



医防融合 关口前移

我市推进糖尿病防治行动稳健实施

市疾控中心慢病所所长、主任医师 丁贤彬：

关口前移 推进糖尿病早期筛查干预及健康管理

糖尿病是一种以血糖升高为特征的慢性、全身性、代谢性、进展性疾病。糖尿病分为I型糖尿病、II型糖尿病以及妊娠糖尿病等，II型糖尿病是我国最常见的糖尿病类型。

糖尿病的危险因素包括不可改变和可改变的两种因素。不健康的生活方式如吸烟、饮酒、身体活动不足、膳食不合理以及超重肥胖、高血压、血脂异常等属于可改变的危险因素，这也是糖尿病防治的重点。

重庆市疾控中心慢病所所长、主任医师丁贤彬表示，近年来，全国和我市糖尿病患病率呈逐年上升趋势，且上升速度较快。据重庆市慢性病及危险因素调查数据显示，18岁及以上居民糖尿病患病率由2010年的9.5%上升到2018年的11.6%。

糖尿病防治是健康中国行动的十五项行动之一。为响应健康中国行动号召，助力糖尿病防治行动落地实施，我市积极建立完善糖尿病防治体系，持续提高基层糖尿病防治综合能力，强化糖尿病健康管理，为群众提供更便捷、更高效的糖尿病防治管理服务，为全市糖尿病患者健康护航。

2021年—2022年，我市建立慢性病监测信息系统，将糖尿病病例报告纳入了医疗机构履行公共卫生职能责任清单；开展糖尿病

防治知识宣传教育与糖尿病前期筛查与干预，提高居民糖尿病防治知识认知水平，防止和延缓糖尿病的发生和发展；加强糖尿病患者的随访管理和自我健康管理，落实糖尿病分级诊疗规范服务。

据悉，2021年，重庆市糖尿病死亡率为17.42/10万人，较2020年的17.58/10万人有所下降。糖尿病早死概率由2020年的0.44%下降到2021年的0.40%。糖尿病规范管理率与血糖控制率均达到基本公共卫生服务考核的指标。

“今年世界糖尿病日的主题是‘教育保护明天’，重点强调医疗卫生专业人员和糖尿病患者需要更好地获得优质的糖尿病教育。”丁贤彬说，预防糖尿病，健康教育要先行，健康教育作为糖尿病防治的重要举措之一，提高百姓糖尿病防治的基本知识和技能至关重要。

通过健康教育，指导大众“管住嘴，迈开腿”，改变不健康的生活方式，可以使糖尿病高危人群不发展或者延缓发展为糖尿病。同时，如今糖尿病患者年轻化趋势明显。丁贤彬表示，加强职业人群管理，积极建设健康主题公园、健康步道、健康社区、健康单位，发挥机关企事业单位、健康自我管理小组的作用，促进健康生活方式的形成，也是做好糖尿病防治的重要方式。

武警重庆总队医院血液内分泌科主任 廖涌：

“三位一体”综合管理 守好糖尿病防治的重要战场

根据健康中国行动糖尿病防治行动目标要求，到2022年和2030年，18岁及以上居民糖尿病知晓率分别达到50%及以上和60%及以上，糖尿病患者规范管理率分别达到60%及以上和70%及以上。为此，我市积极组织专家开展健康科普教育，对全市基层医生进行培训指导，提高居民对糖尿病防治的知晓率、参与度及规范管理率。

据武警重庆总队医院血液内分泌科主任廖涌介绍，2021年，我市组织专家编写了《重庆市居民健康素养知识读本》，以问答形式对居民进行健康教育，为公众提供科学权威的糖尿病防治科普资源。

同时，我市持续开展大型糖尿病防治宣传行动“蓝光行动”、联合国糖尿病日主题宣传活动等，线上线下联动，线上积极开展科普宣讲、发布科普视频和文章、举办网络科普直播等；线下组织开展筛查义诊、科普讲堂、媒体宣传等活动，充分利用传统媒体和新媒体，广泛传播糖尿病防治科普知识，倡导居民自觉践行健康文明的生活方式。

提升基层糖尿病防治能力，

2021年，由重庆市医学会组织，糖尿病学分会专家们共同参与“糖尿病规范化基层专科能力建设培训”项目，通过对基层专科医生及机构进行业务、政策和管理知识的帮扶、培训和指导，促进糖尿病患者规范管理率的提高。数据显示，截至2022年6月，我市14个区县II型糖尿病患者基层规范管理率已达到61%。

“城市是糖尿病防治的重要战场。”廖涌说。2018年重庆市组织开展了“城市改变糖尿病”试点项目，立足社区医院，对城市居民开展糖尿病教育，糖尿病前期摸底调查及“健康饮食、运动教育双处方”。该项目借助行政主导、专业技术支撑、基层医疗机构实施建立起糖尿病患者防、治、管“三位一体”综合健康管理模式。

在项目实施过程中，重庆市6个试点项目区开展了人群分类健康管理，通过居民健康档案建档、义诊、职工体检、老年人健康体检、首诊测血糖等多种途径将人群分为健康人群、糖尿病高危人群和糖尿病患者，并对三类人群开展了干预前后调查，评估干预效果。

11月14日是第16个“联合国糖尿病日”，今年的主题是“教育保护明天”。糖尿病是严重威胁我国居民健康的慢性病，如何防治糖尿病已成为当前公共卫生工作面临的一个重要课题。为贯彻落实健康中国行动有关要求，我市积极推进糖尿病防治工作。糖尿病防治的重点、要点在哪里？我市针对糖尿病防治采取了哪些措施？取得了怎样的成效和经验？有关部门、医疗机构给出了解答。



丁贤彬



焦惠艳



廖涌



王午喜



杨梅

南岸区弹子石街道社区卫生服务中心院长 杨梅：

当好糖尿病患者的“健康守门人”

“我院共承担了5300名糖尿病患者的管理任务，其中门诊诊疗的特慢病病人有2800余人。”南岸区弹子石街道社区卫生服务中心院长杨梅表示，目前我国糖尿病的发病率为11.6%，随着分级诊疗的开展，大部分糖尿病患者回到了基层医疗机构，基层医疗机构承担着糖尿病管理的重要职责，成为了糖尿病患者的“健康守门人”。

据杨梅介绍，南岸区弹子石街道社区卫生服务中心在2011年就成立了糖尿病专科，培养了糖尿病专科医师5名，以糖尿病专科为依托，设置糖尿病随访工作站，以家庭医生团队为单位实行网格化管理，给管理的每个病人建立专案，定期进行面访及家庭访视，根据患者

情况进行个体化治疗；建立微信群，依托同伴的影响增强自我管理。

同时，该院利用重庆市慢性病监测信息系统，推进医疗健康信息化建设，为辖区内35岁及以上常住居民中II型糖尿病患者提供筛查、随访评估、分类干预、健康体检服务，充分利用信息技术提高糖尿病健康管理能力。

糖尿病防治，基层医疗机构是“守门人”，也是“哨兵”，早预防、早发现同样是基层医疗机构的重要职责。为此，南岸区弹子石街道社区卫生服务中心建立了专科医师+全科医师+公共卫生人员+N个护士的家庭医生团队，到社区、到家庭宣传义诊，提高居民认识，并从中发现新的患者进行管理。

沙坪坝区双碑社区卫生服务中心公共卫生科科长 焦惠艳：

早发现、早诊断、早治疗 构筑糖尿病预防的三道关卡

“预防为主、医防融合是实践糖尿病防治的新路径。”沙坪坝区双碑社区卫生服务中心公共卫生科科长焦惠艳表示，在糖尿病防治中，要以家庭医生团队为载体，做好基本公共卫生服务糖尿病患者健康管理，扩大长期处方、出诊、家庭病房等服务覆盖面，从而提高服务质量、提升糖尿病控制率，减少患者并发症的发生。

焦惠艳认为，糖尿病的管理防治讲究“三级预防”，每级预防都是筑牢群众健康屏障缺一不可的防线。第一级预防是避免糖尿病的发生，养成良好的生活及饮食习惯，生活作息规律、积极锻炼身体、控制体重等；第二级预防是早发现、早诊断、早治疗，延缓疾病进展，减少并发症发生；第三级预防是延缓糖尿病并发症的发生和进展，预防糖尿病导致失明、肾功能衰竭、心脑血管死亡和截肢等情况的发生，

争取减低致残率和死亡率，从而提高群众生活质量。

对于糖尿病患者来说，自我管理至关重要。糖尿病患者自我管理有“五架马车”，包括糖尿病患者的健康教育、饮食治疗、运动治疗、血糖监测、药物治疗。患者行为的改变能改善患者的血糖、血脂、减轻体重，从而降低糖尿病慢性并发症的发生。

对已确诊的糖尿病患者进行血糖检测、糖尿病并发症筛查也是基层医疗机构管理的一项重要内容。为此，依托家庭医生服务，每季度对患者至少面对面一次随访，让居民和家庭医生一起协作，在医生指导下定期做糖尿病相关指标体检，控制血糖及并发症。对于糖尿病依从性差的患者，则制定个性化健康教育方案，由家庭医生在两周内做好随访，必要时转诊。早发现、早诊断、早治疗，助力糖尿病科学防控，为群众构筑健康防护屏障。



为群众提供糖尿病筛查与管理

南岸区铜元局街道社区卫生服务中心院长 王午喜：

助推基层糖尿病管理提质升级

不久前，家住南岸区铜元局街道的糖尿病患者邹先生（化名），左足第一趾莫名变黑了，邹先生有些害怕，到社区卫生服务中心咨询医生，医生判断他的症状为糖尿病足，是糖尿病的并发症之一，情况严重时还需截肢，且花费巨大。

为解决邹先生的健康难题，社区服务中心的医生立即联系上一级医院对邹先生进行接收诊治，在上级医院治疗后，邹先生病情得到了控制又回到社区医院，由社区医院对他进行团队管理，直至病情痊愈。

“这个病人总共医疗花费才不到一万元，对于救治结果也很满意。这得益于我们的双向转诊及分级诊疗制度。”南岸区铜元局街道社区卫生服务中心院长王午喜说，糖尿病患者的双向转诊和分级诊疗是指：上级医疗机构对基层医疗机构医务人员的糖尿病诊治知识进行指导培训，提高其诊治糖尿病的整体水平；同时，基层医疗机构遇到问题及时求助上级医院，解决问题后又下转到基层医疗机构管理。

王午喜认为，这种模式不仅是保护患者利益的重要措

施，也是推行糖尿病患者团队管理、基层首诊，解决糖尿病患者看病难的重要保障。

据悉，今年上半年，我市积极推进落实糖尿病分级诊疗规范服务。14个区县成立了糖尿病自我管理小组，依托医医共体、医联体、国家慢性病综合防控示范区建设等平台，派专科医生下基层医疗机构指导，畅通医联体上级医疗机构与基层医疗机构双向转诊及会诊机制，提升基层医务人员对糖尿病的健康管理及诊疗能力。

“除了双向转诊和分级诊疗，我们医院还创新糖尿病管理模式，建立了糖尿病高血压专科，走出一条糖尿病足管理的特色经验之路。”王午喜说。

在糖尿病足管理上，中心糖尿病综合管理团队首先会筛选出早期II型糖尿病足的患者，在上级医院医生的指导下参与对糖尿病足患者进行健康管理。同时积极采用中药足浴及气压循环治疗，中西医结合治疗糖尿病足患者，早预防、早干预，成功使患者在糖尿病足早期便阻止了病情的进一步发展及恶化。

韩洁洋 图片由各受访单位提供



糖尿病防治宣传科普活动



开展老年人健康调查