

Analysis of the Factors Associated with the Control of Chronic NCDs

Ping Li

Haiyang Center for Disease Control and Prevention, Haiyang, Shandong, 265100, China

Abstract

Objective: To analyze the preventive measures and control methods of chronic noninfectious diseases. **Methods:** A total of 500 healthy residents who underwent physical examination from 2022 to 2023 were selected as research objects, and health records were established for 500 patients. All healthy residents were randomly assigned to study group and control group, with 250 in each group. The prevention and control measures of chronic noninfectious diseases were adopted for patients in the study group and chronic infectious diseases were adopted for patients in the control group. The prevention and control effects of the two groups were compared. **Results:** The incidence of chronic non-communicable diseases and the incidence of bad habits in the experimental group were lower than those in the control group, and the comparison of data between the two groups was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion:** The adoption of chronic noncommunicable disease control measures for healthy residents can help patients develop good living habits, enhance their physical fitness, effectively reduce the risk of disease, and have good practical application value.

Keywords

chronic non-communicable diseases; control methods; preventive measures

慢性非传染性疾病控制的相关因素分析

李萍

海阳市疾病预防控制中心, 中国·山东 海阳 265100

摘要

目的: 分析慢性非传染性疾病预防措施与控制方法。**方法:** 以本区2022—2023年体检的500名健康居民作为研究对象, 并为500名患者建立健康档案, 采用随机分配的方式将所有健康居民分为研究组、对照组, 每组各250名。针对研究组患者采用的是慢性非传染性疾病预防控制措施, 对照组患者采用的是慢性传染性疾病预防控制措施, 对比研究两组患者的预防控制效果。**结果:** 实验组患者慢性非传染性疾病的发生率以及不良习惯的发生率均要低于对照组患者, 两组数据对比具有显著统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论:** 针对健康居民采用慢性非传染性疾病控制措施能够帮助患者养成良好的生活习惯, 增强患者的身体素质, 有效降低患者的患病概率, 具有良好的实践应用价值。

关键词

慢性非传染性疾病; 控制方法; 预防措施

1 引言

不同于其他疾病, 慢性非传染性疾病具有长期性、多发性、隐匿性等特点, 一旦发病, 给居民的身心健康造成了不良影响, 一度成为困扰居民正常生活的重要疾病。受制于经济条件、家庭生活等多重因素的影响, 大多数慢性非传染性疾病患者都是采用居家康复的方式来进行治疗。现如今中国人口老龄化现象越发严重, 再加上抽烟酗酒、工作压力增大等诸多因素的影响, 导致慢性非传染性疾病的发生率不断攀升。对此, 本研究以2022—2023年某区体检的500名健康居民作为研究对象, 对慢性非传染性疾病采用预防控制手

段, 取得了良好的实践效果。具体内容如下。

2 资料与方法

2.1 一般资料

本研究以2022—2023年某区体检的500名健康居民作为研究对象, 所有居民均于干预控制前签署了知情同意书, 排除了精神障碍患者。500名患者均建立健康档案, 其中男性健康居民为283人, 女性健康居民为217人, 年龄在25~68岁之间, 平均年龄为 (42.13 ± 4.52) 岁, 采用随机分配的方式将所有健康居民分为研究组和对照组, 每组各250名。两组患者的健康居民在年龄、性别、学历等一般资料方面均无显著统计学意义 ($P > 0.05$), 因此具有可比性。

2.2 方法

本研究针对研究组患者采用的是以慢性非传染性疾病

【作者简介】李萍(1971-), 女, 中国山东烟台人, 副主任医师, 从事慢性非传染性疾病控制、免疫规划管理研究。

的预防控制措施,对照组患者采用的是慢性传染性疾病预防控制措施,对比两组居民采用不同预防控制措施后的指标差异。工作人员在搜集资料、参考数据等方式的基础上,设计完成调研问卷,通过上门走访的形式进行问卷调查,问卷内容主要包括受访者的一般资料、对慢性非传染性疾病的认知理解情况,并根据研究组患者的实际情况开展相关的健康教育。具体内容主要体现在以下方面。

2.2.1 健康教育

医护人员要通过线上线下途径与居民建立良好的沟通关系,并根据其实际情况进行有针对性的健康教育,针对慢性非传染性疾病做好卫生服务工作,引导居民了解慢性非传染性疾病的相关专业知识,转变其思想认知,帮助患者努力改正抽烟酗酒等不良生活习惯,增强自身的免疫力和抵抗力^[1]。此外,医护人员还要为居民提供科学专业的饮食指导,引导慢性非传染性疾病患者多食用新鲜瓜果和高蛋白食物,确保体内营养物质处于均衡状态,结合身体实际情况适量进行体育锻炼,同时还要提醒患者如若遇到身体不适要及时到医院就诊。

2.2.2 心理教育

医护人员要加强对社区居民的心理健康教育,通过访谈交流、知识讲座等方式,引导居民提高对心理健康教育的关注度,正确认识负面情绪对身体造成的不良影响,强化居民的思想认识,提升其自我控制能力和治疗依从性。此外,医护人员还要多向居民讲解疏导情绪的有效方法,鼓励居民走出家门,多参与社区组织的各种群体活动,保持积极乐观的良好心态。同时,还要对慢性非传染性疾病的患者及家属做好心理建设和健康教育,提高其对慢性非传染性疾病的认知程度,正确认识该疾病的发病原因、治疗方式和预防手段,通过听音乐、看电影等方式及时疏解患者的不良情绪,提高患者的生存质量。

2.2.3 健康资料管理

医护人员要向社区居民提供相应的健康管理服务,针对社区居民实际情况为其建立健康档案资料,除了要记录性别、年龄、职业等基础资料之外,还要详细记录居民的既往病史、过敏药物史等细节问题,并及时询问居民是否存在抽烟需求等不良生活习惯,将健康档案资料作为评判居民慢性非传染性疾病预防控制的重要依据。之后再根据患者的健康状况为其执行相应的健康管理计划,为患者提供健康咨询和用药指导等健康服务。

2.2.4 疾病预防控制

除了要加强社区居民对慢性非传染性疾病的了解,鼓励居民广泛参与预防干预的过程中来,还要充分发挥政府及卫生机构的优势作用,为居民提供更专业的指导和帮助。一方面,政府部门要充分发挥其宏观调控作用,加强对威胁人民健康的慢性非传染性疾病的检测与预防控制,并出台一系

列针对大气污染、环境保护等内容的政策法规^[2]。与此同时,相关政府部门还要加强对社区医疗服务的支持与帮扶,优化完善社区基础锻炼设施,激发居民参与体育锻炼的积极性和主动性,提升对锻炼身体的重视程度。相关部门可不定期联合社区开展多形式的社区活动,通过活动的方式检验居民的锻炼成果,不断提高居民的身体素养。另一方面,卫生监督所及社区医院等基层卫生机构要发挥自身的职能作用,定期组织开展专业知识讲座和疾病预防宣讲会,邀请医生教授或养生专家为居民答疑解惑,并通过宣传手册、社区公告、微信群组分享等形式,及时宣传慢性非传染性疾病预防控制的相关专业知识,强化居民的思想意识。

2.2.5 疾病三级预防

针对慢性非传染性疾病患者采用三级预防措施:第一级即加强社区居民的健康教育,使其能够掌握基础的自我保健常识,并通过教育引导的方式使社区居民自觉参与到社区活动中来,增加其身体活动量,从根本上杜绝疾病的形成。第二级即通过社区普查、疾病筛查、健康体检等方式评估居民的身体状况,做到早发现早治疗,为慢性非传染性疾病患者赢得宝贵的治疗时机,减少并发症的发生概率。第三级即持续跟进慢性非传染性疾病的病情发展,如若患者出现病情恶化、缺少自理能力等情况,要叮嘱患者尽早就医,积极配合医护人员进行康复治疗,提高患者的自理能力和适应能力^[3]。

2.3 结果判定指标

本研究以吸烟发生率、饮酒过量发生率、不良饮食习惯发生率和慢性非传染性疾病发病率作为结果判定指标,进而明确两种控制措施的实际效果。

2.4 统计方法

本论文的研究中,主要借助于 SPSS 25.0 统计学软件针对相关环节的数据资料进行了分析处理。研究中具体涉及的计数资料借助于(N;%)进行表示,并且对其进行了卡方检验处理。在“ $P < 0.05$ ”的情况之下即证实组间数据比较结论存在显著统计学意义。

3 结果

本研究中,研究组 250 名居民中,吸引人数达 35 人(14%),饮酒过量人数达 47 人(18.8%),存在不良饮食习惯人数达 30 人(12%),慢性非传染性疾病患者发病人数达 51 人(20.4%)。对照组 250 名居民中,吸引人数达 57 人(22.8%),饮酒过量人数达 63 人(25.2%),存在不良饮食习惯人数达 79 人(31.6%),慢性非传染性疾病患者发病人数达 87 人(34.8%)。对比结果发现,从存在不良饮食习惯及慢性非传染疾病的发病率来看,研究组患者要明显低于对照组患者,对比结果具有显著统计学意义($P < 0.05$)。具体如表 1 所示。

表1 研究组和对照组居民不良生活习惯及慢性非传染性疾病发病率 [N (%)]

组别	人数	吸烟	饮酒过量	不良饮食习惯	慢性非传染性疾病发病率
研究组	250	35 (14%)	47 (18.8%)	30 (12%)	51 (20.4%)
对照组	250	57 (22.8%)	63 (25.2%)	79 (31.6%)	87 (34.8%)
χ^2		6.4471	2.9837	28.1682	12.9714
<i>P</i> 值		0.0111	0.0841	0.0000	0.0003

4 讨论

慢性非传染性疾病即超过三个月的非传染性疾病，常见的慢性非传染性疾病主要包括高血压、糖尿病、肿瘤等。现如今，随着人们生活水平的不断提升和人口老龄化现象的快速加剧，慢性非传染性疾病已经逐渐成为影响人们身体健康的重要因素之一，且呈现出了年轻化、复杂化的发展趋势，对患者的身心健康及正常生活造成了严重威胁^[4]。究其根本原因，主要是由于抽烟需求、不良生活习惯、饮食结构不合理等因素导致。因此，为了减少慢性非传染性疾病给生活带来的不良影响，医护人员要指导患者养成良好的生活习惯，杜绝过度抽烟饮酒，根据自身身体状况适当参加体育锻炼，确保血压、血脂等各项指标的趋于稳定。

有关慢性非传染性疾病的控制措施，需要重点关注以下细节：第一，将健康教育工作落实到位。根据实际情况将健康教育工作落实到位能够帮助居民建立了解慢性非传染性疾病的渠道，进而转变其针对这部分疾病的刻板认识。以此为起点，再配合更进一步的引导教育措施，便能够提高其针对这部分疾病的重视程度，进而让其在发病后能够及时到医院就诊，最终提升其身体质量。这一环节的健康教育实践需要考虑到不同人群的实际特点，进而通过对应的教育措施突出针对性实际教育质量。综合各个环节的因素分析，建议在这一环节的教育活动中发挥出互联网平台以及微博、微信等社交软件的优势，从而更好地满足不同群众的受教育需求。第二，心理教育。心理教育的侧重点在于通过必要的心理干预措施引导民众调整由于患病所造成的焦虑、紧张等负面情绪，并且配合专业化的心理健康讲座引导群众学习掌握调解负面情绪的方法，最终为后续的恢复健康打好基础。条件允许的情况下，建议梳理出这部分患者共性的心理问题进行治疗干预疏导。第三，健康资料管理。条件允许的情况下，建议由社区医院主导建立患者的慢病管理档案。确认患

者发病后，需要实时更新患者的健康状况以及治疗信息。以此为起点，在具体的慢病控制工作中便能够根据健康档案抓住主要矛盾，进而保证工作质量。第四，做好常见病的预防宣教。针对高血压或糖尿病等慢性非传染性疾病，需要从具体的致病因素着手细化宣传方案，进而增强患者的风险意识并且规范其生活行为。虽说这方面的改革实践很难在短期内见到效果，但从长远来看还是应当以明确工作目标为前提推进具体的落地实施。第五，建立疾病三级预防机制。鉴于社区医院在医疗人才以及医疗资源方面存在的短板及不足，建议按照构建疾病三级预防机制的工作思路协调各级医院的人力及物力资源，进而以明确慢性非传染性疾病的致病因素为前提保障控制效果。此环节改革实践的关键在于让各级医院各司其职，突出工作重心。本研究结论证实，研究组内群众的不良生活习惯发生概率以及慢性非传染性疾病的发病率均要低于对照组内的患者，并且数据差异存在显著统计学意义 ($P < 0.05$)。

汇总前文，本研究针对健康居民采用了慢性非传染性疾病预防控制措施，能够引导其改正原有的不良生活习惯，强化身体素质，最大限度地降低非传染性疾病的发病率。因此，医护人员要重视预防控制慢性非传染性疾病的重要作用，该方式值得在临床实践中加以推广和应用。

参考文献

- [1] 陈向宇,钟节鸣,陆凤,等.浙江省各级疾病预防控制中心慢性病防控能力分析[J].中国农村卫生事业管理,2023,43(5):364-369.
- [2] 曾柳苑.社区不同人群对慢性非传染性疾病的预防控制行为、态度和知识知晓情况分析[J].中国社区医师,2022,38(26):157-159.
- [3] 江国虹.我国慢性非传染性疾病预防控制事业的发展与创新[J].中国慢性病预防与控制,2022,30(6):406-407.
- [4] 李静,李景,崔玉兰,等.安宁疗护对老年慢性非传染性疾病终末期患者负性态度及生活质量的影响[J].河北医药,2022,44(8):1164-1167.