

# 风劲正是扬帆时

## ——娄底市中心医院健康管理中心创新发展纪实

“今晚7点30分将进行健康讲座《高血压的误区》，欢迎大家参与并准备好提问。”4月25日早上7点18分，娄底市中心医院健康管理中心主任、高血压防治中心主任胡卫民像往常一样，在一个叫“轻轻松松降血压总群”的微信群编发消息。一个小时后，这个微信群早已炸开了锅，300多条信息跟帖，报名参加健康讲座的市民争先恐后。

据了解，在娄底市中心医院健康管理中心，类似宣传义诊活动只是开展创新服务推动科学发展的一个缩影。

近年来，娄底市中心医院健康管理中心以先进的健康管理信息平台 and 专业的健康专家队伍为依托，年体检近7万人次。该中心多次以重大疾病(恶性肿瘤等)检出率高、慢病管理和科普教育成绩突出受到省卫生厅及保健局表彰，被评为中华医学会健康管理分会的全国健康管理示范单位。 ■朱意志

### A 乐当百姓健康的“守门员”

娄底市中心医院体检中心成立于2001年，于2011年更名为健康管理中心，拥有健康管理专职工作人员60余人，设有内科、外科、妇科、眼科、耳鼻喉科等30余个检查科室。

2010年，胡卫民医生担任娄底市中心医院的健康体检中心主任。5年来，在医院领导的支持下，该中心以低于100万的基建投入，将原来400平米的体检中心改扩建成2200平米的健康管理中心。中心通过内抓管理、外树形象、科普引领、慢病管理助力、优化流程、狠抓质控，细化服务等措施，取得了不俗的成绩。

2014年9月6日，由中国健康促进基金会、中华医学会健康管理学分会主办的全国健康管理示范基地建设研讨会上，娄底市中心医

院健康管理中心等全国32个健康管理机构被评为“健康管理示范基地”。胡卫民因此当选为中华医学会健康管理分会全国委员，中国健康管理协会理事。

目前，该中心拥有全自动乳腺容积成像系统(ABVS)、摄片仪(DR)、高端彩超、全身体热断层扫描仪(TTM)、健康扫描系统(鹰眼亚健康检测仪)、精神压力分析仪、人体成分分析仪等一批先进的仪器设备，还提供健康风险评估、危险因素干预和健康促进、便捷就医(就诊绿色通道)、网络咨询、家庭医生等专业的一站式健康管理服务。

该中心参与了国家十三—五重大专项“H型高血压的比较效果学研究”，主持省市级慢病防控和健康教育相关课题共四项。

### B 深入开展“胸苷激酶1(TK1)细胞周期检测”

4月19日，娄底市交警支队的周警官喜出望外地收到了一份特别的“礼物”——免费接受“一管血可预测患癌风险”的胸苷激酶1(TK1)细胞周期检测及便潜血试验结合肠镜检查。和周警官同样幸运的，还有另外999名娄底市民。

4月15日—21日是第二十二届全国肿瘤防治宣传周，今年的主题是“科学抗癌，关爱生命”。由娄底市中心医院、娄底市抗癌协会、娄底市健康管理协会、娄底市肿瘤防治中心、娄底市中心医院健康管理中心主办，华瑞同康生物技术(深圳)有限公司承办的“第二十二届全国肿瘤防治宣传周委

底启动仪式”及肿瘤防治系列宣传活动，在娄底市掀起一股防癌抗癌的宣传高潮。

胡卫民告诉记者，胸苷激酶1(TK1)是一个广谱的抗癌检测，可以对大肠癌、肺癌、肝癌等各类癌症进行早期筛查，“胸苷激酶1(TK1)细胞周期检测在娄底尚属首次，希望今后能成为新常态。”

根据多年研究得出的科学数据显示，癌症已成为娄底市高危病死亡率的前两位，在给娄底社会经济造成严重负担的同时，也严重影响到广大市民的健康水平。除了专业、科学、规范的治疗外，早防早治显得尤为重要！



娄底市中心医院健康管理中心医疗团队。

### C 家门口的“健康管理中心”

“有高血压，要定期测量血压，1—2周至少测量一次”。

“要保证充足的睡眠，适当的锻炼，合理的饮食调解是关键。”

4月21日上午8点30分，娄底市中心医院健康管理中心在井头社区居委会举行健康教育知识讲座，胡卫民针对高血压病所要注意事项及治疗方式进行了深入浅出的主讲。1个小时的讲座座无虚席，现场看诊更是人山人海。

“胡主任，我的血糖有点高，去年12月检查的时候有10点多，现在低了一点，辛苦你帮我看看。”今年70岁的刘奶奶拄着拐杖，被主办单位安排在第一个提问。

对于社区群众的各种咨询，胡卫民总是有求必应、百问不厌，并进行详细的药物指导。

对于需要开处方的群众，胡卫民准备了两张处方，一张是科普防病处方，上面写着很多群众普遍缺少科学实用的健康保健知识，一张是药物处方。

胡卫民的讲座通俗易懂，深入浅出，内容涉及常见病、多发病的防治、食品安全、生活方式心理健康，让社区群众增长了不少保健知识。他所讲的“一个中心、两个达标、三大纪律八项注意”健康理念深入人心。(以血压健康为中心，血压与心率双达标。三大纪律为降压不宜过快、治疗方案不可随便改变、服降压药不可不测血压(自测)。八项注意：不要盲目降压；用药剂量和种类不能雷同；用药尽量不要单一；坚持长期合理服药，勤测血压；宜逐渐降压；防止情绪激动，保证睡眠充足，心情舒畅；采用联合用药除部分轻型病人外，大多数病人都应采用联合复方用药，且剂量和组合都应个体化；戒烟、避免过量饮酒)

在胡卫民的带领下，娄底市中心医院健康管理中心平均每月开办5—10场次讲座，足迹遍布机关、单位、厂矿、企业、农村、学校等300多个单位和社区。

### D “互联网+健康管理”深入人心

“胡主任，这个报告单麻烦你看一下。”在胡卫民的微信群里，时不时的会冒出这样的一句话，附带着一张检查单。

《高血压患者的24小时注意事项》、《预防脑溢血、控好血压是关键》……在娄底中心医院健康管理中心的微信公众平台里，一篇篇关于健康的文章历历在目。自2014年开通以来，公众号累计发布转载消息数千条，其中的健康小知识深受老百姓喜欢。

作为最早利用互联网开展健

康管理的医生，胡卫民在2001年就建立了自己的个人网站“为民医生网”和“中国高血压患者之家”，其中“中国高血压患者之家”网站就管理了5万多名全国的高血压会员。胡卫民利用这个平台为患者提供健康咨询、风险评估、健康教育等服务，深受全国患者的好评。

“现在是互联网大时代，我们医院跟医生也要与时俱进，利用好互联网这个平台，贴近百姓，更好的为他们服务，做好百姓健康的守护神。”胡卫民表示。

### E 争创全省一流的“乳腺疾病筛查中心”

娄底市中心医院健康管理中心拥有先进的世界乳腺疾病筛查技术，斥巨资引进乳腺血氧功能影像系统、美国西门子自动乳腺全容积成像系统(ABVS)、贝亿医学国际热断层(TTM)扫描系统、乳腺肿瘤基因DNA筛查(BRAC1、BRAC2)数字红外乳透成像检查仪、进口乳腺B超等前沿技术。

能开展全面的乳腺疾病诊疗项目：乳腺炎症、乳腺癌症、乳腺囊肿、乳腺纤维瘤、男乳发育症、小叶增生、乳腺结核等。为医院乳腺疾病的临床诊疗全面升级提供了良好的技术平台，同时也有助于医生进行更加精确的诊断分析，提高对乳腺疾病判断的准确性。

据了解，新引进的自动乳腺全容积成像系统(ABVS)能发现1mm左右的乳腺细微病灶，使乳腺疾病更早期发现成为可能；热断层(TTM)扫描系统又是国际上区分良、恶性肿瘤的利器；医院的乳腺血氧功能影像系统在病灶形成之前就已有阳性征象，是乳腺疾病早期筛查的先进武器；医院的肿瘤基因DNA筛查更是可以客观提示遗传性乳腺恶性肿瘤发病的概率和指导科学预防。

### F 打造全国领先的“高血压慢病管理俱乐部”

2013年，娄底市中心医院健康管理中心成立了全国领先的高血压慢病管理俱乐部，俱乐部前身是1998年由胡卫民建立的娄底市中心脑血管病防治网络。俱乐部先后获得湖南心血管病防治工作先进单位，并由省卫生厅召开专门会议推广介绍经验。承担国家、省市级高血压科研课题5项，并与多个科研院所建立了长期的合作关系。

目前，俱乐部建立了数千人的高血压慢病管理网络和一万多患者的高血压社区防治网络，成为全国高血压防治基地单位、湖南省心血管病防治工作先进单位。在基因导向下的高血压个体化治疗、高血压社区防治、“H型高血压”的防控管理、高血压的科普教育和网络家庭医生服务等方面进入全国先进行列。

该俱乐部秉承“让中国高血压低头，使生命健康树长青”这一理念，以全面关爱高血压患者健康，提供“有时医疗、经常关心、时时帮助”为目标，真正实现“生病在家也能实时看专家”。将云计算、远程医疗技术等高科技应用于医疗领域，通过随访、远程监测等手段，为体检、门诊、出院高血压会员提供院内、院外的持续健康监测、全程医疗跟踪和网络家庭医生健康管理服务。

俱乐部进一步创新医疗模式，丰富医疗服务的内涵，以全新的面貌为全民健康注入新的活力与生机。



胡卫民免费为百姓义诊。