2017 03/29-30

北京 · 国际会议中心

中国慢性病与信息大会

China Chronic Disease and Information Conference

【信息化在基层慢性病防控中的应用】

演讲题目：吉林省心血管病高危人群健走干预项目

演讲人：刘建伟

- 项目背景
- 项目目的
- 实施情况
- 项目成绩
- 问题思考

项目背景

心血管病高危人群早期筛查与综合干预项目

为深入贯彻落实医药卫生体制改革政策，根据国家卫生计生委统一部署， 2014年在吉林、辽宁、浙江、广西四个省份作为开展心血管病高危人群早期筛查与综合干预项目试点。我省作为全国心血管病高危人群筛查项目4个省份之一，确定5个项目点（长春市、吉林市、辽源市、延吉市、通化县）开展筛查工作。全省累计参与项目单位51家，参与工作人员589人，项目覆盖居民670余万，占全省居民的25%。

通过2014年试点项目省份的共同努力，该项目取得阶段性成效，2015年国家决定加大心血管病筛查项目经费投入，项目扩展到了全国16个省，项目地区覆盖到96个。作为2014年的老点省份，在2014年确定5个项目点的基础上，根据国家选点原则，新增扶余市项目点开展筛查工作。2015年全省累计参与项目单位84家，参与工作人员961人，项目覆盖居民859余万，占全省居民的31%。

项目背景

吉林省心血管病高危人群健走干预项目依托于2014年吉林省心血管疾病高危人群早期筛查与综合干预项目，主要对我省2014年高危项目筛查出的心血管病高危人群进行健步走干预管理。

项目目的

- 推广及普及科学健步走运动，分析研究健步走运动对心血管病高危人群健康的影响。
- 通过健走处方设置，促使参加项目的心血管病高危人群完成每日运动处方任务。
- 通过自身前后对照，分析各阶段项目参与者的身体有关健康指标的变化情况。
- 探索适应我省心血管病高危人群合理健走运动干预模式。

项目选点：长春市、吉林市、辽源市、延吉市、通化县

人员选择：2014年我省5个心血管病筛查地区筛查出高危人群。1、年龄在40-60岁之间的居民；2、自愿参加且签署知情同意书；3、身体条件可参与并完成健走项目，患有心脏病、心血管疾病等不适合运动的疾病患者不可参与，由各项目办组织项目承担医院医生对参与居民进行身体状况评估可否参与项目。

项目规模：每个点选取50个人参与，共计250人

活动阶段：两个阶段活动

第一阶段（ 3.15-6.22 ）

第二阶段（ 6.27-10.04 ）

实施情况

第一阶段（2016年03月15日-06月22日）

第二阶段（2016年06月27日-10月04日）

- 每个项目地区干预人群分为5个小组（10人/组）
- 根据健康指标，为每位干预对象设置个性化运动处方
- 为每位干预人员佩戴健走专用运动处方器，记录每日步行运动量、强度和处方完成情况

实施情况

项目启动会暨培训会

长春市心血管病高危人群健步走干预项目启动暨培

通化心血管病高危人群健步走干预项目

吉林市心血管病高危人群健步走干预项目启动会

辽源市心血管病高危人群健步走干预项目启动暨培

延吉市心血管病高危人群健步走干预项目启动会

通化心血管病高危人群健步走干预项目

实施情况

项目健康指标采集分为三次：

干预前、第一次干预后、第二次干预后

第一步
- 填写健康评估问卷

第二步
- 检测：身高、体重、腰围、臀围、血压

第三步
- 检测：体格指数、体脂肪率、内脂指数、体水分率、骨骼肌率、腰臀比、基础代谢

第四步
- 空腹血糖（针对高血糖干预对象）

实施情况

项目健康指标采集

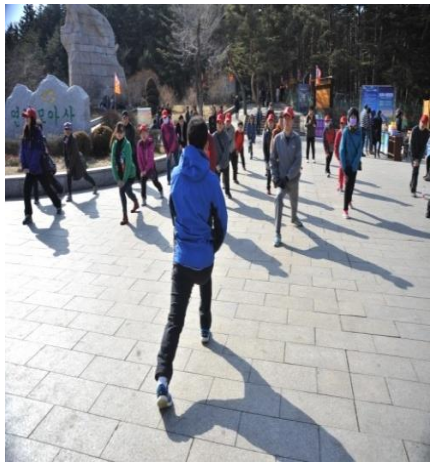
实施情况

项目线下活动

长春市心血管病高危人群健步走干预项目

延吉市心血管高危人群健步走干预项目线下活动

行万步 健走百天 再创辉煌



实施情况

每周明星秀

辽源市第六期明星秀—张娟LY

辽源市明星秀第五期-胡万臣LY

通化县明星秀第三期-夏其斌TH

辽源明星秀第三期——滕宏志LY

辽源市第一期明星秀—杜福兰LY

延吉市明星采访第二期—李正兰YJ

延吉市明星采访第一期—王忠莲YJ

通化县心血管项目明星采访第四期—宋涛

实施情况

健走数据

真抓实干筑伟业，日行万步赢健康

第一阶段

分队排名　个人排名

请输入分队名称

排名	分队名称	行进里程	日均步数	抵达时间
1	通化县	1,346.05	733946	2016-07-05 16:06:48
2	辽源市	1,314.84	625228	2016-07-18 13:06:16
3	延吉市	1,172.57	596604	2016-07-04 14:01:03
4	长春市	1,108.84	582562	2016-07-08 14:21:56
5	吉林市	1,040.86	510779	2016-07-21 16:12:32
6	观摩团	473.99	232025	2016-07-06 20:20:02

分队和个人排名

慢病辉煌六十年，初衷不改创举多

第二阶段

分队排名　个人排名

请输入分队名称

排名	分队名称	行进里程	日均步数	抵达时间
1	通化县	1,267.80	726168	2016-10-13 10:32:30
2	延吉市	859.92	522149	2016-10-11 13:58:39
3	吉林市	829.52	408680	2016-10-17 21:35:21
4	长春市	567.82	326135	2016-10-26 14:00:54
5	辽源市	505.78	342187	2016-10-11 07:47:16
6	观摩团	158.45	116252	2016-10-20 15:38:31

分队和个人排名

实施情况

第一阶段

分队和个人排名

排名	用户名	所属分队	行进里程	日均步数	抵达时间
1	姚丽杰LY	辽源市->	+1,360.00	7862	2016-06-22 13:59:55
2	蔡兴权TH	通化县->	+1,360.00	10314	2016-06-22 20:17:48
3	王淑娟TH	通化县->	+1,360.00	8573	2016-06-22 20:29:56
4	董国凤TH	通化县->	+1,360.00	10229	2016-06-22 21:10:11
5	王广林TH	通化县->	+1,360.00	9410	2016-06-22 21:31:13
6	宋涛TH	通化县->	+1,360.00	10280	2016-06-23 06:27:19
7	周文良TH	通化县->	+1,360.00	22988	2016-06-23 07:16:08
8	胡万臣LY	辽源市->	+1,360.00	15184	2016-06-23 07:24:15
9	田世荣TH	通化县->	+1,360.00	10627	2016-06-23 07:36:26
10	钱文伟TH	通化县->	+1,360.00	7874	2016-06-23 07:38:51
11	姜峰TH	通化县->	+1,360.00	11940	2016-06-23 08:41:29
12	滕宏志LY	辽源市->	+1,360.00	11827	2016-06-23 08:44:21
13	高艳华TH	通化县->	+1,360.00	13456	2016-06-23 08:44:33
14	牟学薇TH	通化县->	+1,360.00	9069	2016-06-23 09:00:55
15	邹玉香TH	通化县->	+1,360.00	10255	2016-06-23 09:58:58
16	孙多军TH	通化县->	+1,360.00	6410	2016-06-23 11:16:10
17	王淑红TH	通化县->	+1,360.00	9556	2016-06-23 15:46:12
18	刘玉民TH	通化县->	+1,360.00	10875	2016-06-23 16:01:42
19	陈俊霞TH	通化县->	+1,360.00	11380	2016-06-23 20:27:31
20	夏其斌TH	通化县->	+1,360.00	19895	2016-06-23 21:35:57

第二阶段

分队和个人排名

排名	用户名	所属分队	行进里程	日均步数	抵达时间
1	钱文伟TH	通化县->	+1,280.00	14054	2016-10-04 06:34:17
2	蔡兴权TH	通化县->	+1,280.00	9802	2016-10-04 06:36:59
3	宋春玲TH	通化县->	+1,280.00	15882	2016-10-04 07:09:03
4	高艳华TH	通化县->	+1,280.00	15676	2016-10-04 07:27:57
5	董国凤TH	通化县->	+1,280.00	10171	2016-10-04 07:30:50
6	王淑娟TH	通化县->	+1,280.00	11287	2016-10-04 14:59:54
7	周继丽TH	通化县->	+1,280.00	12759	2016-10-04 15:31:14
8	宋涛TH	通化县->	+1,280.00	14236	2016-10-04 16:06:09
9	王广林TH	通化县->	+1,280.00	12820	2016-10-04 16:07:44
10	赫明权TH	通化县->	+1,280.00	11674	2016-10-04 16:18:22
11	张焱TH	通化县->	+1,280.00	11950	2016-10-04 16:21:58
12	王宏伟TH	通化县->	+1,280.00	12244	2016-10-04 16:27:46
13	张英TH	通化县->	+1,280.00	12345	2016-10-04 16:30:02
14	夏其斌TH	通化县->	+1,280.00	18391	2016-10-04 17:18:04
15	张显菊TH	通化县->	+1,280.00	11989	2016-10-04 18:26:14
16	于顶龙TH	通化县->	+1,280.00	13012	2016-10-04 18:27:26
17	邹玉香TH	通化县->	+1,280.00	10049	2016-10-04 18:49:00
18	刘玉民TH	通化县->	+1,280.00	10620	2016-10-07 08:40:59
19	袁秀红TH	通化县->	+1,280.00	12769	2016-10-08 08:43:23
20	牟学薇TH	通化县->	+1,280.00	10421	2016-10-08 08:45:20

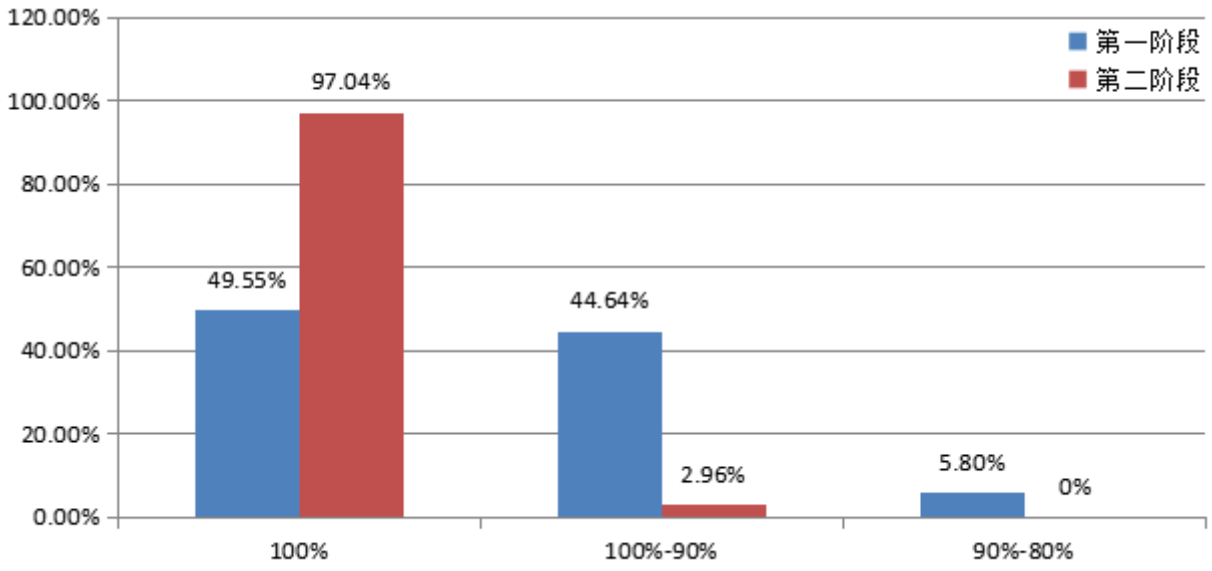
项目成绩

项目产出：

- 吉林省心血管病高危人群健走前后数据分析
- 吉林省心血管病高危人群健走项目图集

健走前后数据分析—万步率

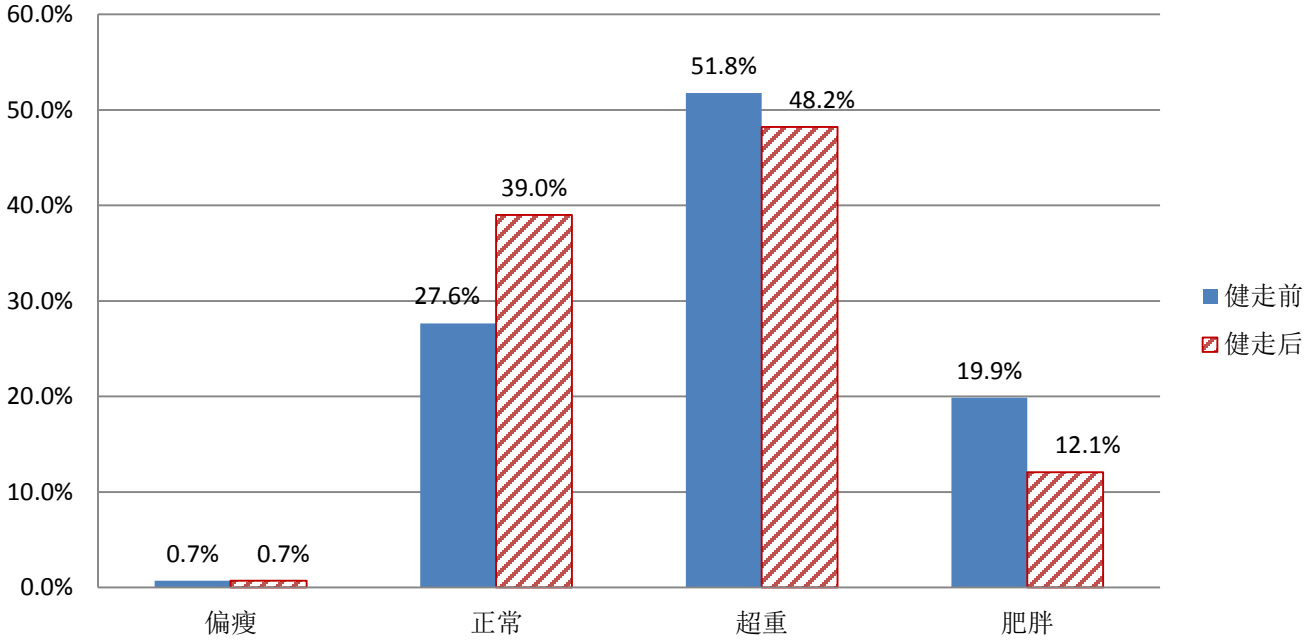
两阶段健走数据分析结果显示，吉林省第二阶段健走情况明显改善，万步率达到100%所占比例由第一阶段49.55%上升至第二阶段97.04%；万步率达到100%-90%所占比例大幅下降。



吉林省两个阶段步行数据万步率变化情况

健走前后数据分析—BMI

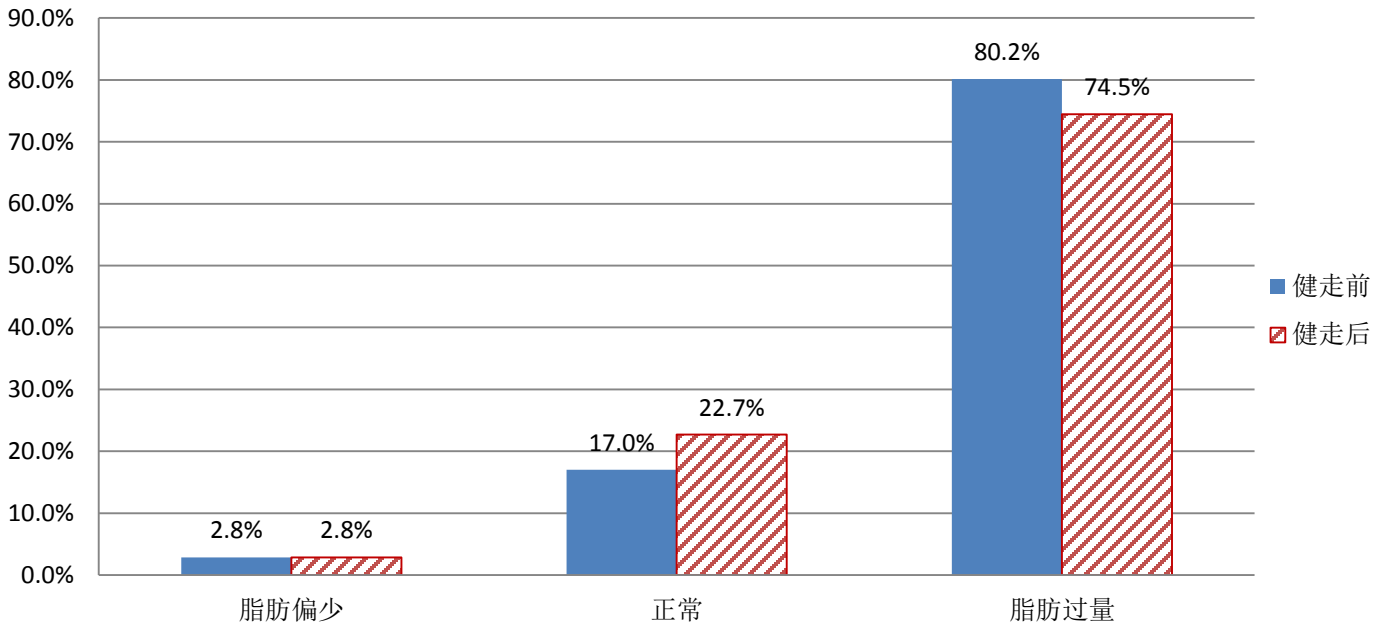
健走前后BMI指标数据分析可知，BMI处于正常水平者所占比例上升了11.4个百分点；超重和肥胖者所占比例分别下降了3.6个百分点和7.8个百分点。健走后BMI得到良好改善，说明健走运动对BMI有积极调节作用，应长期坚持健走，控制体重。



吉林省健步前后BMI变化情况

健走前后数据分析—体脂肪率

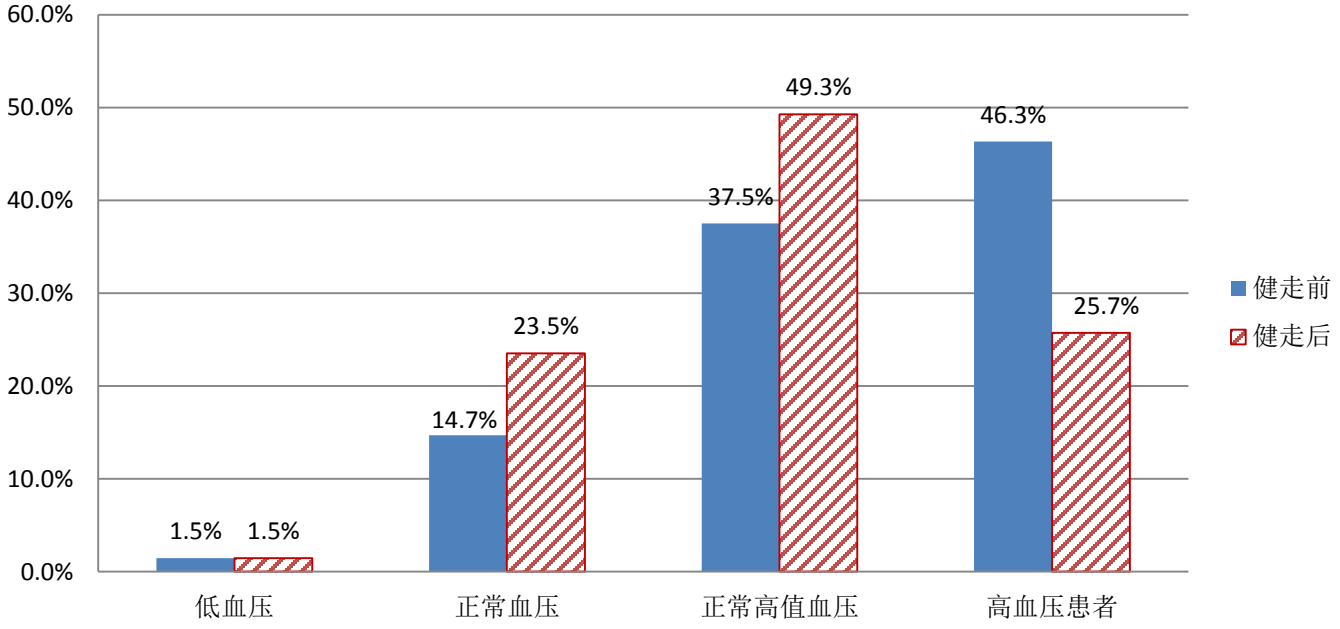
分析可知健走后正常体脂肪率上升了5.7个百分点；脂肪过量下降了5.7个百分点。健走运动作为典型的有氧运动，参与者应继续参加锻炼并长期坚持，可达到减脂作用。



吉林省健步前后体脂肪率变化情况

健走前后数据分析—血压

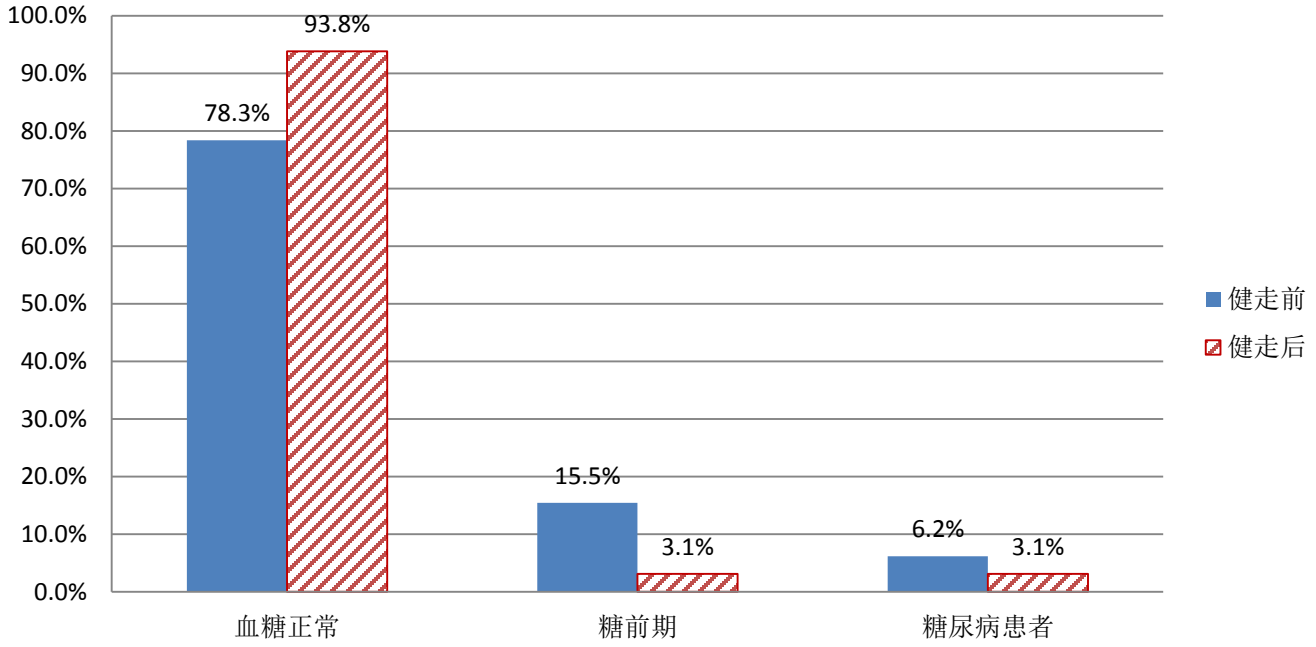
数据分析可知，健走后高血压患者所占比例下降20.6个百分点；正常血压者所占比例上升8.8个百分点，正常高值血压者所占比例上升11.8个百分点。健走后血压改善情况较为显著。一次健走对血压的调节作用是有限的，参与者应继续坚持健走运动，将血压长期维持在良好水平，降低心血管疾病风险。



吉林省健步前后血压变化情况

健走前后数据分析—血糖

分析可知，高血糖和糖前期患者所占比例均有所下降，血糖正常者所占比例上升15.5个百分点。说明健走对血糖的干预效果较明显，尤其是对糖前期人员的血糖控制和干预，健走可以有效减少糖前期人群转变成糖尿病患者比例，预防糖尿病发生。



吉林省健步前后身体指标变化情况

项目成绩——项目图集

☆吉林省健步走干预项目

依托于2014年吉林省心血管疾病高危人群早期筛查与综合干预项目，我省对筛查出的心血管病高危人群推广及普及科学的健步走运动，分析研究健步走运动对心血管病高危人群健康的影响，探索适应我省心血管病高危人群的运动干预模式。截止到10月4日，为时7个月、共260余人参加、共两阶段的健步走干预项目已全部完成。

2015年12月17日，吉林省心血管病高危人群健步干预项目培训会议在长春市召开

2015 吉林省心血管病高危人群早期筛查与综合干预项目 工作图集
Programme of Screening and Intervention Subjects with High Risk Cardiovascular Diseases of JiLin Province

长春市心血管病高危人群健步干预项目启动会

长春市健步干预项目线下活动

吉林市心血管病高危人群健步干预项目启动会

吉林市健步干预项目线下活动

辽源市心血管病高危人群健步干预项目启动会

辽源市健步干预项目线下活动

2015 吉林省心血管病高危人群早期筛查与综合干预项目 工作图集
Programme of Screening and Intervention Subjects with High Risk Cardiovascular Diseases of JiLin Province

延吉市心血管病高危人群健步干预项目启动会

延吉市健步干预项目线下活动

通化县心血管病高危人群健步干预项目启动会

通化县健步干预项目线下活动

问题思考

- 健走干预项目主要针对我省心血管病高危人群，由于高危人群本身就是多种疾病的聚集体，在项目实施过程中强调避免竞赛机制，提倡坚持科学健走方式。
- 在当今全民健身的大环境下，健走作为简单易行的有氧运动，对各位参与队员身体系统的影响才刚刚开始，应长期坚持健走运动，适当加大运动量，降低心血管疾病的患病风险。

让百姓远离心血管疾病
让健康永相伴