

健康体检个性化方案定制研究进展

墨虹 王海燕*

武警北京市总队医院 北京 100020

【摘要】 随着生活节奏加快，社会环境污染问题愈演愈烈，导致各种慢性疾病发病率均逐渐呈上升趋势发展。因此，在日常生活中接受个性化健康体检已经成为一种主流发展趋势。因此，本文主要探究目前我国健康体检个性化方案制定的研究与现状，并在现状存在的问题进行分析，在此基础上分析个性化健康体检方案的制定思路。

【关键词】 健康体检；现状问题；个性化方案

DOI:10.12417/2705-098X.23.12.043

Research progress of customized customization of health examination

Hong Mo, Haiyan Wang*

The Beijing Municipal Armed Police Corps Hospital Beijing 100020

Abstract: With the acceleration of the pace of life, the problem of social environmental pollution is becoming more and more intense, leading to the increasing incidence of various chronic diseases. Therefore, it has become a mainstream development trend to receive personalized health examination in daily life. Therefore, this paper mainly explores the current research and status of the formulation of personalized health examination program in China, and analyzes the existing problems in the current situation, and analyzes the formulation of personalized health examination program on this basis.

Keywords: health examination; current status problem; personalized plan

随着人们生活水平不断提升，健康知识普及，人们对自身健康问题关注度也越来越高，其疾病治疗观念也逐渐从被动治疗转化为主动预防治疗，因此健康体检也得到人们的广泛认可。并且，随着医疗卫生事业不断发展定期进行健康体检已经成为实现疾病早期预防以及实现健康管理的必要途径和有效手段之一。随着人们对自身健康要求不断提升，健康体检套餐也逐渐从过去传统的“固定体检套餐”转化成为“个性化体检方案定制”^[1]。但是，在实际体检工作中面对各种各样的体检项目，要怎样才能做到真正的事半功倍，真正意义上实现筛查疾病、做到早发现早防治的目的，是目前健康体检研究人员研究的重要课题之一。

1 进行健康体检的目的

1.1 帮助人们摆脱亚健康困扰

根据有关人员调查研究分析发现，世界上大约接近百分之七十五的人都处在亚健康的状态，另外百分之十的人群是已经发生疾病的人群，其余属于健康人群，并且随着人们生活方式与饮食方式的变化，此项亚健康数据还在呈不断增长趋势发展。过去人们对于健康体检的认知相关比较狭隘，经常会认为只有身体虚弱、体质差的老年人和小孩才需要接受健康体检，而青少年与中年人群体质较好、抵抗力强通常不需要进行健康体检。但实际上，随着社会发展冠心病、脑溢血等多种心脑血管疾病发病人群也越来越呈年轻化趋势发展，由此可以得出无论哪个年龄段的人群加强身体健康检查及时筛查出各种隐匿疾病，有助于保护自身生命安全。

1.2 在有效的体检预算内将体检效果最大化

人生活在大自然中，身体是类似于一个动态性的系统，随着身边环境的改变，身体内部每天也在不断发生变化，通常一次体检并不能直接检测出已经存在的潜藏疾病，并且随着年龄的增长与时间的变化人们的身体素质也在随之发生变化，因此需要定期进行体检，其目的在于能够及时发现和尽早治疗，最大程度上减少医疗成本。

1.3 发现小毛病后的大隐患

通常情况下很多人会认为对于中、青年人来说体检意义不大，觉得身体没有什么明显不适不需要进行身体检查。但实际上很多慢性疾病在发病初期直到中期也不会给身体带来比较明显的不适现象，或者只会出现比较常见的轻微症状，没有引起重视任由疾病发展，最终演变成严重疾病威胁其生命安全，比如：乳腺增生类疾病，在发病早期通常身体都不会出现明显不适感，但是随着时间延长就会逐渐演变成乳腺癌，由此可见定期进行体检可以及早发现已经存在的病症^[2]。

1.4 发现异常后进行专项检查

健康体检只是对身体健康状况进行初步筛查，并不能百分之百诊断出具体疾病，并且无法直接查出所有病症。通常情况下，体检只能发现一些比较常见的疾病，但是对于比较复杂的疾病并不能进行有效诊断，因此健康体检的好处在于发现身体存在异常之后可以及时咨询专科医生是否需要专项检查。

2 健康体检个性化方案定制研究现状与存在的问题

健康管理中,接受身体健康检查是一项非常重要的环节,其主要目的在于通过临床医学手段对隐匿疾病进行筛查同时对无症状个体或者群体身体健康情况进行评估,再对其提供具有针对性的医学服务。此项研究的核心在于可以提早筛查出非慢性非传染性疾病,并且对潜在的风险因素进行全面评估,进而为受检者提供专业的健康指导与治疗。但是在实际体检中,面对眼花缭乱的检查项目,要怎样才能选择出合适、科学的体检套餐呢?有关文献建议要采用“1+X”的体检框架进行健康筛查^[3]。但是在实际到体检机构进行检查时会发现,各种各项的体检套餐其检查内容也都大同小异,对于不了解的受检者来说很难做出正确选择,从而非常容易导致受检者健康体检需求与体检机构之间不平衡的矛盾被不断激化,因此总结出对于目前个性化体检方案制定可以参考以下几个方向。

2.1 根据受检者自身健康问卷调查情况为其制定针对性体检方案

个性化体检方案制定中健康问卷调查是必不可少的重要依据,但是由于专业的健康自测表填写相对比较复杂,导致很多受检者填写意向较低,因此有必要对此类健康问卷调查表进行简化,不仅可以有效提高受检者填写意向,同时还可以为针对性体检方案制定提供参考方向。简化后的体检问卷调查表内容主要包含:年龄、性别、职业、受检者主诉以及特殊需求。

(1) 年龄:根据过往体检经验发现中青年人群与老年人患病的概率与疾病种类都有很大差异,中青年群体所患疾病大多数与其生活方式与作息规律有关,比如:传染病、颈椎病以及消化类疾病等,而对于高龄群体大多数以代谢性疾病、心脑血管疾病等比较高发。故而,在日常体检工作中,会按照不同疾病发生规律,对受检者体检项目进行合理建议。

(2) 性别:现代疾病多种多样,很多疾病还与受检者性别有很大关系,并且部分疾病发生还与受检者生活习惯差异有很多联系,因此在进行体检时其检查的侧重点也有所差异,比如:在男性中老年人群中除了比较通用的个性化体检项目外,还要重点检查其前列腺;对于女性受检者则主要以妇科疾病与乳腺检查为主,另外,近年来随着生活方式改变女性群体中甲状腺疾病发病率也在呈上升趋势发现,因此也会根据受检者实际情况将其列为重点检查项目。

(3) 职业:结合临床体检经验发现很多患者疾病还与其工作环境与工作性质有很大联系,因此在个性化体检方案制定中也要作为重点考虑的体检项目之一。比如:长时间与核辐射环境接触的工作人员体检时需将核辐射诱发的肿瘤、甲状腺以及血液系统疾病等作为重点筛查项目之一;环卫工人工作环境长时间与粉尘和雾霾接触,体检时需重点加入呼吸系统疾病检测;对于机关单位工作人员每天办公室久坐时间较多,因此体

检时要重点增加颈椎病以及腰椎疾病的筛查项目。

(4) 患者主诉:此项调查主要以患者过往疾病史、家族史以及生活习惯为主,结合患者自身存在的异常症状等,对其进行综合评估制定个性化体检方案。

(5) 特殊需求:此项调查设置主要是对于部分团体招收工作人员,也可以设定为个性化体检范畴,比如:公务员录用、餐厅工作人员健康检查等。

2.2 基于流行病学统计数据统计和分析制定个性化体检方案

有相关人员通过对过往体检项目和数据的深入研究发现,不同受检者对体检以及体检套餐的需求都存在一定程度的差异。随着不同时间段流行性疾病发病率不同,不同时间段受检者的体检需求也会随之发生变化,比如:新冠疾病发生时,医院检查中检查数量最多的就是核酸检测^[4]。因此,在制定个性化体检方案时可以根据不同季节分别具有特有的高发流行病来设置相对应的体检套餐,可以多方面满足受检者体检需求,比如:春天皮肤类疾病以及甲状腺疾病高发,个性化体检项目设置时就可以增加此类检查项目。

2.3 基于职业团队的个性化体检方案制定

地区不同、经济状况不同以及体检机构制定的检查方案也存在很大差异,目前很多检查机构的体检项目设定仍然偏向于团队化体检服务,一套体检套餐同时解决成百上千人的体检需求。比如:针对于大型企业体检人群,在日常常规疾病筛查的基础上,可以适当增加颈椎病、腰椎疾病等职业性疾病的筛查;对于餐饮、酒店行业从业者,要合理增加传染性疾病预防。

3 健康体检个性化方案制定的建议

3.1 从受检者角度分析制定个性化健康体检方案

生活中由于个体差异,每个人身体健康素质都不一致,特别是很多受检者自身感觉没有任何不适症状觉得自我健康状况良好,但与其实际身体健康状况均存在一定差异,因此在健康体检项目选择上具有一定的盲目性。并且,在实际体检中并不是检查费用越昂贵其检查效果越好,比如:低阳性预测值及射线暴露诱发瘤的风险是在无症状体检人群中应用 PET/CT 筛查恶性肿瘤时应重视的问题,防止滥用检查。

3.2 从体检机构角度分析

健康体检的主要目的在于及早发现存在的隐匿疾病,做到早发现早治疗,最大程度上提高疾病治愈概率。但是由于身体检查不属于医保报销范畴,其检查费用通常都是由单位或者个人自行负担,因此基本上团队体检套餐都是基于受检者单位预算进行设定^[5]。因此,对于体检机构来说如何在受检者有限的体检预算范围内为其制定最合适的体检项目,是需要重点进行研究的问题之一,比如:对于体检预算有限的受检者来说,胸部 CT 的检查效果会明显优于普通胸片检查。

3.3 从医学人员角度分析

由于缺乏统一的体检方案制定标准,许多体检机构中会出现同一受检者在不同医护人员指导下可能会呈现出两种截然不同的检查方案,或者在同一医护人员指导下,不同受检者可能会出现一套完全一致的体检方案。因此,不同体检机构需要对其体检套餐制定统一标准。除此之外,随着疾病种类不断发生变化,体检医生的临床知识也要不断进行更新迭代,比如:低剂量CT胸部平扫完全可以作为胸部健康体检的首选影像检查和早期肺癌的主要筛选手段。

4 结语

根据近些年在健康体检管理工作中积累的经验已经翻阅过往文献,总结出对于制定个性化健康体检分别有以下几个优

参考文献:

- [1] 凡利敏.个性化体检在健康体检中的应用价值研究[J].当代临床医刊,2020,33(05):488-489.
- [2] 王飞娥.体检后个性化健康管理对人群慢性病发生的影响[J].山西医药杂志,2020,49(10):1299-1301.
- [3] 王静雅.探究健康体检中个性化护理服务模式[J].全科口腔医学电子杂志,2019,6(17):100+105.
- [4] 陈琰,崔飞.个性化健康管理在体检工作中的应用价值分析[J].中国卫生产业,2019,16(16):73-74+77.
- [5] 申春苗.探究个性化制定并规范健康管理体检项目的重要性[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(15):14+18.

点:(1)个性化健康体检简单来说就是根据不同人群或者个体的实际需求来制定具有针对性的健康检查;(2)个性化健康体检方案制定具有针对性强、目标明确的优点,能够有效筛查出受检者存在的隐匿疾病,实现早发现、早治疗的目的,可以很大程度上提高患者疾病治愈概率;(3)个性化健康体检方案制定可以最大程度上为受检者节约检查费用,通常情况下无论是个体自费检查还是公司团队检查都有相应的体检预算,因此这就要求体检项目需在患者预算内为其制定效果最佳的体检项目组合;(4)在个性化健康体检方案制定时,可以依据流行病学提供的专业数据支持,在受检者体检时可以为制定具有针对性的健康状况监测,比如:糖尿病、心脑血管疾病等大病的早期筛查。由此可得出,个性化体检方案制定已经成为主要发展趋势,且具有较高的社会价值和经济价值。