

“互联网+”趋势下 健康体检大数据整合与应用

谢朝辉

北京协和医学院 医学博士

北京大学 客座研究员

国家电网北京电力医院 主任医师



健康管理信息化

■ 科学技术的迅猛发展是健康管理信息化的基础

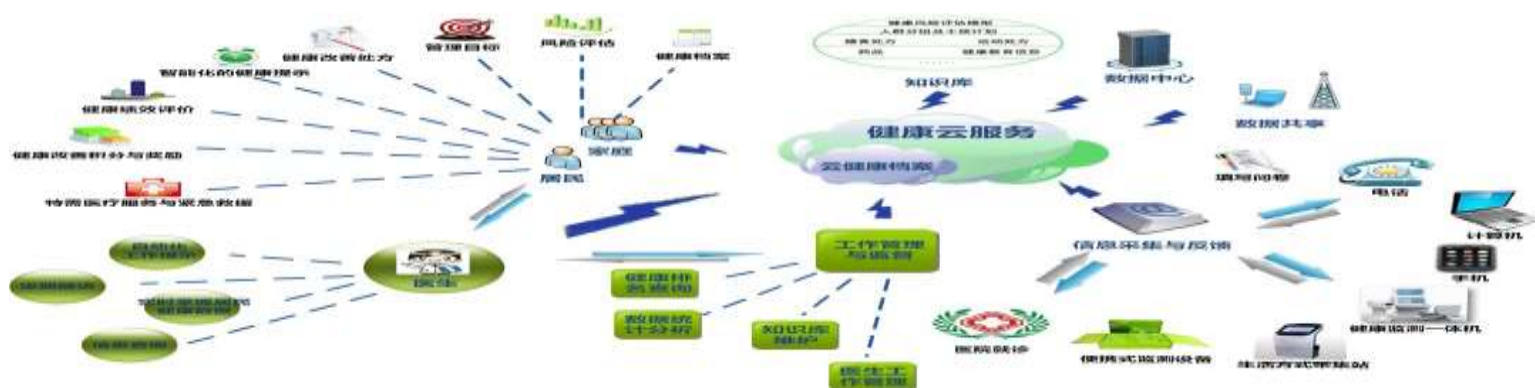
①公共卫生和流行病学关于健康风险及循证公共卫生干预的大量研究（美国关于心脏病的队列研究和英国关于吸烟和肺癌关系的病例对照研究等）为健康管理积累了大量的科学证据；

②管理科学和行为医学的发展也为健康管理的起步提供了理论和实践基础；

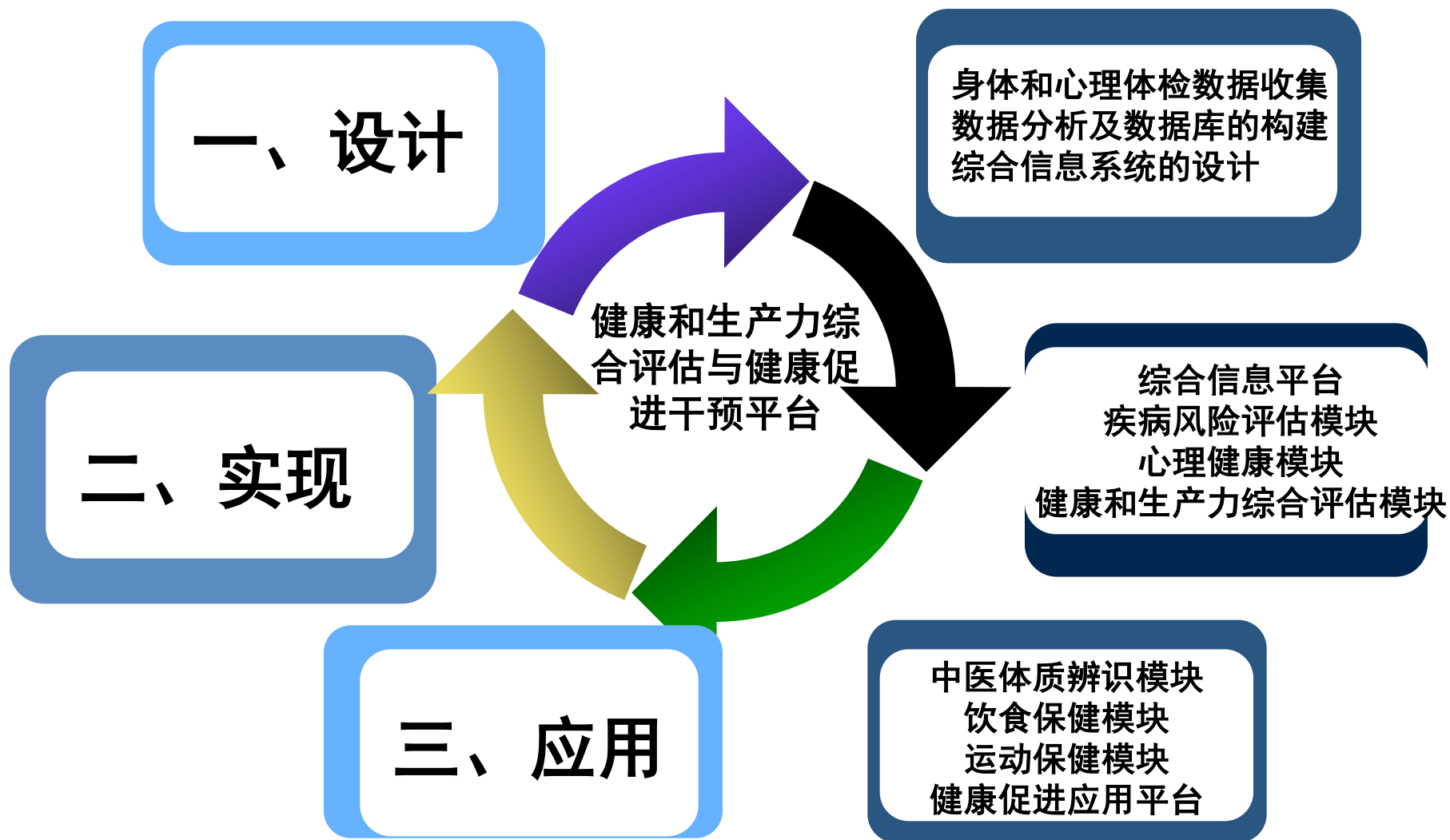
③20世纪末互联网的出现和信息产业的迅猛发展为健康管理的起飞插上了翅膀。

健康管理信息化

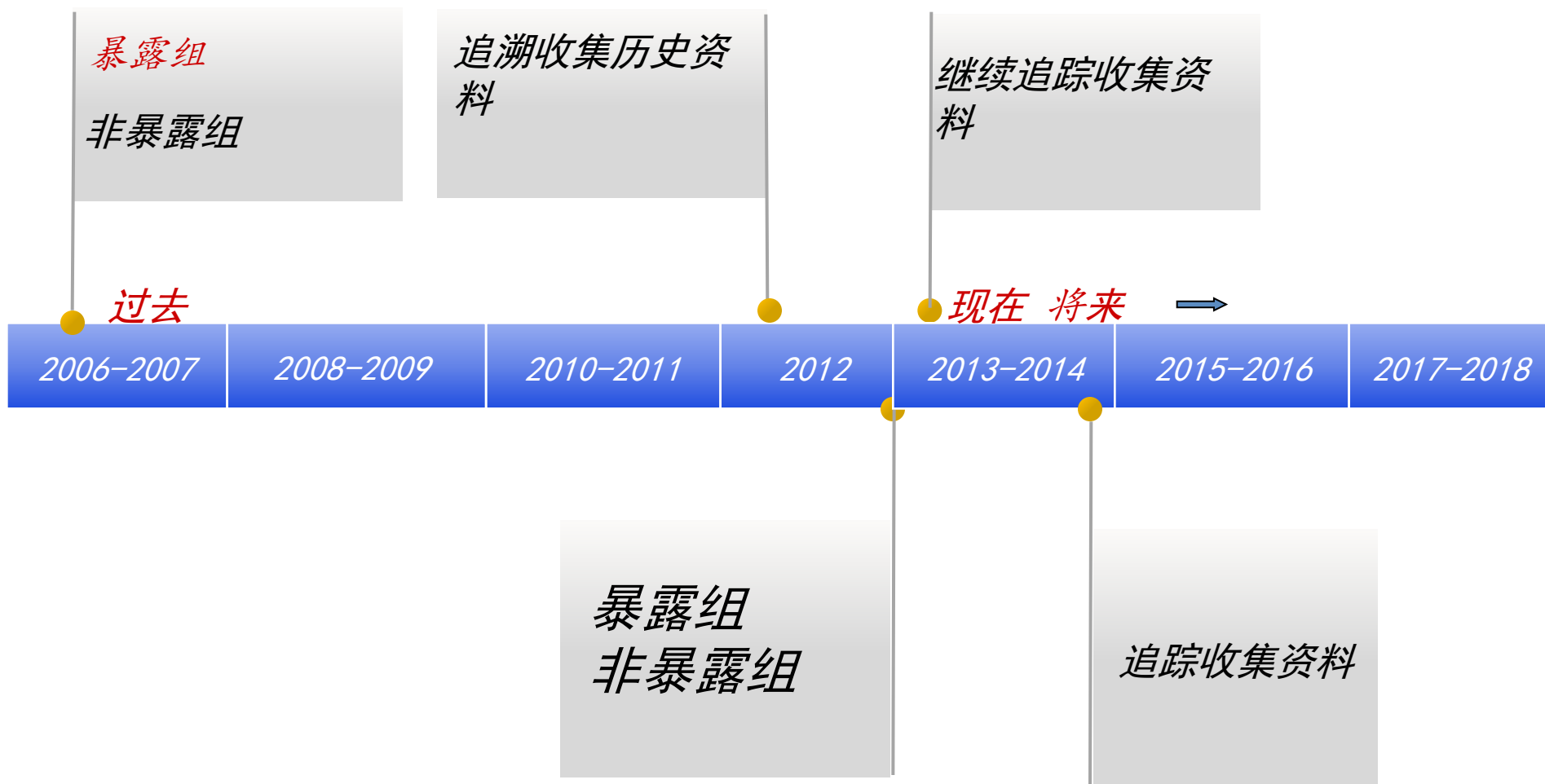
- 李克强总理在2015年政府工作报告中提到“互联网+”行动计划，互联网的发展推动了健康管理信息化的变革，积极应用移动互联网、物联网、可穿戴设备等新技术推动全民健康信息服务和智慧医疗服务，逐步转变服务模式。



“互联网+” 健康管理信息化顶层设计



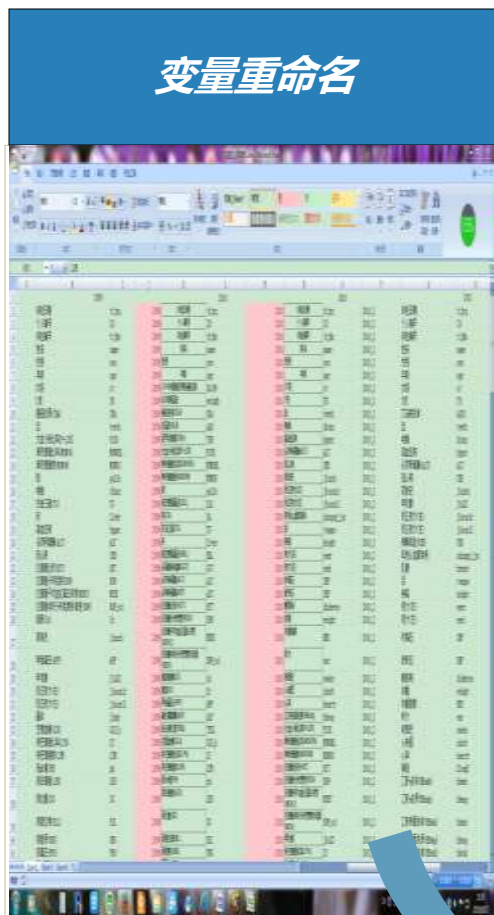
回顾性数据分析



数据清洗

第一步

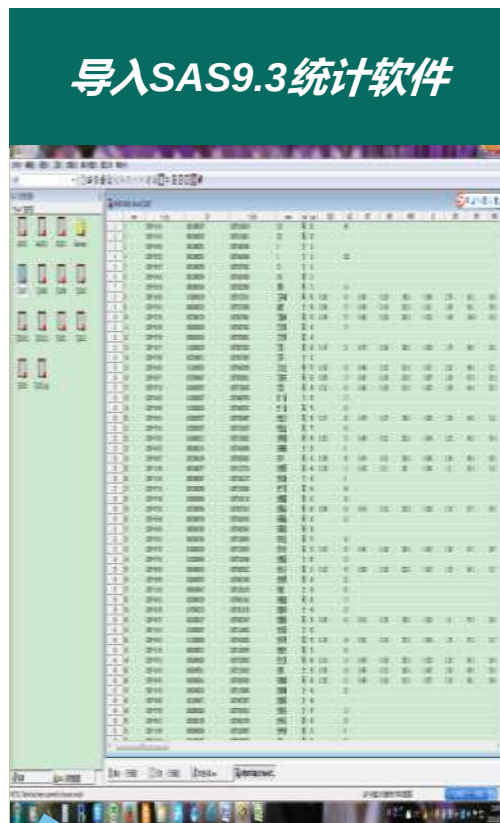
变量重命名



A screenshot of a data table with many columns and rows. The table is displayed in a software interface with a menu bar and toolbars. The data is organized into columns, with some cells highlighted in red. The table contains various numerical and categorical data points.

第二步

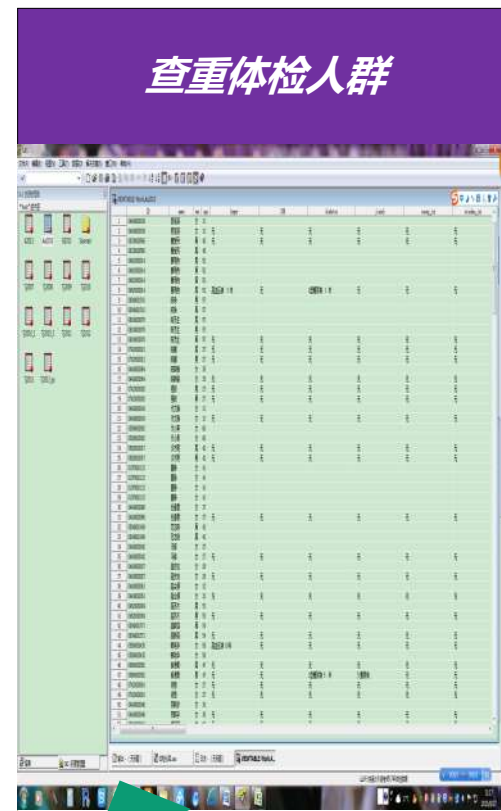
导入SAS9.3统计软件



A screenshot of the SAS9.3 software interface. The main window displays a data table with many columns and rows. The table is organized into columns, with some cells highlighted in red. The interface includes a menu bar and toolbars. The data is organized into columns, with some cells highlighted in red.

第三步

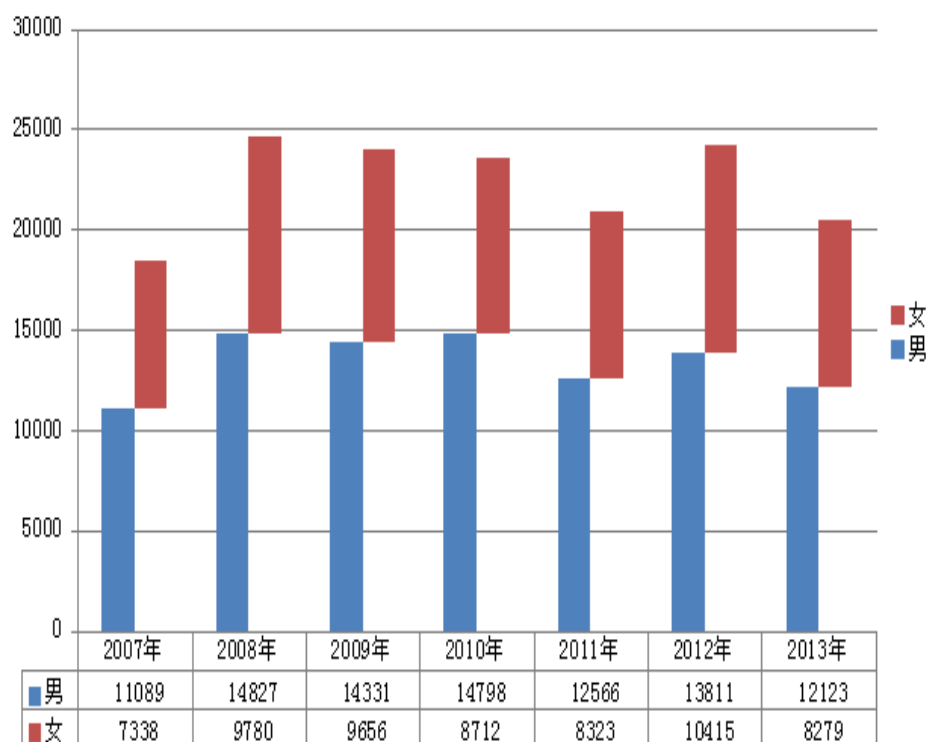
查重体检人群



A screenshot of a data table with many columns and rows. The table is displayed in a software interface with a menu bar and toolbars. The data is organized into columns, with some cells highlighted in red. The table contains various numerical and categorical data points.

2007-2013年体检人群性别、年龄分布

2007-2013年体检人群性别构成



2007-2013年体检人群年龄构成



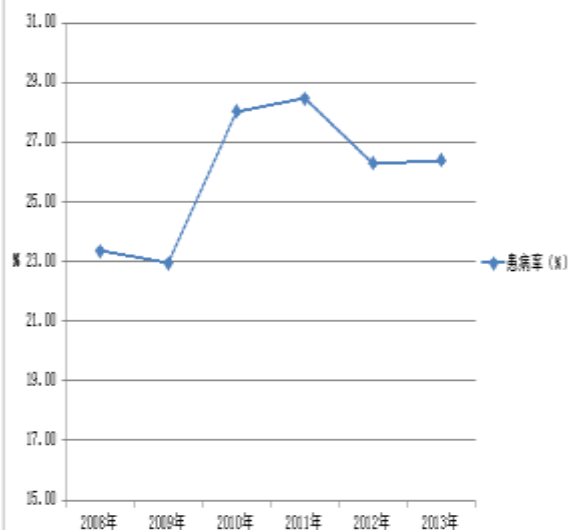
2007-2013年体检人群高血压、BMI异常、糖尿病检出率分布

高血压

BMI

糖尿病

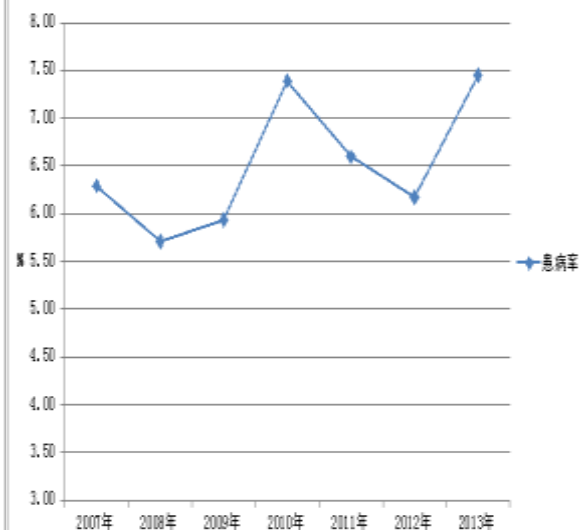
2008-2013年高血压患病情况



体检人群体质指数分布

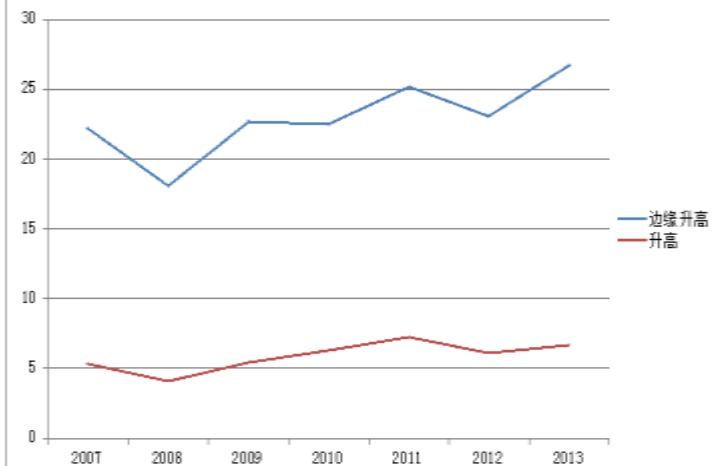


2007-2013年糖尿病患病情况

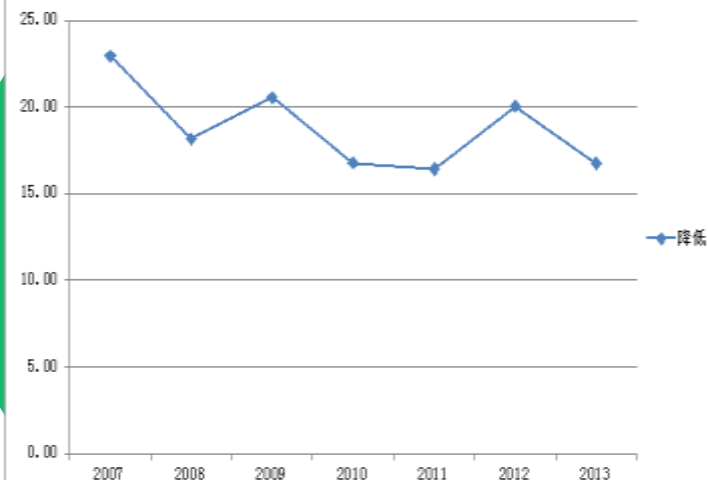


2007-2013年体检人群血脂异常检出率分布

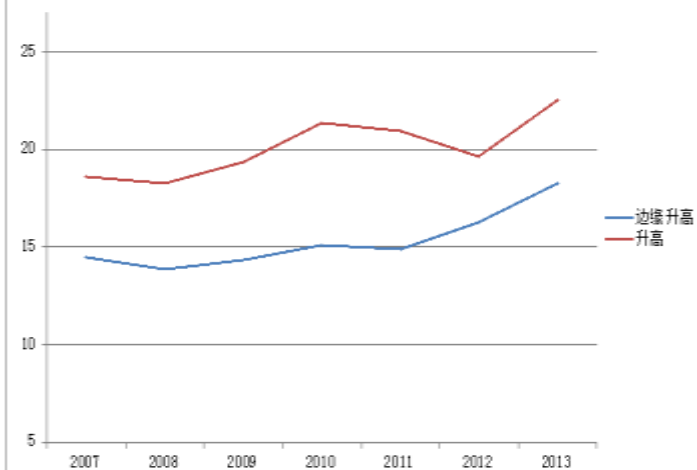
2007-2013年血脂异常患病情况-CHOL



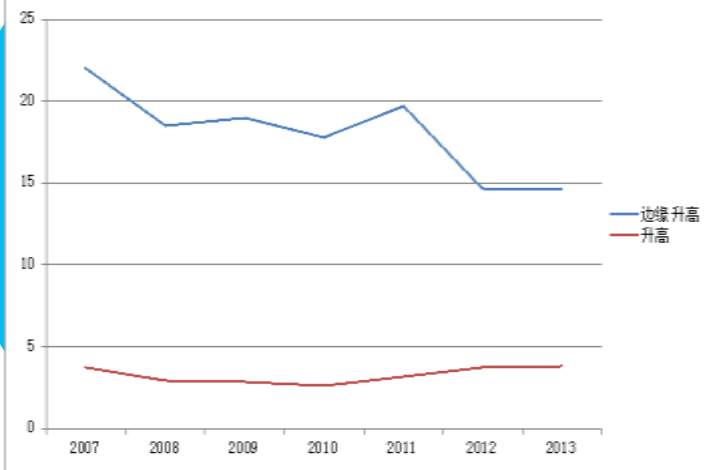
2007-2013年血脂异常患病情况-HDL



2007-2013年血脂异常患病情况-TG



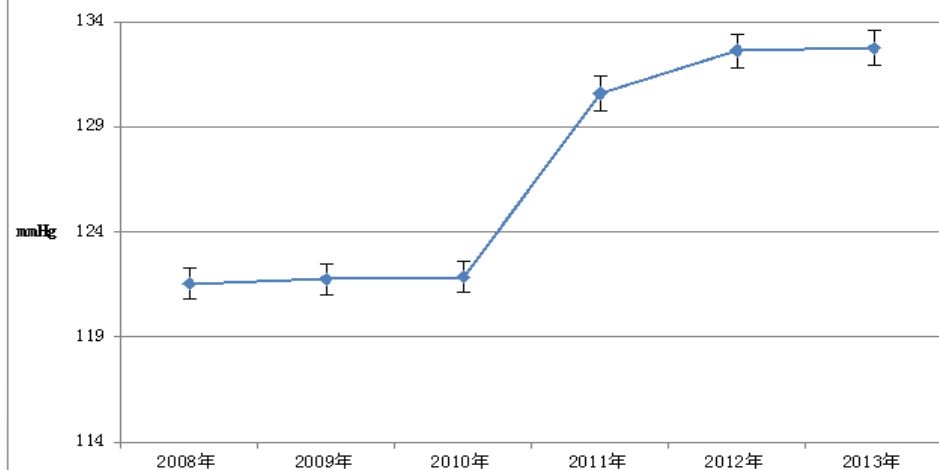
2007-2013年血脂异常患病情况-LDL



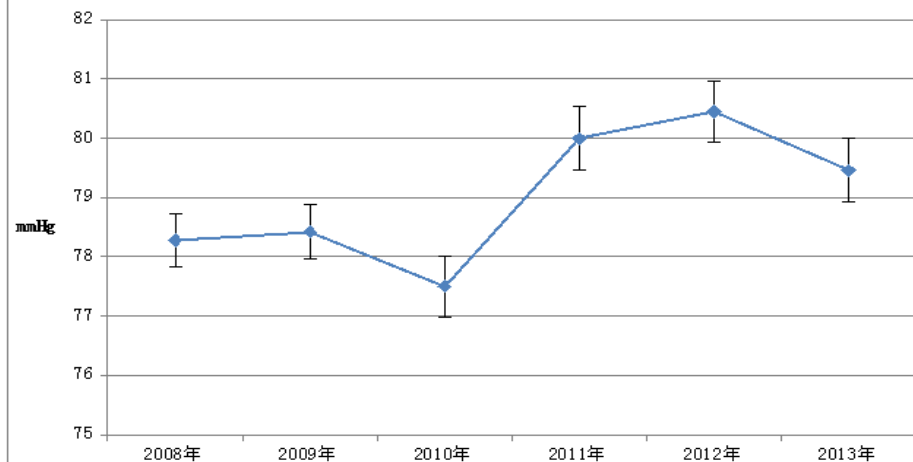
血脂TC、
TG、LDL-
C检出率有
升高趋势;
HDL-C有
下降趋势

2007-2013年心血管病相关因素检出率趋势分析

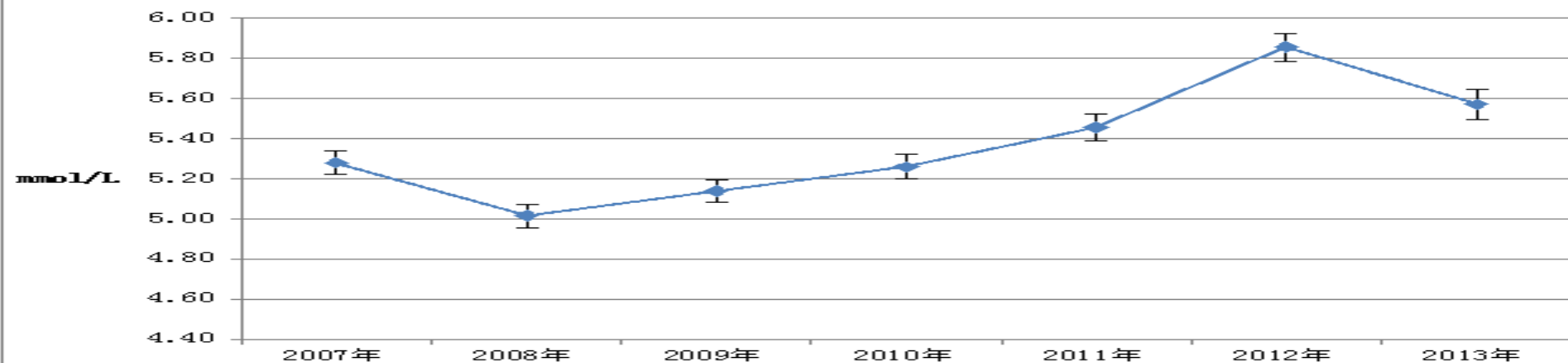
2008-2013年完整体检人群收缩压变化



2008-2013年完整体检人群舒张压变化

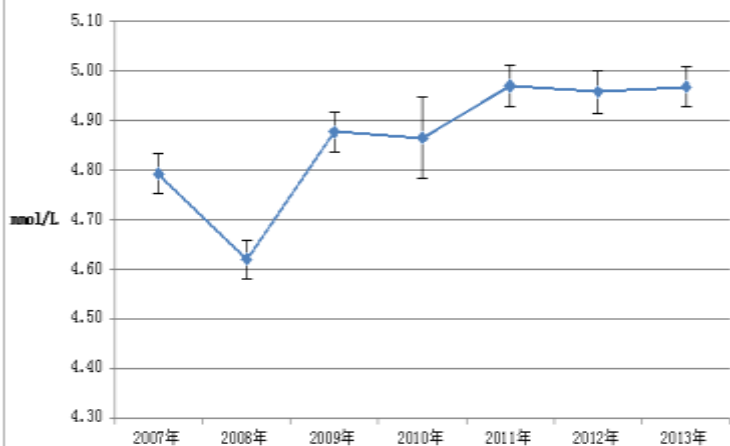


2007-2013年完整体检人群空腹血糖变化

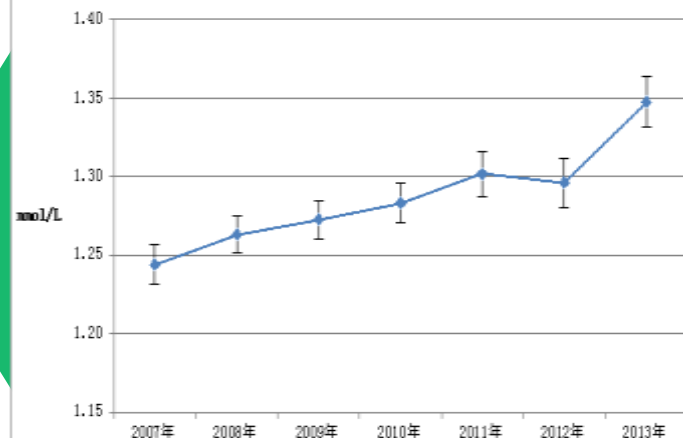


2007-2013年血脂四项检出率趋势分析

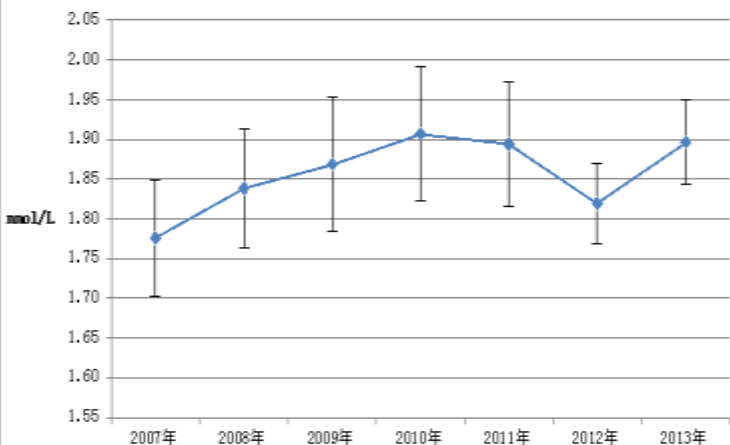
2007-2013年完整体检人群总胆固醇变化



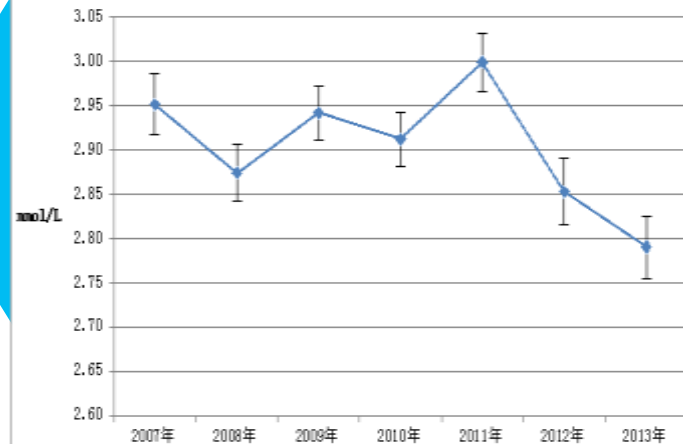
2007-2013年完整体检人群高密度脂蛋白变化



2007-2013年完整体检人群甘油三酯变化



2007-2013年完整体检人群低密度脂蛋白变化



血脂四项
检出率除
LDL-C外
均有升高
趋势

电力企业员工糖尿病相关因素多变量Logistic回归分析

危险因素	糖尿病		OR 值 (95%CI)	P 值
	是	否		
年龄				
0~	3	177	1. 00	
40~	44	551	1. 04 (1. 04~11. 99)	0. 0437
60~	57	419	6. 52 (1. 90~22. 32)	0. 0028
80~	10	44	14. 97 (3. 49~64. 19)	0. 0003
性别				
女	39	447	1. 00	
男	75	744	0. 71 (0. 44~1. 15)	0. 1614
收缩压				
正常值	28	484	1. 00	
正常高值	62	520	0. 68 (0. 29~1. 59)	0. 3762
异常值	24	187	1. 24 (0. 69~2. 25)	0. 4706
舒张压				
正常值	43	535	1. 00	
正常高值	41	474	0. 92 (0. 52~1. 65)	0. 787
异常值	30	182	2. 55 (1. 18~5. 47)	0. 0166
空腹血糖				
正常值	88	1179	1. 00	
空腹血糖受损值	26	12	26. 81 (12. 34~58. 25)	<0. 0001
总胆固醇				
正常值	80	897	1. 00	
边缘升高值	28	249	1. 15 (0. 54~2. 41)	0. 7226
异常值	6	45	1. 18 (0. 29~4. 81)	0. 8164
高密度脂蛋白				
正常值	92	1015	1. 00	
降低值	22	176	1. 58 (0. 88~2. 81)	0. 1229
低密度脂蛋白				
正常值	83	914	1. 00	
边缘升高值	29	251	0. 69 (0. 10~4. 73)	0. 7086
异常值	2	26	0. 89 (0. 42~1. 86)	0. 7623
甘油三酯				
正常值	49	770	1. 00	
边缘升高值	40	240	2. 11 (1. 25~3. 55)	0. 0048
异常值	25	181	2. 21 (1. 26~3. 86)	0. 0053

知情同意书

说明：这份知情同意书向您介绍我们正在开展的调查工作的具体内容，请您仔细阅读。如果您对本调查有任何疑问，可以问调查员，然后再决定是否参与这个调查。即便您决定参与调查后，也可以在调查过程中随时提问。

调查目的：本研究将应用流行病学的研究方法对华北地区供电企业人群健康状况及幸福感进行调查，并对华北地区供电企业人群健康状况及幸福感影响健康的相关因素进行分析，为缓解或消除华北地区供电企业人群健康状况及幸福感问题提供指导。

调查程序：如果您本人同意参与这个调查，我们将向您询问一些问题。问题内容包括您的年龄、就业情况、婚姻状况、教育程度、生活习惯以及心理感受等。调查将持续一个小时左右。

风险和不良影响：参与这个调查不应该让你感到不舒服或不愉快。假如有什么问题使您不舒服或不愉快，您可以拒绝回答或退出调查。该调查没有什么风险。

收益和好处：通过各项检查，您可获得一份相关报告。

保密性：我们采取保密措施保护您提供的信息，并使用统一编号来标明不同的调查问卷，而您的姓名及住址信息将与其他研究资料分开，妥善保存。

自愿性：您完全自愿参与这个调查的，因此您有权利在调查的任何阶段退出。为保证本项目的顺利进行，希望您积极配合完成规定的每一个项目检查。

调查工具

健康状况调查表

个人情况										
说明: 以下填写内容, 我们将严格为您保密, 请您根据自己的情况真实、完整填写。										
一般情况	性别	☐ 男 ☐ 女		民族	☐ 汉族 ☐ 其他_____					
	年龄	☐ 20岁以下 ☐ 20~30岁 ☐ 30~40岁 ☐ 40~50岁 ☐ 50岁以上								
	您目前工作的岗位或工种	☐ 行政管理 ☐ 变电运行 ☐ 变电检修 ☐ 输电运行 ☐ 输电检修 ☐ 带电作业 ☐ 城区配电 ☐ 科研技术人员 ☐ 其他_____								
	电压等级	☐ 无 ☐ 10kV及以下 ☐ 66kV ☐ 110kV ☐ 220kV/330kV ☐ 500kV及以上								
	本岗位工作时间	☐ 5年及以下 ☐ 6~10年 ☐ 11~15年 ☐ 16~20年 ☐ 21~25年 ☐ 26~30年 ☐ 31年及以上								
	宗教信仰	☐ 无 ☐ 其他_____								
	您的婚姻状况	☐ 未婚 ☐ 已婚 ☐ 离婚或丧偶 ☐ 再婚 ☐ 其他_____								
	您有孩子吗	☐ 无 ☐ 有, 男孩(____个), 女孩(____个)								
	您的学历	☐ 小学及以下 ☐ 初中 ☐ 高中或中专 ☐ 大专 ☐ 大学本科 ☐ 研究生及以上								
	您目前的居住状况	☐ 自有房产 ☐ 亲戚朋友家 ☐ 单位集体宿舍 ☐ 租房子 ☐ 其他_____								
既往病史	您现在是否和家人一起居住	☐ 否(跳过下一题) ☐ 是(回答下一题)								
	与您同住的家人有:(可多选)	☐ 爱人 ☐ 孩子 ☐ 兄弟姐妹 ☐ 父母 ☐ 其他_____								
	您最常用的出行方式是:	☐ 步行 ☐ 自行车或电动车 ☐ 公交车 ☐ 自驾或公车 ☐ 其他_____								
疾病	无	高血压	糖尿病	冠心病	骨质疏松	哮喘	中风	癌症	其它	
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
饮食	您的饮食爱好(可多选):			☐ 偏甜 ☐ 偏咸 ☐ 偏辣 ☐ 清淡 ☐ 高脂 ☐ 其他_____						
	您的早餐习惯:			☐ 每天都吃 ☐ 来得及就吃 ☐ 基本不吃早餐						
	您的三餐饮食情况:			☐ 规律 ☐ 基本规律 ☐ 不太规律 ☐ 不规律						
运动锻炼	您是否参加体育锻炼:			☐ 是 ☐ 否(若“否”则不需填下两题)						
	您每周参加几次体育锻炼:			☐ 1~2次 ☐ 3~4次 ☐ 5次以上						
	平均每次锻炼的时间为:			☐ 30分钟以下 ☐ 30~60分钟 ☐ 60分钟以上						
吸烟	您体育锻炼的场所(可多选)			☐ 小区空地 ☐ 公园 ☐ 单位 ☐ 体育馆 ☐ 健身房 ☐ 其他_____						
	您当前吸烟情况的描述是			☐ 从不 ☐ 偶尔 ☐ 戒烟 ☐ 吸烟(若“从不”则不需填下两题)						
	平均每天吸香烟的支数是			☐ ≤5支 ☐ 5~20支 ☐ ≥20支						
饮酒	您总共吸烟的年数是			☐ ≤5年 ☐ 5~20年 ☐ ≥20年						
	您当前饮酒情况的描述是			☐ 从不 ☐ 偶尔 ☐ 戒酒 ☐ 饮酒(若“从不”则不需填下三题)						
	您最常饮酒的类型(可多选)			☐ 白酒 ☐ 啤酒 ☐ 红酒 ☐ 黄酒 ☐ 其他_____						
睡眠	您总共饮酒的年数是			☐ ≤5年 ☐ 5~20年 ☐ ≥20年						
	您每天晚上几点就寝:			☐ 9点之前 ☐ 10点左右 ☐ 11点左右 ☐ 12点以后						
	您每天睡眠时间共有:			☐ 少于6小时 ☐ 6~8小时 ☐ 8~10小时 ☐ 10小时以上						
您的睡眠状况:			☐ 良好 ☐ 一般 ☐ 差 ☐ 较差							

调查工具

社会支持评定量表

1. 您有多少个关系密切, 可以得到支持和帮助的朋友? (只选一项)

(1) 一个也没有 (2) 1~2个 (3) 3~5个 (4) 6个或6个以上

2. 过去一年中您: (只选一项)

(1) 远离家人, 且独居一室 (2) 您经常变动, 难测时间和陌生人在一起

(3) 和同学、同事或朋友在一起 (4) 和家人住在一起

3. 您与邻居: (只选一项)

(1) 相互之间从不关心, 只是点头之交 (2) 遇到困难可能稍微关心

(3) 有些邻居都很关心您 (4) 大多数邻居都很关心您

4. 您与同事: (只选一项)

(1) 相互之间从不关心, 只是点头之交 (2) 遇到困难可能稍微关心

(3) 有些同事都很关心您 (4) 大多数同事都很关心您

5. 从家庭成员得到的支持和照顾 (在合适的框内划勾)

	无	极少	一般	全力支持
A. 夫妻 (配偶)				
B. 父母				
C. 儿女				
D. 兄弟姐妹				
E. 其他成员 (如孙子)				

6. 过去, 您在遇到困难情况时, 曾经得到的经济支持和解决实际问题的帮助来源有:

(1) 无任何来源

(2) 下列来源: (注意, 本题可以多选)

A. 配偶 B. 其他家人 C. 亲戚 D. 邻居 E. 同事 F. 工作单位 G. 党团工会等官方或半官方组织 H. 宗教、社会团体等非官方组织 I. 其他 (请列出)

7. 过去, 您在遇到困难情况时, 曾经得到的安慰和关心的来源有:

(1) 无任何来源

(2) 下列来源: (注意, 本题可以多选)

A. 配偶 B. 其他家人 C. 亲戚 D. 邻居 E. 同事 F. 工作单位 G. 党团工会等官方或半官方组织 H. 宗教、社会团体等非官方组织 I. 其他 (请列出)

8. 您遇到困难时的倾诉方式: (只选一项)

(1) 从不向任何人诉说 (2) 只向关系极为密切的 1~2 个人诉说

(3) 如果朋友主动问您您会说出来 (4) 主动讲述自己的烦恼, 以获得支持和理解

9. 您遇到困难时的求助方式: (只选一项)

(1) 只靠自己, 不接受别人帮助 (2) 很少请求别人帮助

(3) 有时请求别人帮助 (4) 有困难时经常向家人、亲友、组织求援

10. 对于团体 (如党团组织、宗教组织、工会、学生会等) 组织活动, 您: (只选一项)

(1) 从不参加 (2) 偶尔参加 (3) 经常参加 (4) 主动参加并积极活动

焦虑自评量表(SAS)

填表注意事项: 下面有二十条文字 (括号中为症状名称), 请仔细阅读每一条, 把意思弄明白, 每一条文字后有四级评分, 表示: 没有或偶尔; 有时; 经常; 总是如此。然后根据您最近一周期的实际情况, 在分数栏 1~4 分适当的分数下划“√”。

	1	2	3	4
1. 我觉得比平时容易紧张和着急 (焦虑)				
2. 我无缘无故地感到害怕 (害怕)				
3. 我容易心里乱或觉得惊恐 (惊恐)				
4. 我觉得我可能将发疯 (发疯感)				
5. 我觉得一切都很好, 也不会发生什么不幸 (不幸预感)				
6. 我手脚发抖打颤 (手足颤抖)				
7. 我因为头痛、颈痛和背痛而苦恼 (躯体疼痛)				
8. 我感觉容易衰弱和疲乏 (乏力)				
9. 我觉得心平气和, 并且容易安顿下来 (静坐不能)				
10. 我觉得心跳得快 (心悸)				
11. 我因为一阵阵头昏而苦恼 (头昏)				
12. 我有晕倒发作, 或觉得要晕倒似的 (晕厥感)				
13. 我呼吸气短 (即感到很容易呼吸困难)				
14. 我手脚麻木和刺痛 (手足刺痛)				
15. 我因胃痛和消化不良而苦恼 (胃部或消化不良)				
16. 我常常要小便 (尿意频数)				
17. 我的手常常是干燥温暖的 (出汗)				
18. 我脸红发热 (面部潮红)				
19. 我容易入睡并且一夜睡得很好 (睡眠障碍)				
20. 我担心恐惧 (恐惧)				

抑郁自评量表 (SDS)

注意: 下面四个框, 分别表示: A. 没有或很少时间 (出现这些情况的日子不超过一天); B. 小部分时间 (有 1-2 天有这些情况); C. 相当多时间 (2-4 天有这些情况); D. 绝大部分或全部时间 (有 5-7 天有这些情况) 划您最近一周期的实际情况比较。

问题	A. 没有或很少时间	B. 小部分时间	C. 相当多时间	D. 绝大部分或全部时间
1. 我觉得很空虚, 情绪低沉				
2. 我觉得一天之中最美好				
3. 我一般睡醒后出来或起床时				
4. 我晚上睡眠不好				
5. 我吃的饭中有一道菜				
6. 我与异性接触时和以往一样感到愉快				
7. 我与同性的接触高于平时				
8. 我与异性接触时				
9. 我比平时好				
10. 我比平时更感到痛苦				
11. 我的头脑中有一件清楚				
12. 我觉得经常感到事情复杂而困难				
13. 我觉得中意的事中许多事				
14. 我对提高能力有希望				
15. 我比平时更感到痛苦				
16. 我觉得生活很空虚或无聊				
17. 我觉得自己是幸福的人, 别人羡慕我				
18. 我的生活过得很有趣				
19. 我认为如果我能了解人生, 生活会更好些				
20. 我觉得可操的事我都能做好				

幸福度和心理健康调查表

我们想问一些关于你的日子过的怎么样的问题。在最近几个月里, 您是否有下面所描述的感受? 如果符合你的情况, 答“1=是”, 如不符答“2=否”, 如感到不清楚答“3=不知道”。请将所选数字写在括号后] 内。

1. [] 你处于巅峰状态吗?
2. [] 你情绪很好吗?
3. [] 你对自己的生活特别满意吗?
4. [] 你感到很孤独吗?
5. [] 你烦恼吗?
6. [] 你非常孤独或与人疏远吗?
7. [] 你忧虑或非常不愉快吗?
8. [] 你会因为不知道将会发生什么事情而担心吗?
9. [] 你为自己目前的生活状态感到哀愁吗?
10. [] 总的来说, 生活处境使得你满意吗?
11. [] 这段时间是你一生中很难受的时期吗?
12. [] 你像年轻时一样高兴吗?
13. [] 你所做的大多数事情都单调或令你厌烦吗?
14. [] 过去你感兴趣做的事情, 现在仍然乐在其中吗?
15. [] 当你回顾一生时, 感到相当满意吗?
16. [] 随着年龄的增加, 一切事情更加糟糕吗?
17. [] 你感到很孤独吗?
18. [] 今年一些小事使你烦恼吗?
19. [] 如果你能随便选择自己的住处的话, 你愿意选择哪里?
20. [] 有时你感到活着没意思?
21. [] 你现在和年轻时一样快乐吗?
22. [] 大多数时候你感到生活是艰苦的?
23. [] 你对你当前的生活满意吗?
24. [] 和同龄人相比, 你的健康状况与他们差不多, 甚至更好些?

身体、心理数据收集

知情同意书
调查问卷



调查员培训



调查问卷录入



质量控制

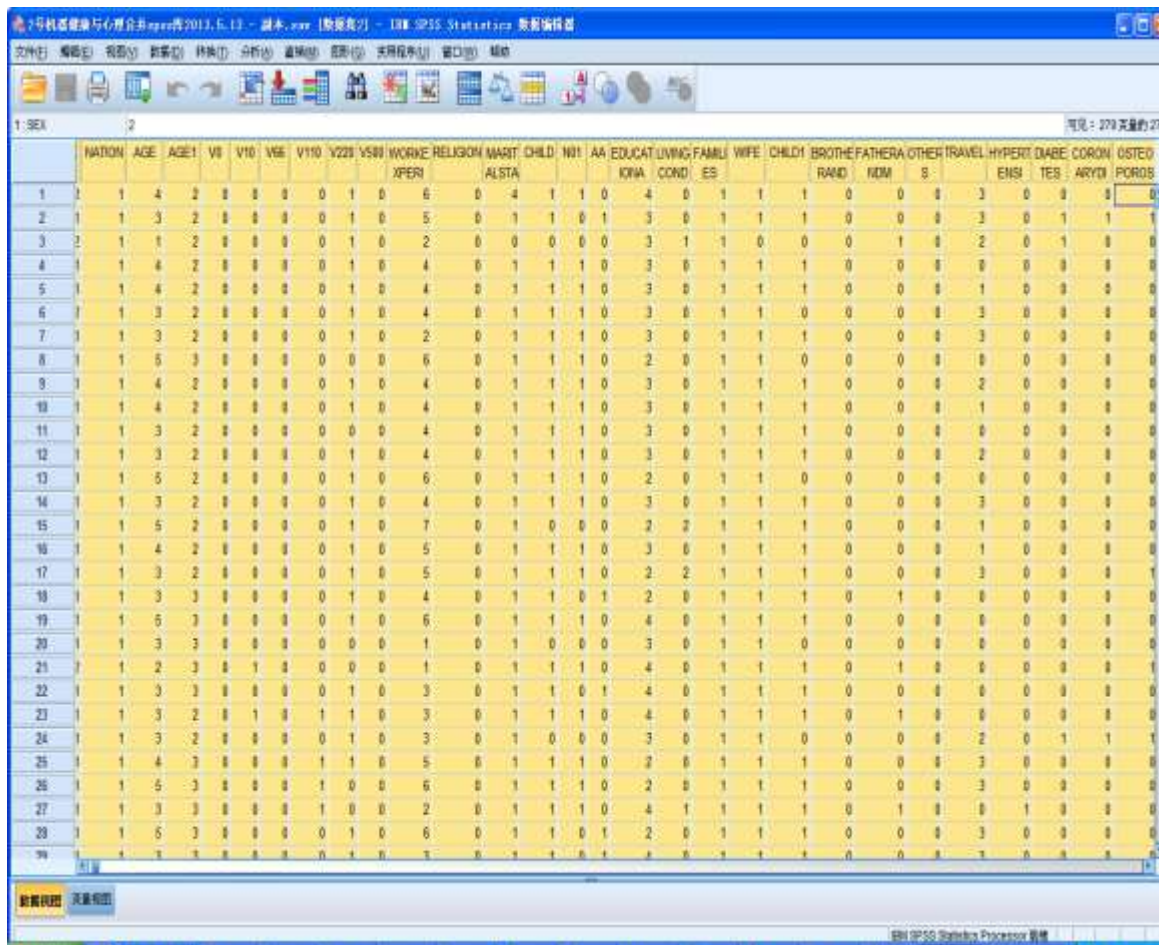


身体、心理数据库的构建

构建华北地区数据库

依据华北地区供电职业人群

身体健康状况和心理健康状况。

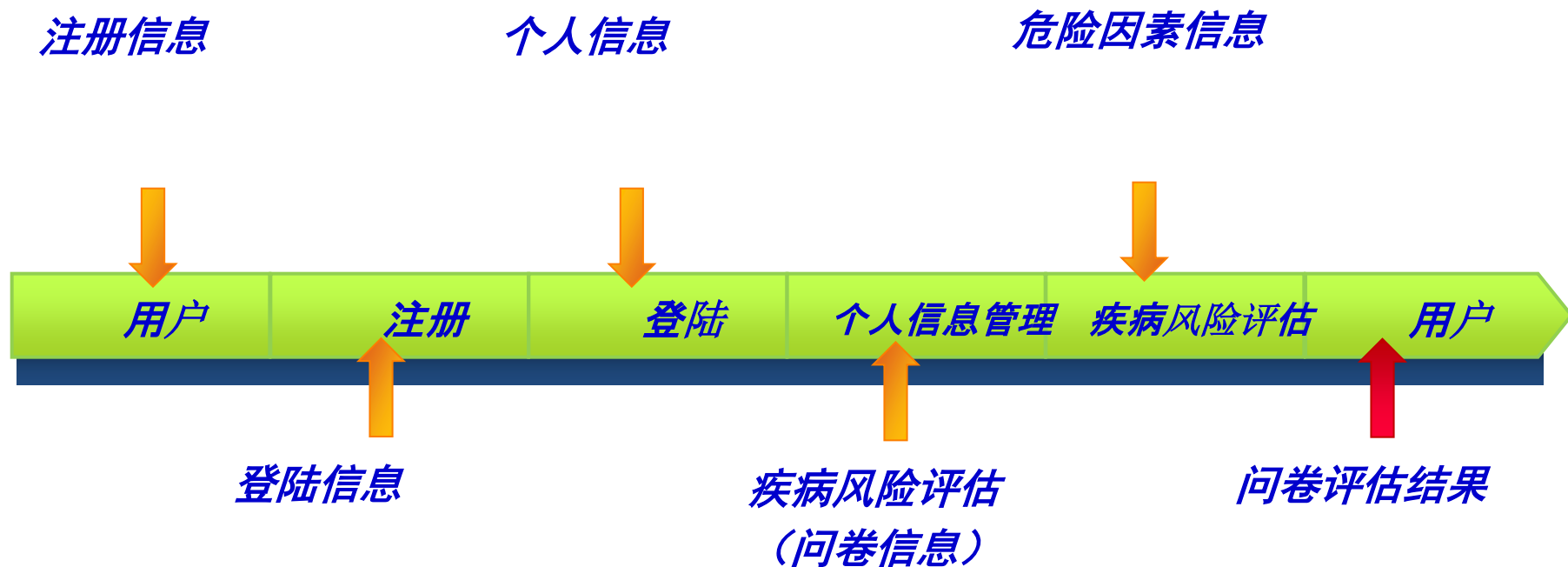


	NATION	AGE	AGE1	VS	V10	V16	V110	V220	V500	WORKE	RELIGION	MARIT	CHILD	N01	AA	EDUCAT	LIVING	FAMILY	WIFE	CHILD1	BROTHER	FATHER	OTHER	TRAVEL	HYPERT	DIABE	CORON	OSTEO
										XPERI	ALSTA					KWIA	COND	ES			RAND	NOM	S		ENSI	TES	ARYDI	POROS
1	1	1	4	2	0	0	0	1	0	6	0	4	1	1	0	4	0	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	0
2	1	1	3	2	0	0	0	1	0	5	0	1	1	0	1	3	0	1	1	1	0	0	0	3	0	1	1	1
3	2	1	1	2	0	0	0	1	0	2	0	0	0	0	0	3	1	1	0	0	0	1	0	2	0	1	0	0
4	1	1	4	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
5	1	1	4	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
6	1	1	3	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	0	3	0	0	0
7	1	1	3	2	0	0	0	1	0	2	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	0
8	1	1	5	3	0	0	0	0	0	6	0	1	1	1	0	2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9	1	1	4	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	2	0	0	0	0
10	1	1	4	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
11	1	1	3	2	0	0	0	0	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
12	1	1	3	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	2	0	0	0	0
13	1	1	5	2	0	0	0	1	0	6	0	1	1	1	0	2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	1	1	3	2	0	0	0	1	0	4	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	0	3	0	0	0
15	1	1	5	2	0	0	0	1	0	7	0	1	0	0	0	2	2	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
16	1	1	4	2	0	0	0	1	0	5	0	1	1	1	0	3	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
17	1	1	3	2	0	0	0	1	0	5	0	1	1	1	0	2	2	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	1
18	1	1	3	3	0	0	0	1	0	4	0	1	1	0	1	2	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
19	1	1	5	3	0	0	0	1	0	6	0	1	1	1	0	4	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
20	1	1	3	3	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	3	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
21	1	1	2	3	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	4	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1
22	1	1	3	3	0	0	0	1	0	3	0	1	1	0	1	4	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
23	1	1	3	2	0	1	0	1	0	3	0	1	1	1	0	4	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
24	1	1	3	2	0	0	0	1	0	3	0	1	0	0	0	3	0	1	1	0	0	0	0	2	0	1	1	1
25	1	1	4	3	0	0	1	1	0	5	0	1	1	1	0	2	0	1	1	1	0	0	0	0	3	0	0	0
26	1	1	5	3	0	0	1	0	0	6	0	1	1	1	0	2	0	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	0
27	1	1	3	3	0	0	1	0	0	2	0	1	1	1	0	4	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0
28	1	1	5	3	0	0	0	1	0	6	0	1	1	0	1	2	0	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	0
29	1	1	1	1	0	0	0	1	0	3	0	1	1	0	1	2	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0

综合信息平台的设计

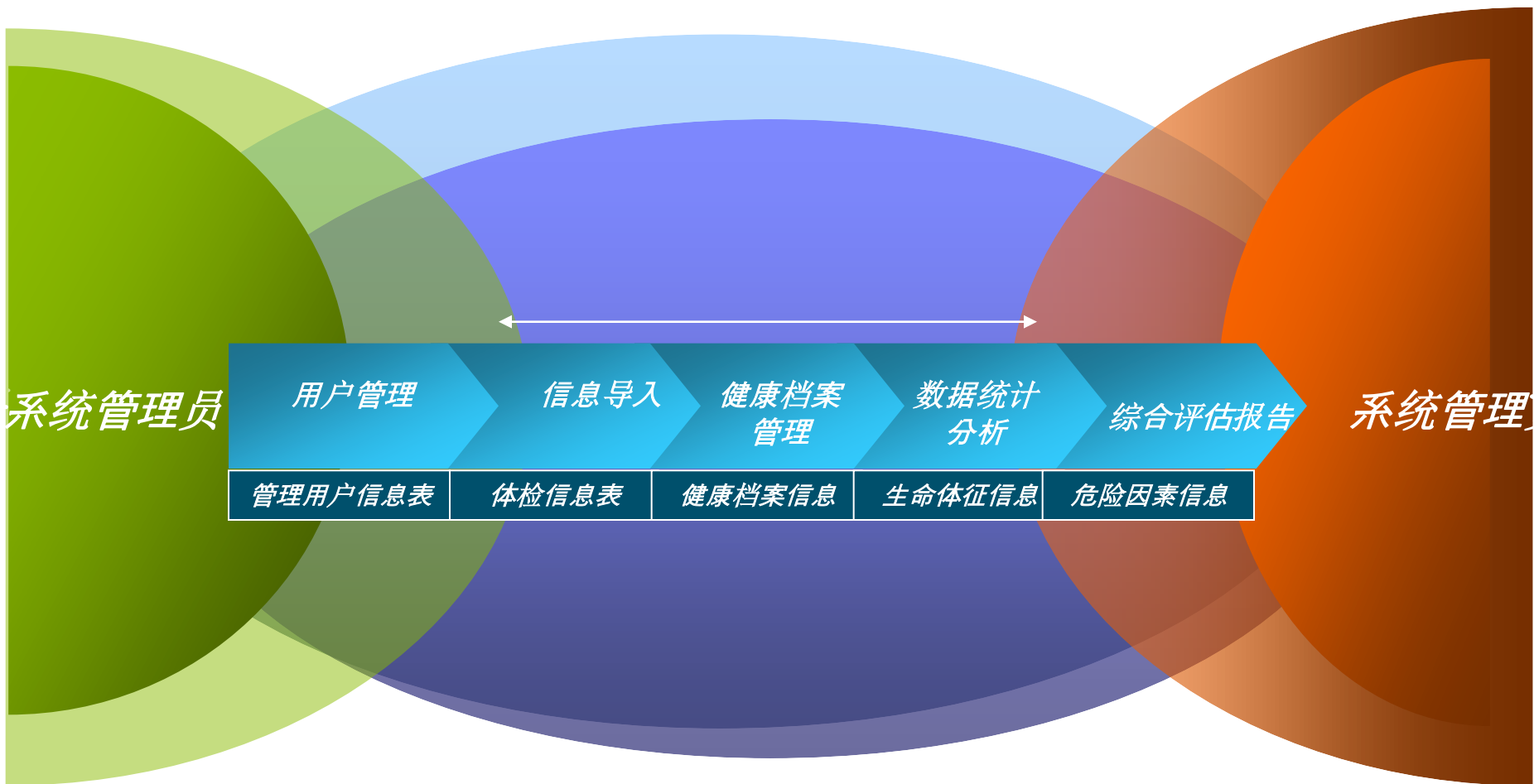


综合信息平台的设计



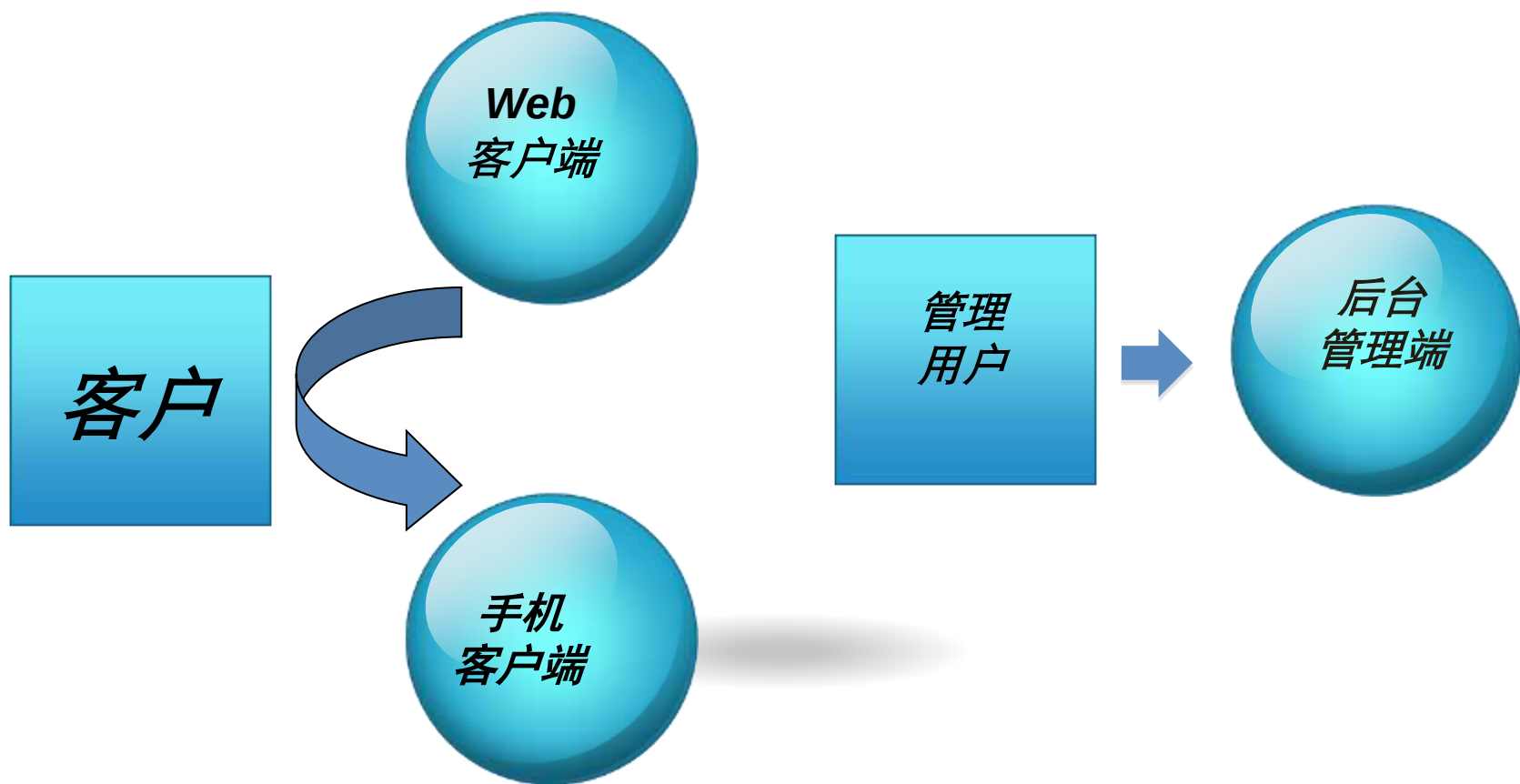
客户端数据流程图

综合信息平台的设计



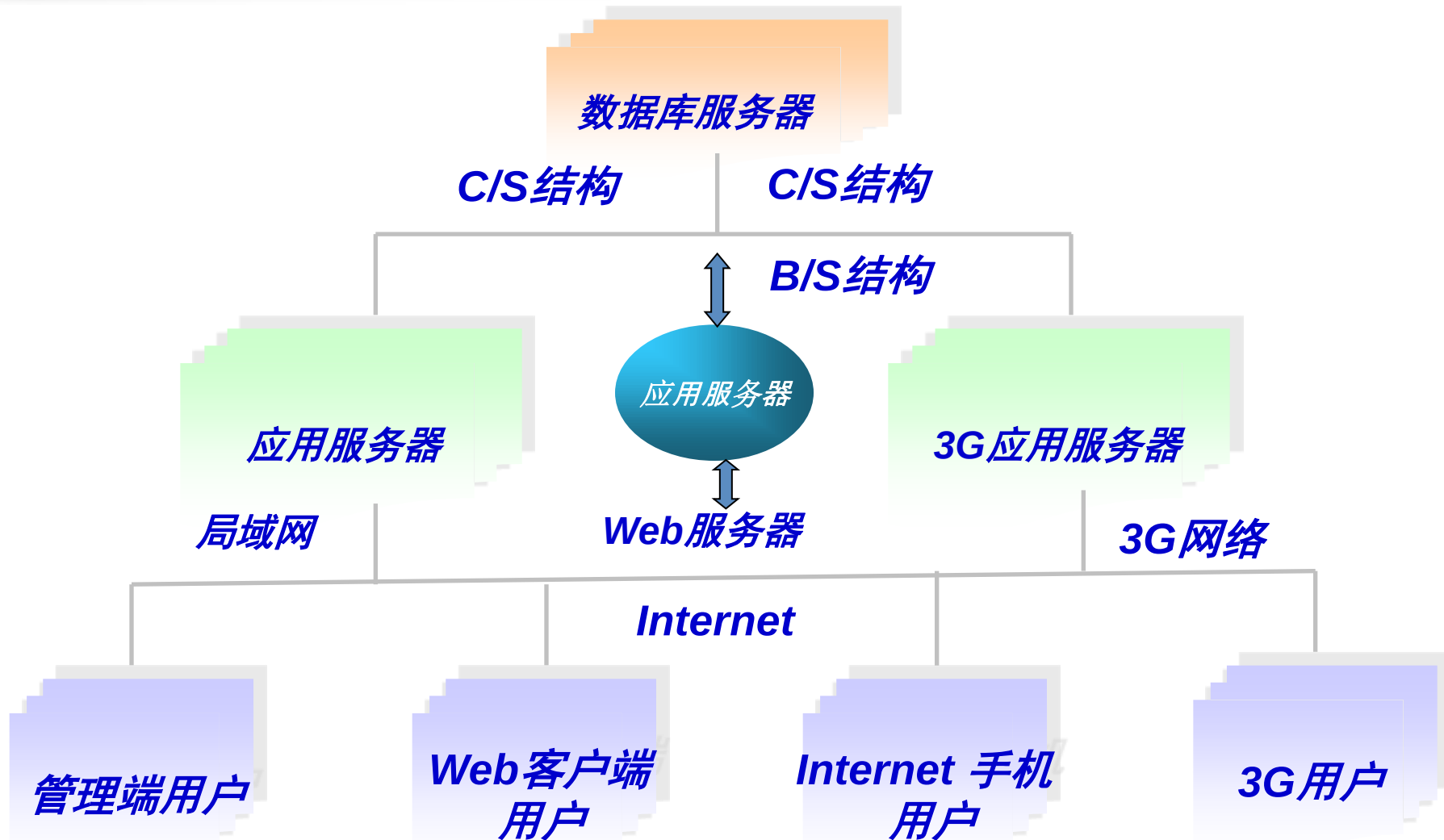
管理端数据流程图

综合信息平台的设计



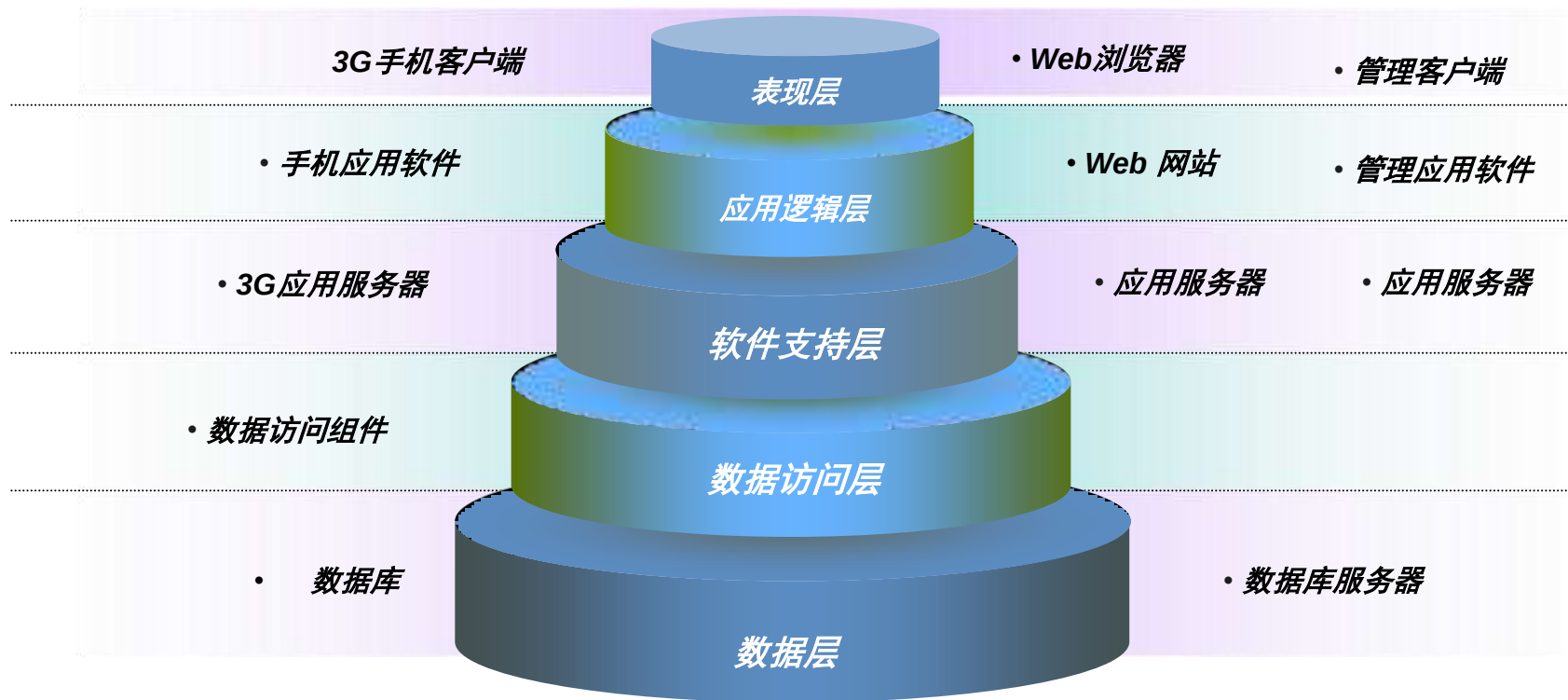
系统的主要用例

综合信息平台的设计



基于 C/S和B/S的系统体系结构图

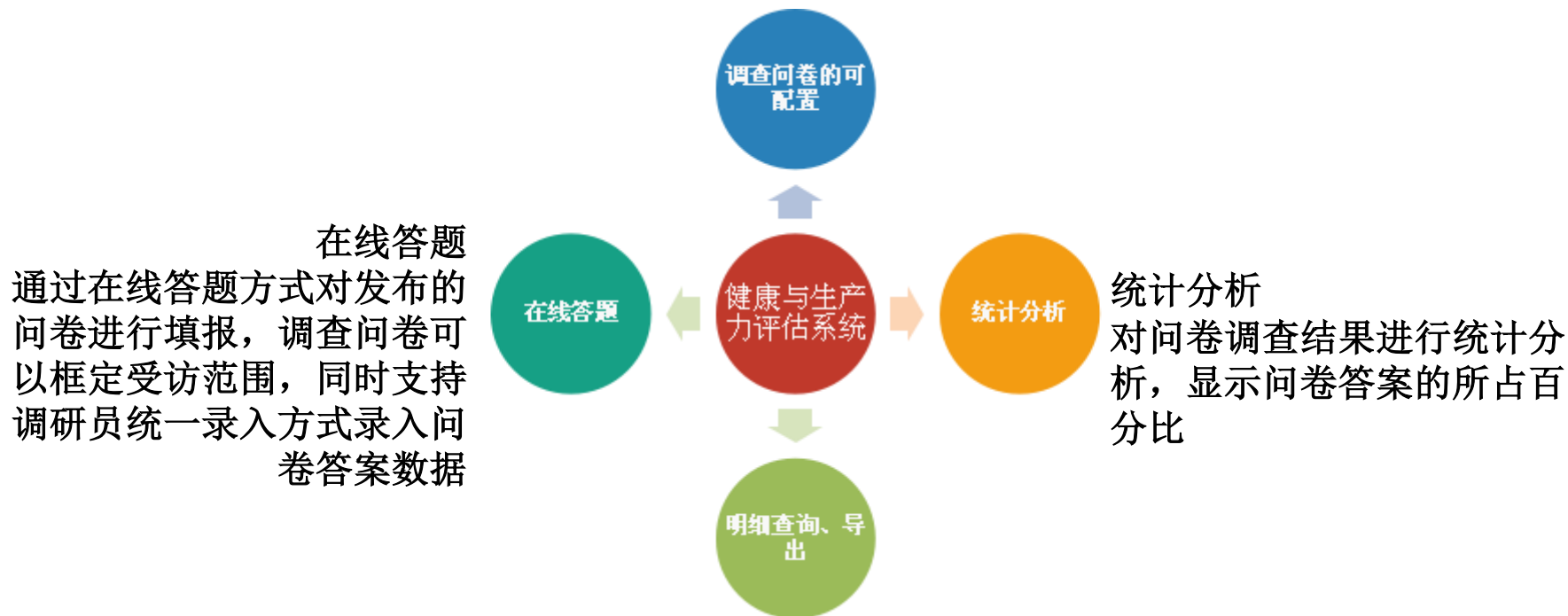
综合信息平台的设计



健康与生产力评估系统

调查问卷的可配置

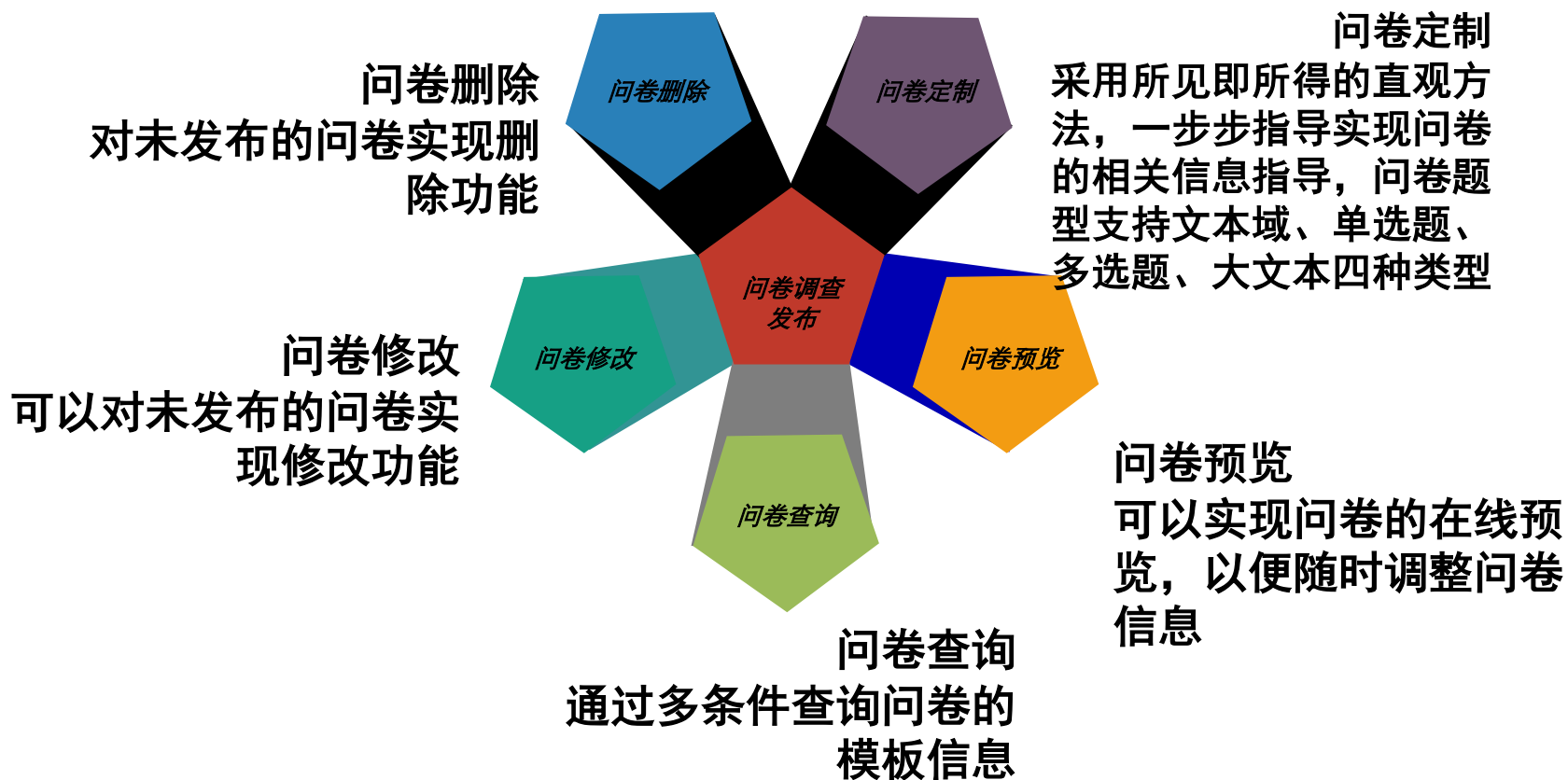
通过自定义方式实现调查问卷的可配置，采用文件调查的方式，不同数据采集通过不同调查问卷版本方式发布。



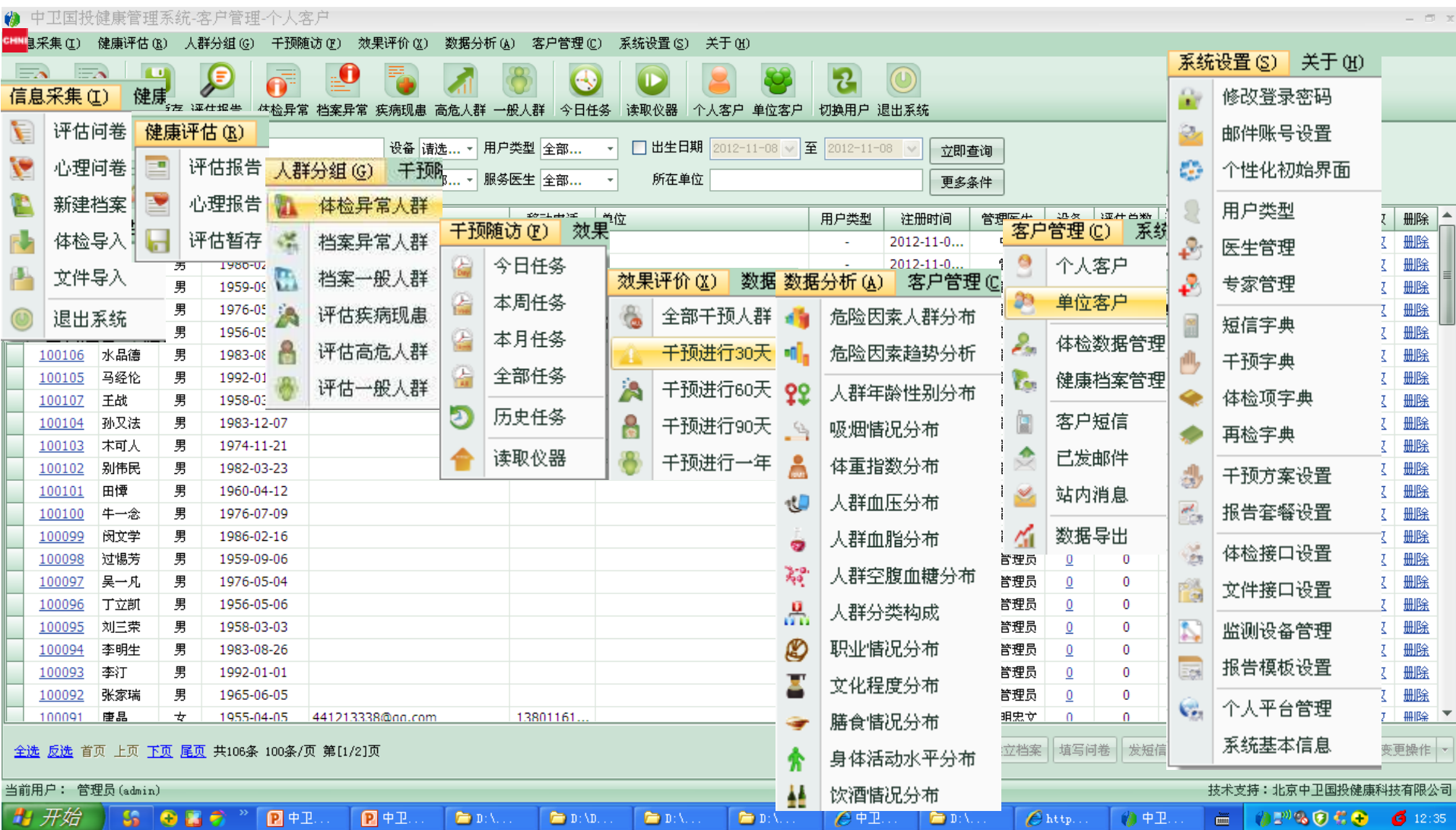
明细查询、导出

实现问卷调查结果的明细查询，同时实现明细数据导出到EXCEL模板

问卷调查发布



综合信息平台



健康管理师工作平台

医生健康管理师工作平台



个人用户平台

个人平台

了解自己
健康风险



制定健康
改善目标



管理自己
营养膳食



监测运动
能耗数据



定期评价
改善效果



个人用户健康管理主页

健康档案

健康评估

膳食管理

运动管理

健康监测

压力管理

健康工具

健康导读

我的帐户

软件下载

执行和部署新健康管理子系统(2010-07-26 04:15:24)

当前时间: 2010年7月3日 20:05:12 星期六

健康管理五步骤



今日任务提醒 | 2010-07-03

- 已完成 已上传能耗仪数据
- 未完成 请记录蔬菜摄入量
- 未完成 请记录膳食日记
- 未完成 请记录运动日记

您是第275次使用本系统!



收件箱
咨询健康管理师
更换个性头像
积分: 529

健康积分计划 | 积分历史查询



我的健康风险
糖尿病: 高风险
缺血性心脏病: 低风险
肺癌: 低风险; 高血压: 中等风险



我的健康目标
体重: 51.6~66.9公斤
腰围: 男<85厘米
血压: <120/80mmHg



我的膳食摄入
当前监测重点: 蔬菜 (300克/天)
最新能量控制目标: 1800千卡/天
本周平均能量摄入量: 223千卡/天

我的最新评估报告 (2010-06-26)

健康风险评估通过个人化的信息采集与分析来鉴别健康危险因素和判断健康风险的大小, 并通过干预措施的衔接来达到维护健康和预防疾病的效果。为了您更方便地查看自己 and 了解自己的健康风险, 我们在此为您汇总了您最新一次的全部风险报告。

- 个人健康信息汇总
- 个性化运动处方
- 糖尿病评估报告
- 个性化膳食处方
- 缺血性心血管疾病
- 危险因素重点提示
- 高血压评估报告
- 每周/月运动评价报告
- 肺癌评估报告
- 综合分析指导

修改基本资料

修改登录密码

能耗月排行榜 | 总排行

- 1 徐磊
- 2 路萍
- 3 张奎
- 4 keke
- 5 keke
- 6 杨帆
- 7 孔宁
- 8 韩晶晶

个人用户平台

个人平台

了解自己
健康风险



制定健康
改善目标



管理自己
营养膳食



监测运动
能耗数据



定期评价
改善效果



心理评估

压力管理评估问卷



压力管理评估问卷—心理健康评估

请认真填写下面的信息，以便您正确使用健康系统。

▶ 01~10

▶ 11~20

▶ 21~30

▶ 31~40

▶ 41~46

1、害羞

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

2、为丢脸而烦恼很久

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

3、登高怕从高处跌下来

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

4、易伤感

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

5、做事常半途而废

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

6、无故悲欢

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

7、白天常想入非非

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

8、行路故意避开某人

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

9、易对娱乐厌倦

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

10、易气馁

☐ 常有 ☐ 偶有 ☐ 罕有 ☐ 从无

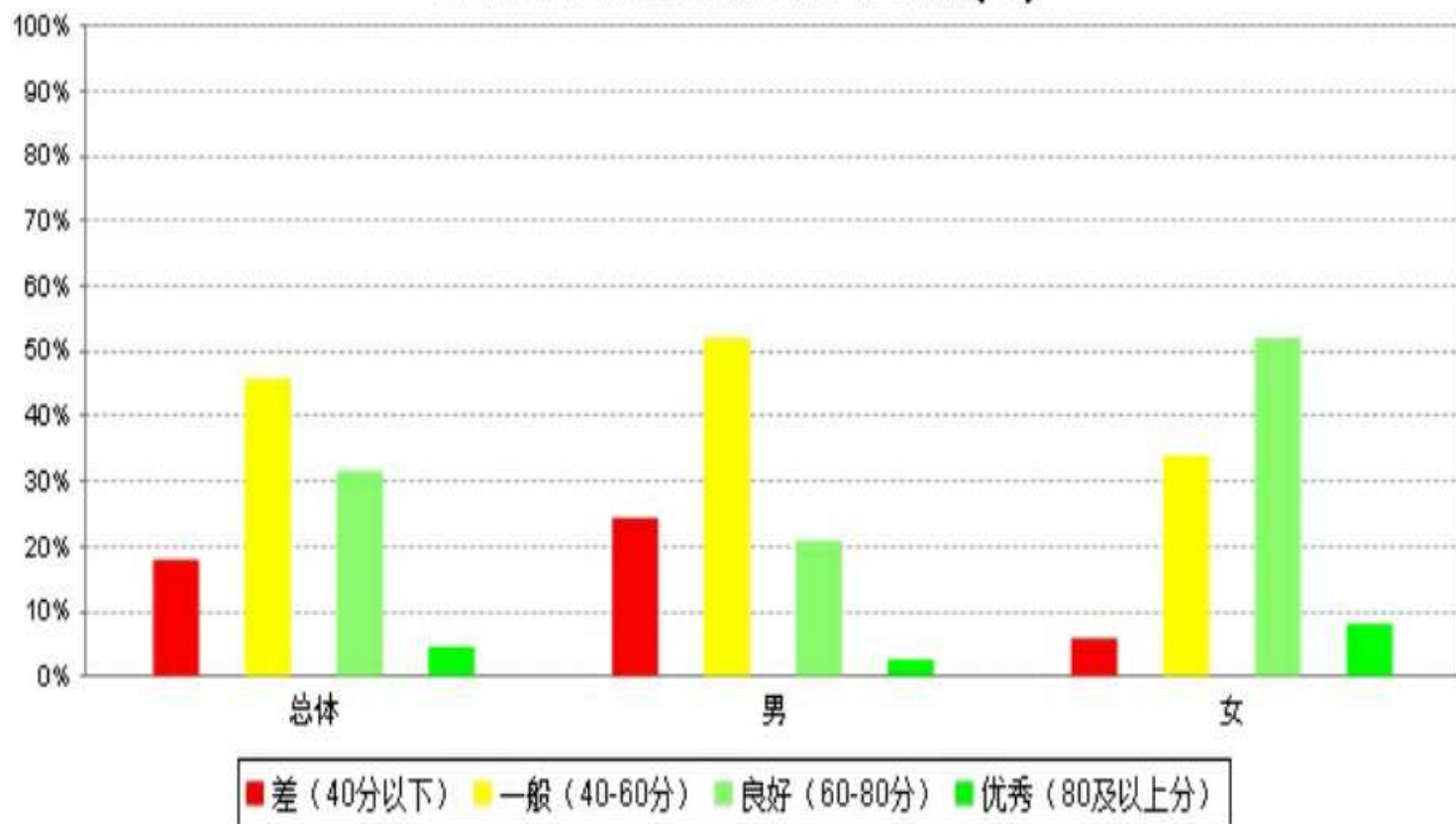
当前日期: 2010-08-28

下一步

生活方式健康评分

慢性病又称生活方式疾病，是由不良的生活方式造成的，对生活方式进行评分是对健康状况与风险的总体反映。生活方式评分满分为100，有危险因素或不良生活方式则要扣分。得分在80分或80分以下的，发生慢性病的可能性增加，在很大程度上影响医疗保健费用的支出与生活质量。评分是以可改变的生活方式为基础，如体力活动、膳食习惯、吸烟、饮酒等。本次评估对象的生活方式评分结果如下所示：

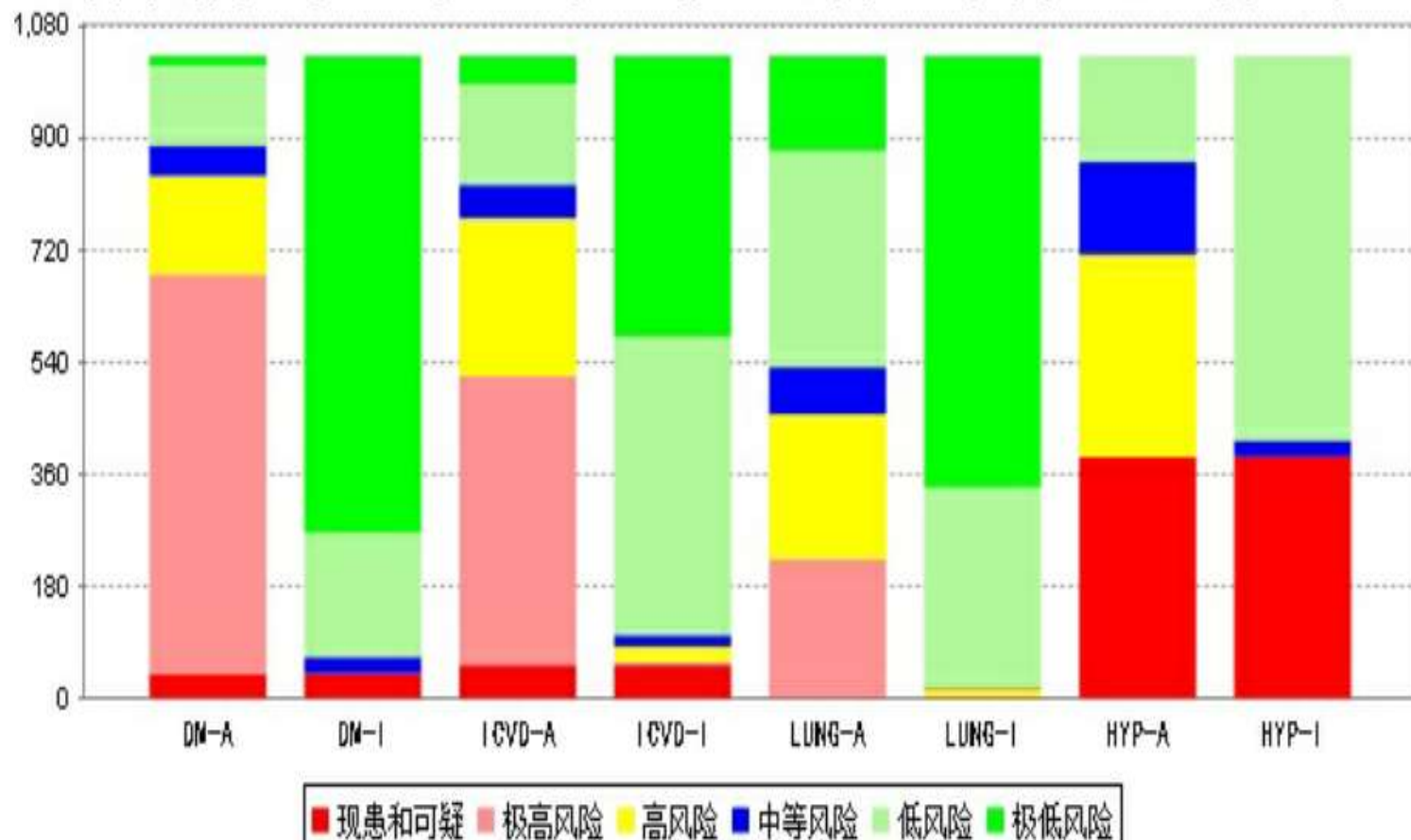
评估对象的生活方式评分结果(%)



疾病风险统计

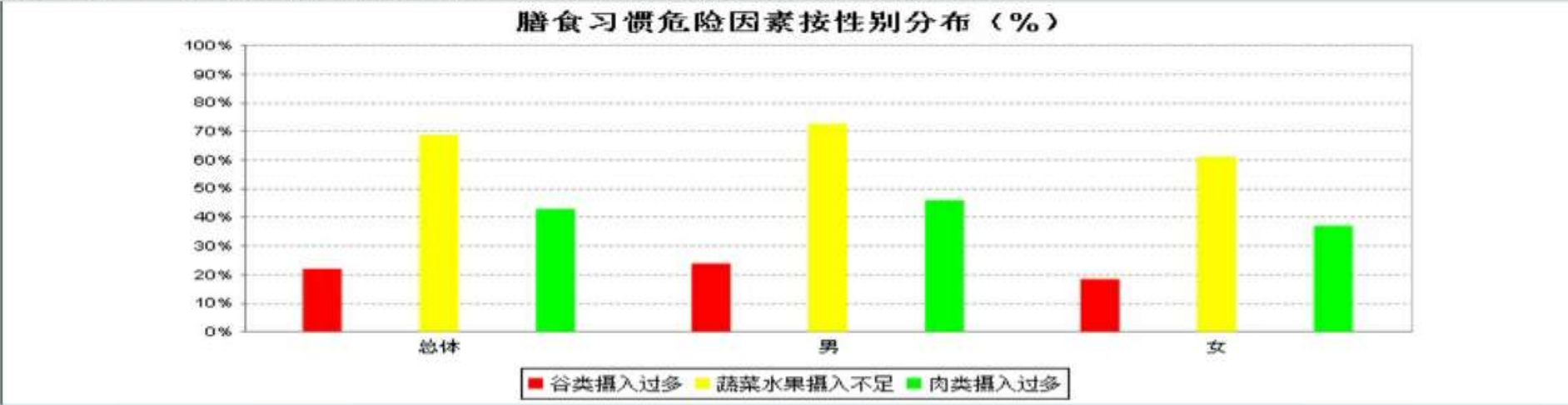
对每个个体都进行了未来10年缺血性心血管病和肺癌、未来5年糖尿病、未来4年高血压的发病风险评估。本次评估对象未来发病风险的汇总结果如下所示：

评估人群缺血性心血管病、肺癌、糖尿病、高血压未来发病风险评估结果



膳食情况

中国居民膳食指南建议：食物多样，粗细搭配，多吃蔬菜水果和薯类，常吃适量的鱼、禽、蛋和瘦肉等。不良的膳食习惯不仅包括每天摄入的总量过多，更重要的是膳食结构的不合理。本次评估对象的膳食习惯按性别分布如下所示：



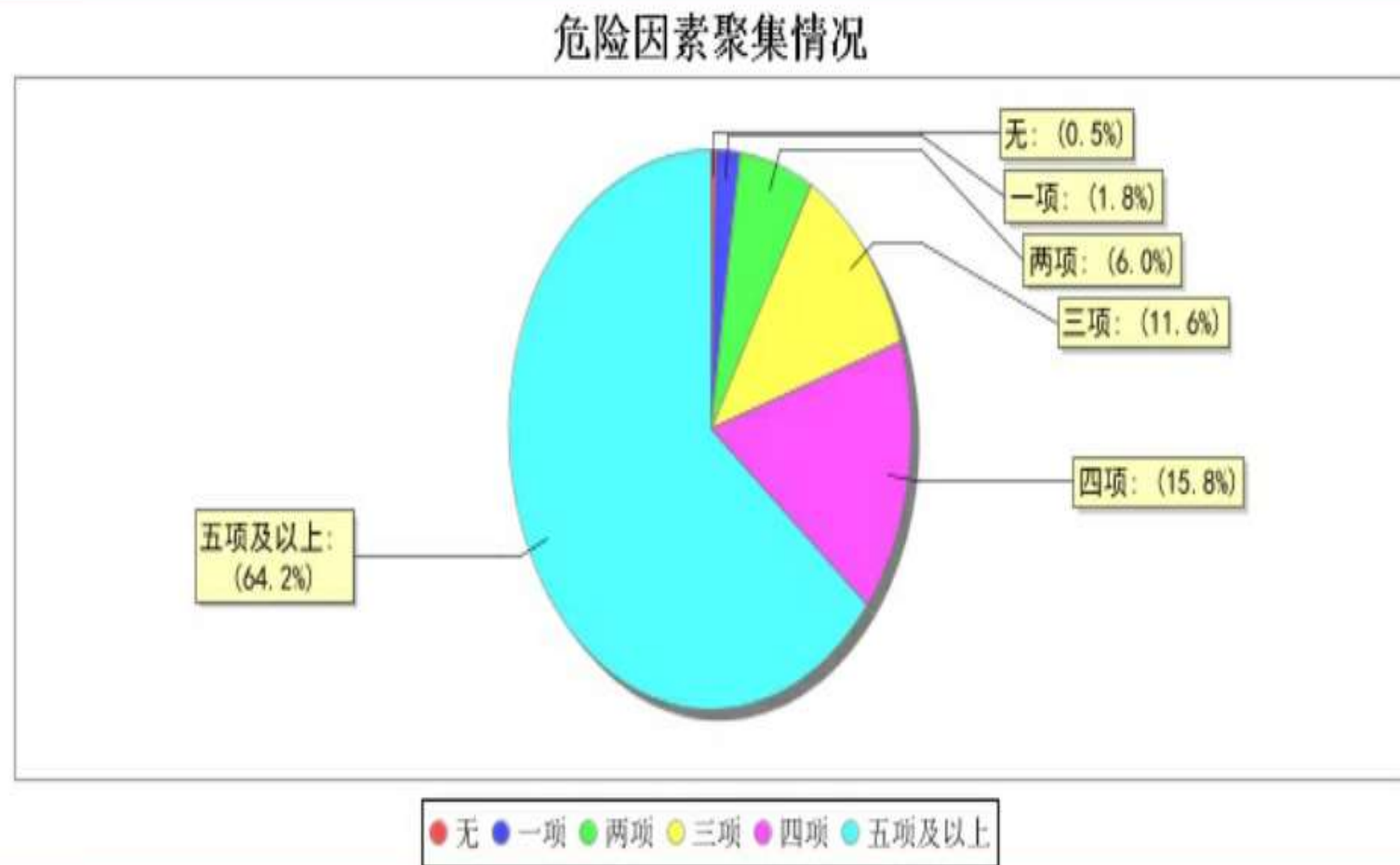
膳食习惯危险因素按性别分布

危险因素	总体		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
谷类摄入过多	228	22.1	162	24.0	66	18.5
蔬菜水果摄入不足	709	68.8	491	72.7	218	61.2
肉类摄入过多	443	43.0	311	46.1	132	37.1

注：谷类摄入过多：>400克/天；蔬菜水果摄入不足：蔬菜水果总量<500克/天；肉类摄入过多：>75克/天。

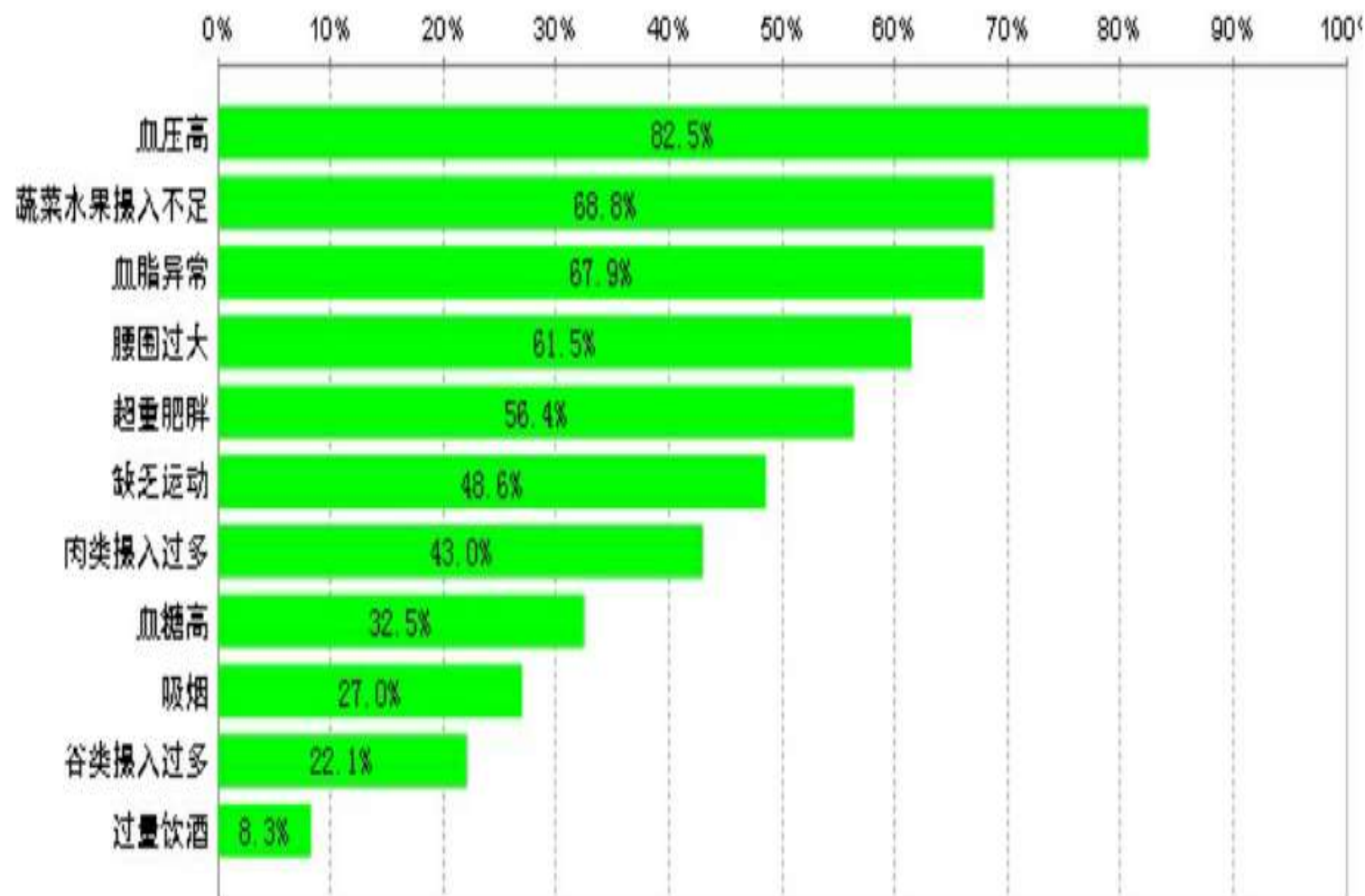
危险因素聚集情况

影响健康的危险因素并不是一成不变的，如果不加以控制，随着时间的推移，有些危险因素会逐步加重，一些新的危险因素也会出现。健康危险因素越多，相应的健康风险越高，同时有4、5项危险因素及以上的个体，由此产生的健康开支至少是没有危险因素个体的5~8倍以上，这其中既包括医疗保健费用开支，还有劳动生产力效益的损失。下图显示了本次评估中，具有不同数量危险因素的人群构成情况：



危险因素分布排序

健康危险因素的详细分布（%）



个性化健康干预

■ 实施评估干预

■ 评估报告

■ 个性化运动处方

■ 个性化膳食处方

■ 个性化心理调适

■ 个性化中医调理

■ ...

个人健康信息汇总报告

姓名	性别	年龄	身高	体重	BMI
张明	男	35	175	75	24.5

项目	数值	单位	参考范围
收缩压	120	mmHg	90-120
舒张压	80	mmHg	60-80
心率	75	次/分	60-100
空腹血糖	5.5	mmol/L	3.9-6.1
糖化血红蛋白	5.8	%	5.7-6.4

个性化膳食处方

姓名	性别	年龄	身高	体重	BMI
张明	男	35	175	75	24.5

根据您的“个人健康信息汇总报告”及“个性化风险评估”，结合您的饮食习惯、健康状况、运动情况、工作生活压力等因素，为您制定以下个性化膳食处方，旨在帮助您改善饮食结构，降低慢性病风险。

个性化运动处方

姓名	性别	年龄	身高	体重	BMI
张明	男	35	175	75	24.5

根据您的“个人健康信息汇总报告”及“个性化风险评估”，结合您的身体状况、运动习惯、工作生活压力等因素，为您制定以下个性化运动处方，旨在帮助您提高身体素质，降低慢性病风险。

项目	数值	单位	参考范围
运动时间	30	分钟	15-45
运动强度	中等		中等
运动频率	每周3-5次		每周3-5次
运动类型	有氧运动		有氧运动

个性化运动处方

项目	数值	单位	参考范围
运动时间	30	分钟	15-45
运动强度	中等		中等
运动频率	每周3-5次		每周3-5次
运动类型	有氧运动		有氧运动

互联网+健康管理



工作场所健康监测一体机



个人移动健康管理服务包



3G网络

2G网络



医生移动健康管理服务包



健康管理座席远程服务

感谢您的聆听!

