



多形式倡导健康理念 积极开展癌症早诊早治项目

坪山区做实做细医疗卫生健康服务,全面提升慢性病综合防控水平

近年来,包括高血压、糖尿病、恶性肿瘤等慢性非传染性疾病已成为影响社会经济发展的主要公共卫生问题之一。身心健康,是社会普遍关注的话题。但是,人们在病症面前并非束手无策,无能为力。慢性非传染性疾病也是可防可控可治的。坪山区疾病预防控制中心做实做细医疗健康服务,倡导居民“做自己健康第一责任人”的理念,尤其在预防高血压、糖尿病、恶性肿瘤等慢性非传染性疾病方面,认真落实国家、省、市有关政策精神,全面推进工作开展,增强坪山居民对医疗卫生健康服务的获得感,为加快打造东部特色医疗高地、全力推进“健康坪山”建设添砖加瓦。

倡导健康理念 做自己健康第一责任人

“做了几十年饭,我都不知道炒菜到底放多少油、多少盐才对健康有益。”“阿姨,成年人建议一天摄入的食用油以不超过25克为佳,食盐不要超过6克。”“真好!有了专业的指导,我们以后的生活更健康。”社区居民李阿姨高兴地说。

在一次“三减三健”(减盐、减油、减糖,健康口腔、健康体重、健康骨骼)全民健康生活方式宣传活动中,李阿姨在活动现场进行了免费体检,并在工作人员的介绍下,认真了解了什么是健康的生活方式。而这样的宣传活动,在坪山辖区已成为常态。

党的十九大报告提出,要“倡导健康文明生活方式,预防控制重大疾病”。坪山区疾病预防控制中心积极贯彻落实,通过举办形式多样的宣传活动,引导大家树立“自己是健康第一责任人”的理念,同时借助传统媒体与新媒体平台,特色主题宣传日活动的契机,多渠道开展健康宣传教育,营造全民健康的良好氛围,推动“以治病为中心”的治疗观念向“以健康为中心”的管护理念转变。当每个人真正成为自己健康的第一责任人,才能变被动医疗为主动管理,落实大卫生、大健康观念。

11月16日,作为健康促进月重头戏之一——坪山区第七届“万人万步”健走暨健康素养游园会在坪山中心体育馆拉开帷幕。活动吸引辖区众多居民参与,除了健步走外,各种健康知识小游戏更是备受青睐:小朋友在“健康素养小灯谜”区域流连忘返,“暴风营救”让大家学会了急救的方法……活动相关负责人表示,如今越来越多市民愿意参加到这样的健康活动中,活动不仅提升了居民健康意识和健康知识,还牢固树立起了“每个人是自己健康第一责任人”的健康理念。

实施早诊早治 将癌症扼杀在萌芽中

张阿姨今年50岁了,总喜欢调侃自己年过半百的她老是觉得身体不舒服,怀疑是得了“绝症”。今年4月19日,她参加了坪山区疾病预防控制中心在江岭文化广场举行的第二十五个“全国肿瘤防治宣传周”活动。

“了解癌症发生的真相”“了解癌症预防的途径”“了解癌症早诊早治的方法”……当天的活动内容形式多样,既有义诊,又有讲座,还有互动环节。在听取了张阿姨的叙述后,现场义诊的医生微笑着告诉她:“阿姨,您的身体没有大碍,请放心。您能主动来咨询非常好,其实癌症并不可怕,主要是做到早发现、早诊断。”

实际上,为了让广大市民认识到癌症是可防可控可治的,坪山区疾病预防控制中心在癌症筛查方面下足了工夫。

今年5月22日,区疾病预防控制中心根据全市重点癌症早诊早治项目实施方案,组织各医疗机构及社康中心召开会议。会上对重点癌症早诊早治项目(肺癌、乳腺癌、大肠癌、上消化道癌、肝癌)工作及重点人群大肠癌筛查项目工作进行了部署。

根据部署,癌症筛查项目由区疾病预防控制中心负责实施,开展宣传发动、数据管理和效果评估等工作。各项目点社康中心负责



在全国肿瘤防治宣传周活动中,居民认真填写资料进行登记。

相关链接

深圳市重点癌症 早诊早治项目

筛查对象:年龄为45岁至74岁的深圳户籍或常住居民

筛查癌症:肺癌、乳腺癌、大肠癌、上消化道癌、肝癌

筛查费用:免费

筛查评估点:碧岭社康中心、坪环社康中心、石井社康中心、大工业区社康中心、三洋湖社康中心、竹坑社康中心、和平社康中心、浪尾社康中心、东晟时代花园、秀新社康中心、坑梓社康中心、招商花园城社康中心、上坝社康中心、澳子头社康中心

临床筛查医院:坪山区人民医院

筛查流程:先凭身份证到各筛查点社康中心进行问卷评估,评估癌症高危患者,根据预约到坪山区人民医院进行临床检查



制图:朱海波

对符合条件的居民进行问卷评估和初步筛查,找出各类癌症的高危人群。区人民医院作为坪山区癌症筛查临床医院,负责对初筛评估高危人群进行预约,并为初筛阳性居民按诊疗规范提供精筛(如肠镜检查)服务等。

在项目开展过程中,各相关责任单位纷纷号召、倡导深圳市户籍或在坪山居住3年以上常住人口,年龄为45岁-75岁的居民前往筛查点接受免费筛查。据数据统计,今年活

动期间,共评估高危人群840名,临床筛查280名,重点人群大肠癌筛查200名。而自2017年深圳市启动“重点癌症早诊早治项目”以来,坪山区疾病预防控制中心积极落实项目开展,共对坪山2655人进行了评估,924人完成了癌症高危临床筛查,发现23例阳性患者。由于发现及时,患者赢得了最佳治疗时间,提高了治疗效果。

“推广人群癌症筛查是降低我国癌症负担的最有效途径,癌症病例筛查、早期发现、早期诊断、早期治疗是降低死亡率和提高生存质量的主要策略之一。”区疾病预防控制中心相关负责人表示,在我国当前癌症防治框架下,早诊早治具有里程碑式的意义,“项目是免费的,我们每年都会开展,希望通过项目的深入推进,向群众普及科学规范的诊疗理念和方式,让公众认识到癌症是可防可控可治的,进而将癌症扼杀在萌芽中。”

建成慢病防控示范区 助力东部特色医疗高地建设

“糖尿病是不是要一直吃药?日常饮食应该注意些什么呢?我还一直受到高血压的困扰,不知道怎么办才好。”在坪环社区服务中心的“耆乐融融-老年学苑”课堂上,社工正在为社区的中老年人开展慢性病健康知识普及活动,社区居民梁伯向社工提问。“其实,无论是糖尿病还是高血压都没有想象中可怕,我们除了注意日常饮食、健身外,也可以去社康免费测血糖血压以及健康管理……”

社工口中的“去社康免费测血糖血压及健康管理”,正是坪山区创建国家级慢性病综合防控示范区的成果之一。为提高居民健康水平,打造服务型政府,坪山于2014年启动国家级慢性非传染性疾病综合防控示范区创建工作,经过近四年的努力,2017年10月通过评审,正式建成国家级慢性病综合防控示范区。

为了把健康的理念渗透到每一个老百姓的生活中去,在创建示范区过程中,坪山区将工作细化为7大项24小项任务,包括保障措施、监测、社区诊断、健康教育和健康促进、全民健康生活方式行动、患者管理等。同时,还建立了富有坪山特色的全民健康管理、社区健康综合指导平台,创建健康单元54家、居民自助式健康检测点24个。

“我每天散步到社康测血压,然后到健身广场运动一下,有时候去社区听听健康讲座,还有社工和义工经常向我宣讲慢性病自我管理知识,生活在坪山,政府为我们的健康做了很多服务和保障。”居民梁伯作为受益者深有感触。

从居民“获得感”出发,多形式为居民健康保驾护航,让居民共享坪山健康事业的发展,是坪山区疾病预防控制中心一直努力的方向,也是该中心助力坪山打造深圳东部特色医疗高地的有力见证。

文/图:符茂真 刘雯琪