

浅析慢性非传染性疾病防控的现状问题及其策略

周博文

DOI:10.32629/hpmr.v3i2.19966

[摘要] 慢性非传染性疾病在全球工业化、城镇化进程加速以及人口老龄化浪潮的冲击下,已成为威胁人类健康的主要公共卫生问题,而对其进行防控是一项长期而艰巨的任务,需要政府、社会 and 个人的共同努力。在健康中国战略的引领下,应充分认识到慢性病防控的重要性和紧迫性,采取有效的防控策略,加强健康教育与健康促进,优化医疗资源配置,完善防控体系建设,推进健康生活方式行动,加强慢性病的诊疗和管理,不断提高慢性病的防控效果,才能有效遏制慢性病的上升趋势以及提高居民的健康水平和生活质量。

[关键词] 慢性病; 防控; 影响因素; 现状; 策略

中图分类号: R197.8 文献标识码: A

Analysis of the current situation, problems and strategies for the prevention and control of chronic non communicable diseases

Bowen Zhou

[Abstract] Chronic non communicable diseases have become a major public health issue threatening human health under the acceleration of global industrialization, urbanization, and the impact of population aging. Preventing and controlling them is a long-term and arduous task that requires joint efforts from the government, society, and individuals. Under the guidance of the Healthy China strategy, we should fully recognize the importance and urgency of chronic disease prevention and control, adopt effective prevention and control strategies, strengthen health education and promotion, optimize the allocation of medical resources, improve the construction of prevention and control system, promote healthy lifestyle actions, strengthen the diagnosis, treatment and management of chronic diseases, continuously improve the prevention and control effect of chronic diseases, in order to effectively curb the upward trend of chronic diseases and improve the health level and quality of life of residents.

[Key words] chronic diseases; Prevention and control; Influencing factors; present situation; strategy

慢性非传染性疾病(以下简称慢性病)是威胁人类健康的主要疾病之一。随着社会经济的发展、人口老龄化的加剧以及生活方式的转变,慢性病的发病率和死亡率呈逐年上升趋势。据世界卫生组织统计,全球每年约有4100万人死于慢性病,占总死亡人数的74%。因此加强慢性病防控工作,对于提高居民健康水平、减轻疾病负担、促进经济社会可持续发展具有重要意义。

1 慢性病的概述

1.1 定义。慢性病是指起病隐匿、病程长且病情迁延不愈、缺乏确切的传染性生物病因证据、病因复杂或病因尚未完全确认的疾病的总称。其发生与发展与遗传、环境、生活方式等多种因素密切相关。

1.2 类别。常见慢性病包括以下几类:(1)心血管疾病:如高血压、冠心病、脑卒中、心力衰竭等。(2)恶性肿瘤:如肺癌、胃癌、肝癌、乳腺癌、结直肠癌等。(3)慢性呼吸系统疾病:如

慢性阻塞性肺疾病、哮喘、肺结核等。(4)糖尿病:包括1型糖尿病、2型糖尿病和妊娠糖尿病等。(5)其他慢性病:如慢性肾脏病、骨质疏松症、精神疾病等。

2 慢性病防控的影响因素

2.1 行为生活方式因素。(1)吸烟:吸烟是导致多种慢性病的主要危险因素之一。吸烟可增加肺癌、冠心病、脑卒中、慢性阻塞性肺疾病等疾病的发病风险。据统计,我国吸烟人数超过3亿,每年因吸烟导致的死亡人数超过100万。(2)饮酒:过量饮酒可增加肝癌、胃癌、食管癌、高血压、脑卒中等疾病的发病风险。我国饮酒人数众多,过量饮酒现象较为普遍。(3)不合理膳食:高盐、高脂、高糖饮食以及膳食纤维摄入不足等不合理膳食习惯是导致高血压、糖尿病、冠心病、肥胖等慢性病的重要危险因素。我国居民的膳食结构存在不合理之处,如盐摄入量过高、脂肪供能比过高、蔬菜水果摄入量不足等。(4)缺乏身体

活动: 缺乏身体活动可增加肥胖、高血压、糖尿病、冠心病、脑卒中等疾病的发病风险。随着现代生活方式的改变, 我国居民的身体活动量逐渐减少, 久坐不动的现象较为普遍。

2.2环境因素。(1)环境污染: 空气污染、水污染、土壤污染等环境污染可增加多种慢性病的发病风险。例如, 空气污染可导致肺癌、慢性阻塞性肺疾病等呼吸系统疾病的发生; 水污染可导致肝癌、胃癌等消化系统疾病的发生。(2)职业因素: 某些职业环境中的有害因素, 如粉尘、化学毒物、放射性物质等, 可增加职业病和慢性病的发病风险。例如, 长期接触粉尘可导致尘肺病; 长期接触化学毒物可导致白血病、再生障碍性贫血等疾病。

2.3遗传因素。遗传因素在慢性病的发生发展中起着重要作用。某些慢性病具有明显的家族聚集性, 如高血压、糖尿病、冠心病、乳腺癌等。如果家族中有慢性病患者, 其亲属患该病的风险会明显增加。

2.4医疗卫生服务因素。(1)医疗资源分配不均: 我国医疗资源主要集中在大城市和大医院, 基层医疗机构的医疗资源相对匮乏。这导致了部分慢性病患者无法及时获得有效的医疗服务, 影响了疾病的早期诊断和治疗。(2)健康教育不足: 我国居民的健康素养水平较低, 对慢性病的认识不足, 缺乏预防慢性病的知识和技能。这使得居民在日常生活中难以采取有效的预防措施, 增加了慢性病的发病风险。

3 我国慢性病防控的现状分析

3.1慢性病流行态势严峻。近年来, 我国慢性病的患病率呈现出快速上升的趋势。以高血压和糖尿病为例, 高血压成年人患病率已从1959年的5.1%攀升至2024年的31.6%, 糖尿病成年人患病率也从1980年的不足1%上升至2013年的11.9%。此外, 恶性肿瘤、慢性阻塞性肺疾病等慢性病的发病率也在逐年增加。与此同时, 慢性病的发病群体逐渐呈现年轻化趋势, 越来越多的年轻人被诊断出患有慢性病, 这一现象不仅给个人的健康带来了潜在威胁, 也给社会医疗资源带来了巨大压力。

3.2防控体系逐步完善。为了有效应对慢性病的挑战, 我国政府高度重视慢性病防控工作, 逐步建立了较为完善的防控体系。2009年, 《中共中央关于深化医药卫生体制改革的指导意见》明确提出要加强慢性病的监测与预防控制; 《“健康中国2030”规划纲要》更是将慢性病防控纳入国家战略, 提出了一系列具体的目标和任务。目前我国已基本形成了以政府为主导、部门协作、社会参与的慢性病防控工作机制, 建立了覆盖全国的慢性病监测网络, 开展了形式多样的慢性病防治宣传教育活动。

3.3防控成效初显。经过多年的努力, 我国慢性病防控工作取得了一定的成效。通过实施全民健康生活方式行动, 积极倡导合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡的健康生活方式, 有效提高了居民的健康意识和健康素养。同时, 加强慢性病的早诊早治工作, 推广癌症、脑卒中、冠心病等慢性病的筛查和干预技术, 提高了慢性病的早期诊断率和治疗率, 降低了慢性病的死亡率和致残率。此外, 通过推进基本公共卫生服务均等化, 为居

民提供免费的慢性病健康管理服务, 有效改善了慢性病患者的健康状况。

4 慢性病防控存在的主要问题分析

4.1健康意识问题。虽然目前居民的健康素养水平有所提高, 但仍有部分居民对慢性病的危害认识不足, 缺乏健康的生活方式和自我保健意识。例如, 吸烟、饮酒、不合理膳食、缺乏运动等不良生活习惯在部分人群中仍然普遍存在, 这些因素都是导致慢性病发生和发展的重要危险因素。此外, 部分居民对慢性病的早期症状不够重视, 未能及时就医, 导致病情延误, 增加了治疗难度和医疗费用。

4.2医疗资源分配问题。我国医疗资源分配不均的问题仍然较为突出, 优质医疗资源主要集中在大城市和大医院, 而基层医疗卫生机构的医疗设备和技术水平相对落后, 难以满足慢性病患者的诊疗需求。此外, 由于医疗资源的过度集中, 导致大医院人满为患, 而基层医疗卫生机构则门可罗雀, 造成了医疗资源的浪费。这种医疗资源分配不均的状况, 不仅影响了慢性病的防控效果, 也增加了患者的就医成本和负担。

4.3防控体系问题。我国慢性病防控体系尚不完善, 存在部门协作不畅、信息共享困难、防控措施落实不到位等问题。例如, 卫生、教育、体育、宣传等部门之间缺乏有效的协作机制, 未能形成防控合力; 慢性病监测数据的收集、分析和利用不够充分, 难以及时掌握慢性病的流行态势和变化趋势; 部分地区的防控措施落实不到位, 存在形式主义和走过场的现象, 影响了防控工作的实际效果。

4.4多部门协作机制问题。慢性病防控工作是一项系统工程, 需要多个部门的密切协作。虽然我国建立了多部门协作的慢性病防控工作机制, 但在实际工作中, 部门之间的协作仍然存在一些问题。部分部门对慢性病防控工作的重视程度不够, 缺乏主动参与的意识; 部门之间的沟通协调不够顺畅, 信息共享不及时, 导致工作效率低下; 一些政策措施在执行过程中存在“两张皮”现象, 难以形成工作合力。

4.5科技创新能力不足的问题。在慢性病防控领域, 我国的科技创新能力相对较弱, 缺乏具有自主知识产权的防治技术和产品。这使得我国在慢性病防控方面难以取得突破性进展, 影响了防控效果的提升。

5 慢性病防控的有效策略

5.1加强健康教育与健康促进。(1)普及慢性病防治知识: 通过多种渠道, 如学校、社区、媒体等, 向居民普及慢性病的危害、危险因素、预防措施等知识, 提高居民的健康素养和自我保健意识。(2)倡导健康的生活方式: 开展“全民健康生活方式行动”, 倡导合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡等健康的生活方式。例如, 推广“三减三健”(减盐、减油、减糖, 健康口腔、健康体重、健康骨骼)专项行动, 引导居民养成良好的生活习惯。(3)加强心理健康教育: 关注居民的心理健康, 开展心理健康教育和心理咨询服务, 帮助居民缓解压力, 保持良好的心理状态。

5.2 优化医疗资源配置。合理配置医疗资源,提高基层医疗卫生机构的服务能力是慢性病防控的关键。政府应加大对基层医疗卫生机构的投入,改善医疗设备和条件,加强基层医务人员的培训和队伍建设,提高基层医疗卫生机构的诊疗水平和服务质量。同时,应推进医疗卫生体制改革,建立分级诊疗制度,引导慢性病患者到基层医疗卫生机构就诊,实现小病在基层、大病到医院、康复回社区的就医格局。此外,还应加强区域医疗中心建设,促进优质医疗资源下沉,提高医疗资源的利用效率。

5.3 完善慢性病防治体系。(1) 加强基层医疗机构建设:加大对基层医疗机构的投入,改善基层医疗机构的硬件设施和服务条件,提高基层医务人员的业务水平和服务能力。通过家庭医生签约服务等方式,为慢性病患者提供连续、综合的健康管理服务。(2) 建立健全慢性病监测网络:完善慢性病监测体系,加强对慢性病的监测和评估,及时掌握慢性病的流行状况和发展趋势,为制定防控策略提供科学依据。(3) 推进慢性病规范化诊疗:制定和完善慢性病诊疗规范和指南,加强对医务人员的培训,提高慢性病的诊疗水平。推广慢性病的规范化诊疗模式,提高治疗效果,降低疾病负担。

5.4 强化多部门协作。建立健全多部门协作的慢性病防控工作机制,明确各部门的职责和任务,加强部门之间的沟通协调,形成工作合力。卫生健康部门要发挥牵头作用,统筹协调慢性病防控工作的开展;教育部门要将慢性病防控知识纳入学校教育课程,加强学生的健康教育;体育部门要推广全民健身运动,提高居民的体育锻炼意识;财政部门要加大对慢性病防控工作的投入,保障工作经费;宣传部门要加强慢性病防治宣传教育,营造良好的社会氛围。同时,要建立健全部门之间的信息共享机制,及时交流工作进展和信息,提高工作效率。

5.5 加大科技创新力度。(1) 加强慢性病防治研究:加大对慢性病防治研究的投入,支持科研机构和医务人员开展慢性病的病因、发病机制、防治技术等方面的研究,提高我国在慢性病防控领域的科技创新能力。(2) 推广应用先进技术和产品:积极推广应用先进的慢性病防治技术和产品,如人工智能、大数据、物联网等技术在慢性病防控中的应用,提高慢性病防控的精准性和效率。(3) 加强科技创新与人才培养。加强慢性病防控专业人才培养,建立健全人才培养体系,培养一批高素质的慢性

病防控专业人才。加强对基层医务人员的培训,提高他们的慢性病诊疗水平和服务能力。此外,要加强国际交流与合作,引进国外先进的慢性病防控理念和技术,提升我国慢性病防控工作的整体水平。

5.6 加强国际交流与合作。积极参与全球慢性病防控行动,加强与世界卫生组织等国际组织以及其他国家的交流与合作,学习借鉴国际先进的慢性病防控经验和先进技术,提高我国慢性病防控的水平。

5.7 推进慢性病早诊早治。早诊早治是提高慢性病治疗效果、降低死亡率和致残率的关键。要加强慢性病的筛查和干预工作,建立健全慢性病筛查网络,推广癌症、脑卒中、冠心病等慢性病的筛查技术,提高慢性病的早期诊断率。同时,要加强慢性病患者规范化管理,建立慢性病患者健康档案,定期开展随访和健康评估,为患者提供个性化的治疗方案和健康指导。此外,要加强基层医疗卫生机构的能力建设,提高基层医务人员的慢性病诊疗水平,使慢性病患者能够在基层得到及时、有效的治疗。

6 结束语

综上所述,慢性病防控是一项长期而艰巨的任务,关系到全民的健康福祉和社会的可持续发展。目前我国慢性病防控工作虽然取得了一定的成效,但仍然面临着诸多问题。因此要充分认识到慢性病防控工作的重要性和紧迫性,并采取科学有效的防控策略,旨在提高慢性病防控水平。

[参考文献]

- [1] 李立明. 慢性非传染性疾病流行病学研究进展[J]. 中华疾病控制杂志, 2019, 23(5): 497-500.
- [2] 王丽, 刘静. 家庭-社区联动护理模式对糖尿病患者生活质量的影响[J]. 中华护理杂志, 2021, 56(3): 345-349.
- [3] 苏珊男. 针对性预防控制措施在呼吸道传染性疾病预防效果[J]. 中国医药指南, 2025, 23(03): 112-114.
- [4] 陈仁书. 健康教育结合中医预防在疾控中心传染性疾病预防控制效果[J]. 黑龙江中医药, 2024, 53(02): 80-82.
- [5] 周苏. 基层公共卫生传染病的控制现状及管理控制对策[J]. 名医, 2023, (13): 189-191.