

基于治未病理论的预防保健体系构建思路及 公共卫生政策措施分析

刘弈欣

广东省公安厅门诊部

摘要: 治未病理论作为中医传统医学的理论基石之一, 强调“未病先防”, 通过调整人体内外环境, 提高人体的抵抗力, 预防疾病的发生。基于治未病理论的预防保健体系构建思路, 突出了预防为主、治疗为辅的理念, 强调全民参与和综合施策, 旨在实现全面健康管理及疾病预防的目标。本文对基于治未病理论的预防保健体系构建思路进行分析, 并结合公共卫生政策措施, 以为健康管理和公共卫生领域提供指导和参考。

关键词: 治未病理论; 预防保健体系; 公共卫生政策措施

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2022.06.083

引言

随着社会的发展和人民生活水平的提高, 人们对健康的关注也越来越高。传统的医疗模式主要针对疾病治疗, 但随之而来的问题是医疗资源过度集中, 且人们对疾病的认识仍然停留在病后治疗阶段。为了更好地维护人民的健康, 国家和社区逐渐意识到了预防保健的重要性, 并开始将其作为公共卫生政策的重点之一。

一、治未病理论的基本内涵

治未病理论认为医生在诊断治疗之前, 应该对患者进行全面的观察和了解, 包括生活方式、环境、饮食习惯等方面的信息。通过全面观察, 可以更好地了解患者的身体状况, 提前发现潜在的健康问题。治未病理论认为人体是一个有机整体, 生病是机体内外平衡失调的结果。因此, 预防保健应该从整体出发, 综合考虑各个方面的因素, 包括身体、心理、环境等, 通过调整身心环境, 提高机体的整体抵抗力, 预防疾病的发生。治未病理论强调每个人的体质和生活环境都是独特的, 对疾病的易感性也有差异。因此, 预防策略应该根据个体的特点进行量身定制, 针对不同的体质、年龄、性别等因素, 制定相应的预防方案, 以达到最佳的预防效果。治未病理论认为在疾病发生之前进行早期干预是最有效的预防方式。通过健康体检、定期筛查和早期诊断, 可以及时发现潜在的健康问题, 采取针对性的干预措施, 避免疾病的进展和不良后果的发生。治未病理论倡导个体应该根据自身情况调整生活方式, 包括饮食、运动、作息等方面的调控。合理的饮食结构、适量的运动、健康的作息习惯等均对预防疾病起重要作用, 个体应根据自身情况制定合理的生活方式, 以保持身心健康。

综合而言, 治未病理论强调以预防为主, 强调全面观察、整体观念、个体化和早期干预, 倡导个体根据自

身情况调整生活方式。这种理论内涵为构建基于治未病理论的预防保健体系提供了指导, 促进人们从疾病治疗向健康管理的转变, 更好地保护人民的健康。

二、治未病理论对疾病预防控制的应用价值

(一) 强调早期干预和预防为主

治未病理论强调早期干预和预防为主, 这是疾病预防控制的关键策略。早期干预意味着在疾病发生之前采取积极主动的措施, 以便尽早发现和潜在的健康问题。早期干预可以包括定期健康检查、预防性疫苗接种、生活方式调整等措施。通过早期干预, 可以阻止疾病的进一步发展和传播, 减少并发症的发生, 降低治疗难度和成本。这对于提高疾病预防控制的效果和效率至关重要。早期干预的重要性在于疾病在早期往往没有明显的症状, 但随着时间的推移, 病情可能会逐渐恶化。当疾病发展到临床阶段时, 治疗的难度和成本就会增加。因此, 及早发现并干预潜在的健康问题, 可以在疾病成为重大健康问题之前采取相应的防控措施。这也可以帮助个人保持良好的健康状态, 提高生活质量。

(二) 个体化的预防策略

治未病理论注重个体差异, 并提倡个体化的预防策略。每个人的体质、遗传背景、生活环境等因素不同, 因此, 在预防控制中采取个体化策略能够更加精准地预防疾病。个体化预防策略包括根据个体的特点和风险因素, 制定针对性的预防方案和措施, 如针对不同年龄段、性别、职业等提供相应的预防建议和行动指南。通过个体化的预防策略, 可以更好地满足个体的健康需求, 提高个体参与预防的积极性和效果。个体化预防策略还可以帮助识别特定人群中的高风险个体, 及时采取针对性的干预措施, 降低疾病发生的概率。此外, 个体化预防策略还可以促进个体对预防措施的接受度和遵从

性，提高预防的成功率。

（三）综合施策的健康管理模式

治未病理论倡导综合施策的健康管理模式，将疾病预防控制纳入全面的健康管理中。这种模式强调不仅仅关注疾病因素，还要综合考虑个体的生活方式、心理健康、环境因素等多个方面的因素。综合施策的健康管理模式通过健康教育、行为干预、健康促进等手段，促进人们培养良好的健康行为和习惯，提高生活质量和健康水平。这种模式将疾病预防控制作为长期健康管理的一部分，通过定期健康检查、健康评估和指导，帮助个体及时调整不良的生活方式和行为习惯，预防慢性疾病的发生。综合施策的健康管理模式不仅可以降低疾病的风险，还可以提升整体健康水平。它通过全面的干预措施，促进身体、心理和社会层面的健康发展，使个体能够维持身心健康的状态，提高生活质量。

三、预防保健工作现状

随着健康知识的普及和社会发展，公众对于预防保健的意识逐渐增强。人们开始关注自身的健康问题，并积极参与健康促进活动。政府和相关机构也加大了健康宣传教育力度，提供各种渠道和平台，向公众传递健康信息，提高公众的健康意识和健康素养。预防筛查是预防疾病的重要手段之一。在当前，预防筛查工作得到了进一步推进。针对重点疾病，各级医疗机构和社区卫生服务中心提供更加便捷的检查和筛查服务，包括体检、健康评估、疫苗接种等。同时，大规模的公共筛查项目也得到了广泛开展，比如乳腺癌、宫颈癌、结直肠癌的筛查项目，有效提高了早期发现和治疗的机会。在预防保健工作中，越来越注重个体差异，倡导个体化的预防措施。通过基因检测、生活方式评估等手段，制定个体化的健康管理方案。此外，数字化技术的运用也使得个体化预防措施更加具体和实施。人们可以通过智能手机应用、远程健康监测等方式，实时跟踪健康指标，获取个性化的健康建议。社区是预防保健的基层单位，通过社区健康管理的强化，能够更好地协调各类预防保健资源，提供全方位的健康服务。社区健康站、社区卫生服务中心等机构开展多样化的健康宣传、教育和咨询活动，组织预防接种、慢性病管理、健康讲座等服务，方便居民获得及时的健康咨询和筛查服务，有效提高了居民的健康水平。总体来说，预防保健工作在不断完善和深化，通过强化公共健康意识、全面推进预防筛查、个体化的预防措施和社区健康管理的强化，能够更好地促进人们的健康，降低疾病的发生率和传播风险。然而，

仍然需要进一步加强预防保健工作的组织和管理，提高预防保健工作的覆盖面和质量，以满足人民群众不断增长的健康需求。

四、战略调整我国疾病预防控制工作的轴心

根据以往的经验教训，突发公共卫生事件对社会稳定和人民健康产生了巨大的冲击。因此，我国疾病预防控制工作将突发公共卫生事件的应对作为重点内容进行战略调整。重视疫情监测、跨部门协作、紧急调配资源、加强国际合作等方面的能力和改进，提高对突发公共卫生事件的应对能力和效率。随着社会发展和人口结构变化，我国疫情形势和疾病谱也发生了变化。因此，疾病预防控制工作的轴心还在于聚焦重点疾病的防控。根据疾病的流行状况和影响程度，加大重点疾病的监测、预防和控制力度，提高防控效果。这包括但不限于肺结核、艾滋病、病毒性肝炎、慢性病等传染性疾病和慢性非传染性疾病。健康扶贫和健康促进是当前我国疾病预防控制工作的重要方向。在贫困地区，人民群众面临着更大的健康风险和医疗资源不足的挑战。因此，要加强贫困地区的疾病预防控制工作，提高贫困地区居民的健康水平。同时，加强健康教育和健康促进工作，引导人民群众养成良好的生活方式和健康行为，预防疾病的发生和传播。随着信息技术和人工智能的发展，科技创新和数字化健康成为疾病预防控制工作的重要支撑。加强科学研究和技术创新，提高疾病监测、防控和治疗的能力和水平。同时，利用大数据、云计算、智能设备等技术，推进数字化健康，提供个体化、精准化的健康服务，提高健康管理和预防的效果和效率。

总的来说，我国疾病预防控制工作的战略调整的轴心主要集中在加强突发公共卫生事件应对、聚焦重点疾病防控、推进健康扶贫和健康促进以及强化科技创新和数字化健康。通过这些调整，可以更好地提高疾病预防控制工作的效果和能力，保障人民群众的健康和幸福。

五、有效调整我国预防保健体系资源的配置

将分散的预防保健资源进行整合，消除资源浪费和重复建设的情况。建立统一的资源管理机制，明确各级机构的职责和任务，避免资源的重叠和冗余。同时，进行评估和调查，了解诸如人员、设备和财政资源的分布情况，根据需求和实际情况进行优化配置。加大对预防保健工作的资金投入，并加强投入的监督和评估。确保资金使用合理有效，增加对重点领域和薄弱环节的支持。同时，加强财政、医保和社会资金的整合和衔接，最大限度地提高资源使用效益，确保资源的公平分配和

合理利用。在预防保健体系中,合理配置医疗和卫生人员。加强对预防保健人员的培训和提升,提高其专业素质和能力。同时,加强人员流动和交流,通过人员调配和留用机制,合理配置人力资源,满足各个地区和层级的预防保健需求。加强基层卫生机构和社区服务中心的建设,提升其服务能力和水平。在偏远地区和贫困地区,加大对卫生设施建设的投入,提供更加便捷和高质量的预防保健服务。此外,借助信息技术和远程医疗手段,拓展预防保健的服务网络,提供远程诊疗、健康咨询等服务,提高服务的覆盖范围和效果。建立跨部门、跨地区、跨领域的合作机制,加强各级卫生健康部门之间的协作和合作。通过优化机构设置和职责分工,实现资源的共享和协同,提高整体管理效能。同时,加强国际合作,借鉴他国成功经验,吸收国际先进技术和理念,促进预防保健工作的创新和发展。

六、中医治未病在疾病预防领域应用公共政策分析

中医治未病作为一种预防疾病的理论和实践体系,在疾病预防领域的公共政策中具有重要的应用价值。中医强调平衡和谐,注重人与自然的协调。中医治未病理念强调通过调整生活方式、饮食习惯、作息规律等行为来预防疾病的发生。公共政策可通过健康教育和宣传,提倡中医养生理念,引导人们在日常生活中自觉抵抗疾病,树立正确的健康理念,积极参与养生活动,并提供相关的咨询和指导服务。中医拥有丰富的预防保健经验和方式,例如中药调理、针灸、推拿等。公共政策可以通过整合中医资源,加强对中医医生的培训和发展,促进中医预防保健服务的提供。在社区卫生机构等基层医疗机构设立中医预防保健科室,提供针对性的中医预防保健服务,提高人民群众的健康水平。公共政策可加大对中医科研的支持和投资,鼓励中医药科研机构 and 专家进行疾病预防领域的研究,探索中医药在预防疾病方面的应用。同时,政策可以提供相应的科研经费和技术支持,促进中医治未病理学的发展和理论创新,提高中医预防保健的科学性和可行性,为预防疾病提供更多的选择。公共政策可以推动中医现代化建设,提高中医预防保健服务的可持续发展能力和技术水平。通过加大对中医药现代化研究的投资和支持,推动中医药产业的发展,提高中医药的质量和安全性。同时,改善中医服务体系和设施建设,提升中医预防保健的服务质量和效果,满足人民群众对于中医预防保健的需求。

总体而言,中医治未病在疾病预防领域的应用需要公共政策的支持和推动。公共政策可以引导人们积极参

与健康养生,整合中医资源,提供预防保健服务,支持中医科研和创新,以及加强中医现代化建设。通过这些政策举措,可以充分发挥中医治未病的优势,促进预防疾病的工作,提高人民群众的健康水平。

七、加强中医治未病方法技术的推广应用

加强中医药知识普及和健康教育,向公众传播中医治未病的理念和方法。通过开展健康讲座、宣传活动和媒体报道等形式,向公众传递中医养生、预防疾病的信息,提高公众对中医治未病的认知和了解。加大对中医师培训的支持和投入,提高中医师的专业素质和技术水平。组织培训班、研讨会等活动,加强中医治未病方法技术的培训和研讨,推动中医师在治未病方面的专业能力提升。同时,对于已经具备一定能力和经验的中医师,可以组织专家指导和交流,推动治未病方法技术的不断创新和提高。加强中医治未病方法技术的科学研究和实践示范。通过开展多中心、大样本的临床研究,收集和分析中医治未病方法的有效性和安全性数据,提供科学的依据和证据支持。同时,在不同地区和场所进行治未病方法技术的实践示范,通过实际案例和成功经验的推广,增强公众对中医治未病的信心和认可度。积极推动中医药和现代科技的融合,利用信息技术、大数据分析等工具,提高中医治未病方法技术的可视化和数字化水平。开发中医治未病的健康管理应用程序,提供个性化的中医养生方案和健康管理服务,增加中医治未病方法技术的便捷性和实用性。积极开展国际中医药交流与合作,借鉴其他国家和地区的中医治未病经验和成果。与国际组织和相关机构建立合作关系,组织国际学术交流会议,加强中医治未病方法技术的国际推广和合作,提高中医药在全球健康领域的影响力和地位。

结语

总体而言,基于治未病理学的预防保健体系的构建需要广泛动员和跨部门合作,需要政府、医疗机构、学术机构和社会界的共同努力。通过推动相关公共卫生政策的实施,加强中医治未病理学的应用和推广,有望逐步实现健康中国的目标,为人民群众提供更优质的预防保健服务,促进全民健康和社会进步。

参考文献

- [1] 李震华,许仕杰,黄纯美,等.广东中医药预防保健服务体系的构建研究[J].科教导刊旬刊,2012.
- [2] 佟欣.基于中医“治未病”理论的健康服务体系构建与问题措施分析[C]//中华中医药学会改革与发展研究分会成立暨学术会议.中华中医药学会,2016.