干部的健康管理,保持其身心健康,使其健康、高效地为军队发展建设服务,事关部队战斗力的提升,事关军队建设的大局。

我门诊部按照健康管理理念,运用健康管理的手段,对战区机关干部进行了科学化、标准化、规范化的健康管理,通过2年多的应用实践,取得了良好的健康促进效果。

1 健康管理的实践步骤

1.1 加强组织领导,成立专项领导小组

机关干部的健康管理是一项系统工程,必须有良好的顶层设计和组织保证。军政主管首先要转变观念,高度重视,加强领导,切实把机关干部的健康管理作为系统性、持续性和长期性的工作来抓,坚持经常抓、抓经常、长抓不懈。成立健康管理专项领导小组,军政主管任组长,健全组织架构,明确职责分工,定期召开健康管理推进会、协调会,分析健康管理工作中存在的难点、堵点,研究应对的对策方案。

1.2 广泛宣传教育,充分发挥自我效能^[1]

通过召开宣传动员会、发放宣传手册、办公网上发布宣传漫画、广播和微信公众号宣讲等多种方式,进行深入的宣传教育,使广大机关干部充分认清健康管理的重要性和必要性,增强其加强健康管理的自觉性和主动性。加强对医务工作者的宣传教育,提升责任感和使命感,使其高度重视健康管理工作,将其作为卫生工作的重点工作来抓。无论是健康管理者还是管理对象,都要充分发挥自我效能,积极主动地履行好各自职责。

1.3 加强沟通协调,实现信息共享共用^[2]

健康管理的基础是信息的采集与获取,如何全面掌握机关干部的个人健康既往信息、实时得到各种就诊疗信息,事关健康管理成效的关键。各部门要通力协作、各司其职,通过各部门、各单位的相互沟通协调,形成健康管理责任医生与体系医院、上级医院共享共用机关干部的健康信息,以更好地利于机关干部的健康管理和疾病诊疗,使其得到全方位的健康管理。

1.4 搭建信息平台,构建健康管理新模式

战区机关充分发挥自身优势,利用安全性与便捷性好的军队综合信息网搭建健康管理平台。战勤部门、卫生机构、信息部门通力协作、相互配合,搭建信息平台^[3]。平台设置三个使用端口:①个人使用端口:可以填报个人相关信息、查看查体结果及诊疗建议、观看健康教育、进行健康咨询等。②医生使用端口:维护健康管理资料、进行健康评估、制定干预措施等。③后台服务端口:系统的维护管理、健康数据的导入等。八个模块:个人信息模块、年度查体模块、就诊记录模块、评估干预模块、健康教育模块、健康咨询模块、专家面对面模块、远程会诊模块。构建机关干部一责任医生一医院专家三位一体的健康管理新模式。

2 健康管理的应用方法

2.1 落实个性化查体制度

健康查体是进行健康评估的关键,有效的个性化查体应根据个体的情况兼顾基础性和针对性,采取1+X模式^[4]。健康管理责任医生要结合每名机关干部的年龄、健康状况、生活习惯、健康情况等因素,进行综合评定,制定个性化查体方案。个性化查体方案是在基础查体项目之上,不同个体针对性地进行不同的检查项目,从而体现查体的真正意义与价值。

2.2 坚持定期巡诊制度

每周定期进行巡诊,及时掌握机关干部的健康状况,对基础生命数据进行定期监测,对影响健康的因素及时进行干预,对出现的病情症状及时给予治疗。每周1-2次巡诊,以上门巡诊为主,电话巡诊、网上巡诊为辅。巡诊内容有基础生命信息的监测、异常指标的定期追踪等,巡诊结果及时录入健康档案。

2.3 实行包干到人制度

为进一步压实责任,提升健康管理效果,增强医务人员对健康管理主动性和积极性,我们实行包干到人,一包到底^[5]。即一名医生全面负责2-3个局(处)的健康管理工作,负责日常巡诊、常规诊疗、健康档案管理、体检报告解读、治疗方案的督促落实等。固定的责任医生管理固定的人群,可以保持健康管理工作的持续性和连贯性,从而取得更好的健康管理效果。

2.4 坚持多样化管理制度

多样化管理包括分级管理、群体管理、个体管理、自我管理及专业管理。不同年龄段其健康危险因素是有区别的,所以我们按年龄段进行划分,实行分级目标管理^[6]。然后,在分级目标管理的框架下,融合群体管理和个体管理,实施自我管理和专业管理相结合。针对共性的健康危险因素进行群体管理;针对个性的健康危险因素,按照职务级别的不同采取不同的方式进行个体管理。健康管理措施的落实,不仅需要医务人员的专业管理,而且需要广大机关干部自身的自我管理。

2.5 实施健康积分制度^[7]

为鼓励机关干部积极主动地参加各类健康活动和加强自我健康管理,实施健康积分制度。目的是实行防病工作关口前移,主动参加健康管理活动,积极实现自我管理目标,自觉参与健康知识讲座、健康知识学习、专家健康咨询等。每参加一项健康活动累计相应的分数。积分的多少作为年度机关干部立功受奖、评先评优的重要依据。

2.6 落实定期健康指导

每月通过健康大讲堂的形式进行一次健康指导,邀请体系医院专家面对面对机关干部进行健康指导授课。每季度邀请体系医院相关专家到基层门诊机构进行一次健康义诊活动。每年结合查体完成的时间,组织一次查体报告专家解读活动,对每名机关干部的查体报告进行全方位、多学科的解读宣教。通过有计划、有组织、有系统的健康指导活动,提高机关干部的健康意识,养成良好的行为生活方式,减少或消除影响

健康的危险因素,达到预防疾病、促进健康的目的。

2.7 运用中医适宜技术

中医适宜技术具有“简、便、效、廉”的特点,适宜在基层门诊机构推广运用^[8],尤其是方便上门巡诊治疗服务。且对防治常见病、多发病和促进健康调理有显著疗效。积极开展中医特色的健康保健服务,在中医辨证论治和整体观念的指导下,充分运用中医适宜技术,开展针灸、拔罐、艾灸、推拿等中医治疗手段,从而达到“未病先防”、“既病防变”^[9],增进健康的作用。

3 健康管理的应用效果

3.1 健康关注度明显提升

健康素养已经成为衡量人群健康水平的重要指标^[10],通过广泛的健康教育开展、深入的健康知识宣传、持续的健康巡诊宣教,广大机关干部对自身健康的关注度明显提升。实施健康管理后,机关干部开始主动关注自己的健康状况,如主动进行疾病咨询、积极参加健康讲座、自觉阅读健康信息、主动接受健康监测、按时进行健康检查等。健康管理改变了他们的健康观念,提高了他们的健康维护意识^[11],提升了他们对自身健康的关注度。

3.2 健康知晓率明显提高

通过多元化的健康宣教、多维度的健康咨询、多层次的健康指标管理、多手段的危险因素干预等方法措施,使机关干部增强了健康维护的意识、增加了健康维护的知识,提高了对自身健康的知晓率。健康教育的实践应用,使广大机关干部能够理解每项健康指标的意义、每项异常指标可能引起疾病,对自身的各项健康指标、存在的疾病危险因素、可能发生的疾病风险都一清二楚,对自身健康的知晓率明显提高。

3.3 生活方式明显优化

大量研究表明,与慢性疾病发生发展密切相关的生活方式包括:吸烟、饮酒、不健康膳食、缺乏体力活动、精神压力等,不良的生活方式会显著增加慢性疾病的发生风险。健康的生活方式已成为通过初级预防降低慢性疾病的主流方法,通过健康管理的应用实践,使机关干部充分掌握自身健康状况,促使其生活方式不断得到优化,积极改变不良生活习惯,培养健康的生活方法,从而达到预防疾病、促进健康的目的^[12]。

3.4 健康指标明显改善

健康管理的持续推进,监测、评估、干预等管理

手段的周而复始的,有效促进了健康指标的改善。机关干部以超重、血压异常、尿酸升高、血脂异常、血糖异常、胆囊息肉、泌尿系结石等较为多见,通过2年多持续的健康管理,紧抓各个环节管理,在专家的建议下,帮助机关干部制定健康干预计划^[13],如饮食指导、药物治疗、改善不良生活行为、定期复查等,坚持跟踪、监测、教育、干预等措施,使机关干部的异常指标得到明显改善,取得了很好的健康管理效果。

3.5 医院转诊率明显下降

基层医疗机构转诊率较高^[14],与基层诊疗水平不高、化验检查设备不足、医生责任心不强、患者疾病知识缺乏等因素有关。随着健康管理的深入开展,医院专家下沉基层医疗机构、责任医生责任心明显增强、机关干部的健康知识不断增加,每周定期的健康巡诊等健康管理举措,使机关干部的健康能防微杜渐、及时诊疗,避免了各种非必要的转诊。从而使机关干部到上级医院的转诊率明显下降。

4 健康管理的应用启示

4.1 思想重视,是做好健康管理工作的基石

思想是行动的指南,只有思想上的重视,才能在行动上有效落实。要充分认清健康管理工作的的重要性,认清“保健康就是保战斗”,认清健康管理工作的事关部队建设全局。健康管理是一项复杂的系统工程,只有各级各类人员思想的高度重视,将健康管理工作的内行于心、外化于行,转化为自觉行动,才能为做好健康管理工作的奠定坚实的基石。

4.2 措施落实,是做好健康管理工作的关键

健康管理是一个长期的、连续不断的过程。只有周而复始,不断升华,长期坚持,才能达到健康管理的预期目的。在思想重视的前提下,必须强化各项健康管理制度的有效落实,强化各职能部门的主体责任,形成长期抓、持续抓的不竭动力,要在制度措施的严、细、实上下功夫。坚决落实好各项健康管理制度的措施,才是做好健康管理工作的关键。

4.3 信息共享,是做好健康管理工作的支撑

兵法有云,“知己知彼,百战不殆”。对于健康管理而言,能否全面地掌握管理对象的相关信息,有着非常重要的意义。管理对象各种诊疗信息及健康资料碎片化^[10]地存在于各个医疗机构,在安全保密的前提下,实行各个医疗机构诊疗信息的共享,全面、及时、准确地掌握管理对象的诊疗信息,可以为健康管理提供强有力的支撑。

参考文献:

- [1] 张晓丽,陆皓,许硕葵,等.部队官兵进驻高原后健康管理真实体验的质性研究[J].中华现代护理杂志,2017,23(30):3870-3872.
- [2] 向桢,赵宇,李鹏社等.区域一体化军人电子健康档案构建[J].解放军医药管理杂志,2016,23(12):1176-1177.
- [3] 董成.基于军人健康档案的家庭医生式分级诊疗服务平台的设计与实现[J].中国研究型医院,2017,4(5):26-30.
- [4] 方万鹏,吴承凤,梁炎霞等.浅谈如何做好健康教育与管理[J].中国保健营养,2019,29(25):390-391.
- [5] 麦玉明,汤耀斌.健康责任员对社区高血压患者实行健康管理的效果评价[J].现代医院,2011,11(9):154-155.
- [6] 刘华磊,夏芹,高萍等.武警部队干部健康管理模式初探[J].中国急救复苏与灾害医学杂志,2012,07(5):406-409.
- [7] 沈佳,李瑞祥,朱枫,等.上海市青浦区朱家角社区健康教育积分制实行效果评价[J].健康教育与健康促进,2018,13(4):352-354.
- [8] 严培晶,卢庆梁,陈榕芳,等.社区居民对中医药健康适宜技术的需求与利用研究[J].中国初级卫生保健,2021,35(1):46-47.
- [9] 赵云霞,巩艳.“治未病”理念在精准健康管理中的应用进展[J].健康体检与管理,2020,1(2):138-142.
- [10] 中共中央国务院.“健康中国2030”规划纲要[E B/oL].[2016-12-27]<http://www.gov.cn/zhengce/> 2016-10/25/comment-5124174.htm.
- [11] 王真真,罗显荣,杨璇,等.健康管理对部队官兵健康维护意识和健康行为的作用[J].中华健康管理学杂志,2014,8(1):60-62.
- [12] 张继,杨晓巍,曹晓燕,等.强化检后健康管理服务的措施及效果评价[J].现代医院管理,2021,19(1):42-44.
- [13] 张颖,承晓梅,王曼,等.加强检后健康管理实践[J].解放军医院管理杂志,2016,23(4):347-348.
- [14] 王晓卿,杨杰,韩立兴.降低基层卫生队转诊率的几点思考[J].空军医学杂志,2012,28(3):165-168.
- [15] 尹妍.全媒体时代健康信息传播的现状与思考[J].大家健康,2017,1(4):295.