

糖尿病预防健康教育项目

中国健康教育中心 李英华

2016. 06. 17

中国健康教育中心

Chinese Center For Health Education

主要内容

一、背景

二、项目目标

三、项目开展及主要成果

一、背景

（一）糖尿病流行形式严峻

1. 糖尿病患病率快速上升，成人患病率达到**11.6%**

◆ **1.1亿** 糖尿病患者

◆ **4.9亿** 糖尿病前期患者

文献出处：2010年中国CDC中国慢病监测暨糖尿病专题调查

一、背景

2. 糖尿病慢性并发症发病率高

- ◆ 住院糖尿病患者，慢性并发症患病率**73.2%**
- ◆ 慢性并发症致死致残的主要原因

3. 糖尿病严重影响经济社会的发展

- ◆ 糖尿病导致的死亡，**48%**为60岁以下**劳动力人口**
- ◆ 直接医疗费用已占我国医疗总费用的**13%**

糖尿病已经成为一个严重的公共卫生问题

一、背景

（二）中国政府高度重视，采取了一系列慢性病防控措施

1. 出台《中国慢性病防治工作规划（2012-2015年）》
2. 启动“慢性病综合防控示范区建设”
3. 《国家基本公共卫生服务项目》2009年
4. 出版了《中国2型糖尿病防治指南》（2013年版）

一、背景

（三）中国健康教育中心优势

1、国家级健康教育与健康促进业务指导中心

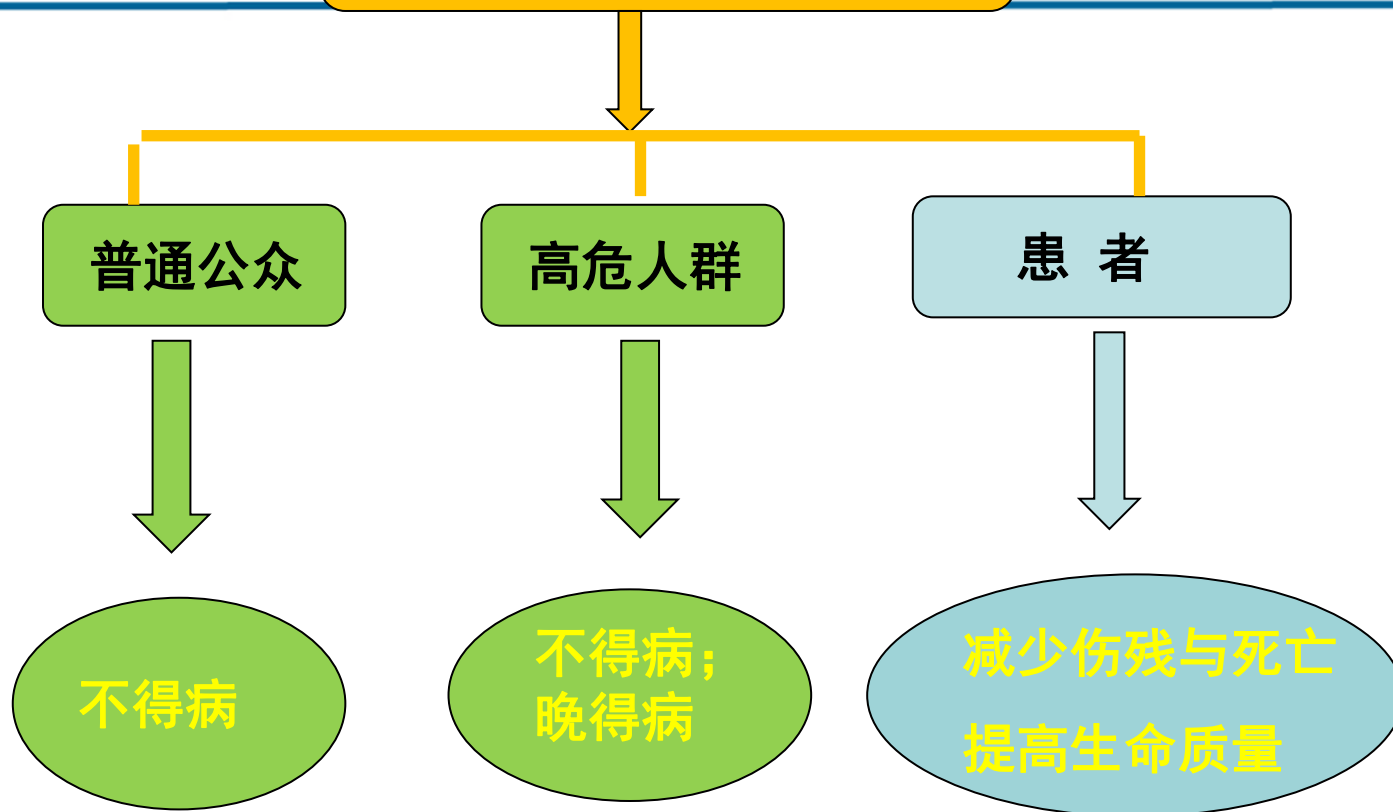
有开展公众教育与健康干预的丰富经验

2、开展公众健康知识传播，提升公众健康素养是中心
职责之一

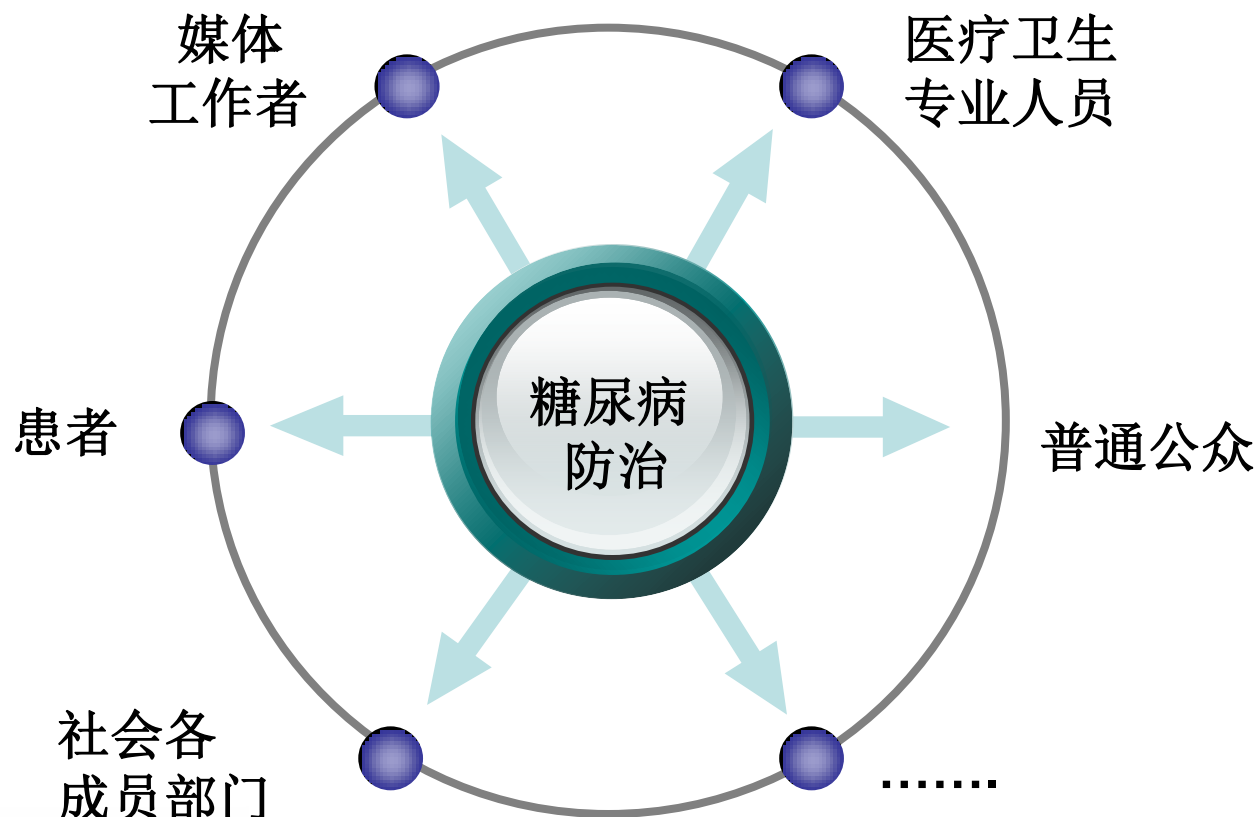
3、有省-市-县专业机构工作网络

国家基本公共卫生服务项目使工作网络进一步延伸

糖尿病防治人群策略



糖尿病防控策略



二、项目目标

(一) 目标人群

- 1、普通公众
- 2、糖尿病患者
- 3、医务人员
- 4、媒体记者
- 5、政策决策者

二、项目目标

(二) 项目目标

1、普通公众

糖尿病基础知识普及，提高公众防治意识和知识

2、糖尿病患者

疾病教育和技能培训，增强疾病自我管理能力和能力

3、医务人员

三甲医院：将患者教育纳入日常诊疗，作为规范治疗的一部分

二、项目目标

基层医疗卫生机构：**加强能力建设**，对糖尿病患者进行规范化管理

4、媒体记者

提高糖尿病宣传**策划、报道能力**，**规范报道信息**，引导公众、政策决策者关心、支持糖尿病防控工作

5、政策决策者

各级、各社会成员部门政策决策者了解糖尿病流行趋势、严重后果，关注、支持糖尿病防治工作

三、项目开展与主要成果

- （一）开展了公众和患者糖尿病需求评估
- （二）开发了《糖尿病防治健康教育核心信息》及释义
- （三）制作了系列健康传播材料
- （四）开展了系列健康传播活动
- （五）开展了基层医生培训
- （六）开展决策者倡导

（一）开展公众和患者需求调查

调查时间：2013年3～5月

调查地点：东中西各2省，共6省

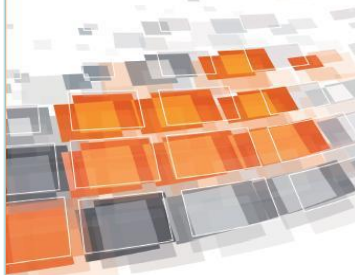
浙江、江苏、山西、河南、云南、青海

公众：18-60岁城乡居民，4282人

患者：639人

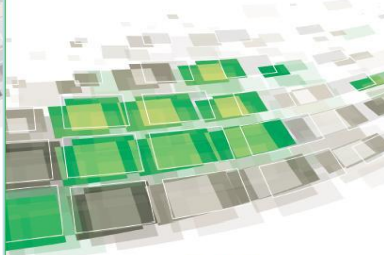
撰写系列研究报告

中国6省公众糖尿病 预防素养 调查报告



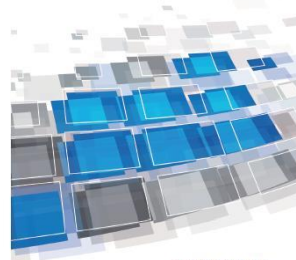
中国健康教育中心
二〇一三年六月

中国6省糖尿病患者 糖尿病防治素养 调查报告



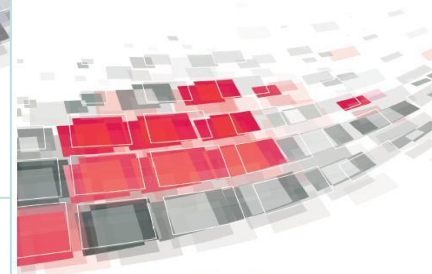
中国健康教育中心
二〇一三年六月

中国6省糖尿病高危 人群糖尿病防治素养 调查报告



中国健康教育中心
二〇一三年六月

从医生视角看 糖尿病防治



中国健康教育中心
二〇一三年六月

对普通公众开展的需求评估

1、公众糖尿病危险因素具备率高

82.6%的调查对象至少具备一种糖尿病危险因素。

城市（84.1%）高于农村（79.6%）；男性（88.3%）高于女性（77.7%）。

2、公众普遍对糖尿病患病风险意识严重不足

9.6%的人认为自己有可能患糖尿病。城市（11.4%）高于农村（6.5%），男性（10.8%）高于女性（8.7%）。

对公众开展的需求评估

3. **82.2%** 的公众对糖尿病的认识存在误区，对危险因素和并发症危害认知不足。

4. 公众糖尿病危险行为具备率高

◆ **57.2%** 不注意饮食

◆ **56.7%** 运动不足

◆ **64.1%** 每天静坐3小时，13.8%每天静坐6小时

◆ **31.8%** 从不进行体检

对公众开展的需求评估

5. 公众糖尿病防治信息素养不足

54.4% 的人日常生活中**不关注**糖尿病信息；

55.6% 的人不知道如何“甄别健康信息”

31.8% 的人认为媒体信息“不好理解”

7.2% 的人过去1年经常上网搜寻“健康信息”

6. 医生是最权威的信息源

97.2% 的人最相信医生

对患者开展的需求评估

1. 糖尿病患者并发症发生率高，且对糖尿病并发症认知不足。（全部正确率35.1%）
2. 糖尿病患者对血糖监测的意义认知不够，血糖规范化监测率低。（认知：37.6%，规范监测43.7%）
3. 糖尿病患者对糖化血红蛋白监测认识缺乏，规范化监测率低。（认知：29.6%，规范监测29.7%）

对患者开展的需求评估

4. “食物交换份”的概念和应用尚未普及。
(会且用5.5%, 52.9%不会使用, 26.1%没听说)
5. 约4成的人不能够做到遵医嘱用药 (62.6%)
6. 男性吸烟、喝酒情况严重 (34.3%吸烟, 52%喝酒)
7. 信息信任度: 医生是绝对权威的信息源, 亲朋等关系密切的人对公众获取信息有重要影响。

明确工作重点

- 1. 公众：**充分利用大众媒体开展知识传播，引导公众关注糖尿病，增强患病风险意识
- 2. 患者：**强化患者自我管理意识，加强疾病自我管理技能培训，提升患者的疾病自我管理能力。
- 3. 医生：**加强基层医生技能培训，提高医务人员糖尿病健康教育水平。

（二）开发公众和患者教育的核心信息

《糖尿病防治健康教育核心信息》

1. 糖尿病核心知识
2. 常见误区
3. 对核心信息进行解读

为相关机构和媒体开展糖尿病健康教育提供**科学权威**的信息。



（二）开发公众和患者教育的核心信息

糖尿病患者自我管理系列手册（一套七本）

- 1、《掌握**知识**是关键》
- 2、《**自我监测**最重要》
- 3、《**药物治疗**是关键》
- 4、《**合理运动**身体棒》
- 5、《**美食巧吃**更健康》
- 6、《**愉悦心情**迎曙光》
- 7、《**积极预防**并发症》



印刷36万套，全部发放患者

项目宣传海报

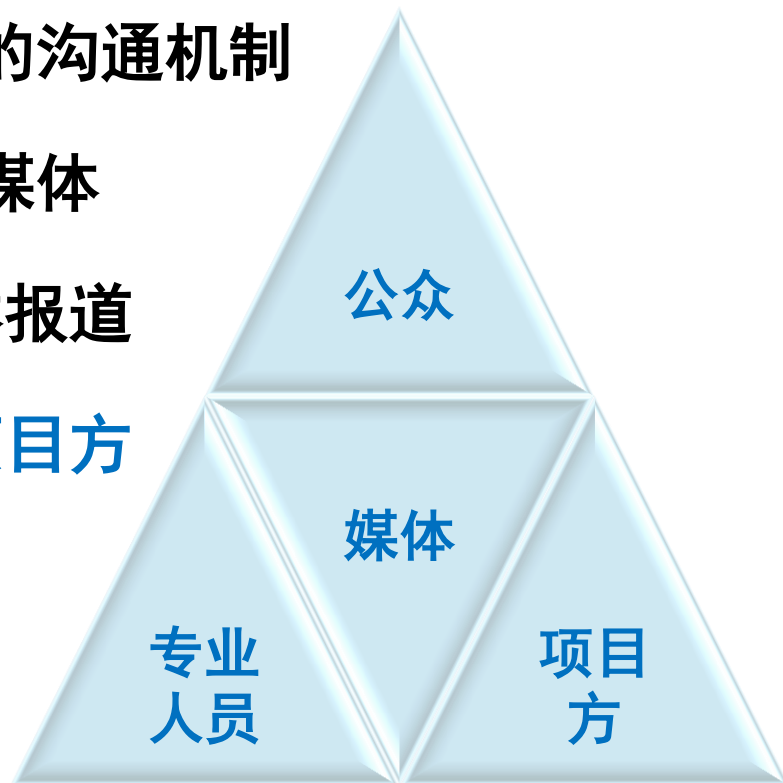
聘请宣传形象大使
2种海报，印刷7000份



（三）针对媒体开展的工作

工作思路：

- 1、成立媒体联盟，建立与媒体的沟通机制
- 2、为媒体提供专家支持，提高媒体
策划、报道能力，规范媒体报道
- 3、实现**公众-媒体-专业人员-项目方**
多赢



1、成立媒体联盟

- ◆ 中央媒体、项目省主流媒体 70余家
 - ◆ 报刊、电视、网络、广播 等多种媒体
- 组成糖尿病教育媒体联盟



2、《糖尿病防治媒体报道指南》开发

(1) 2010~2012年媒体对糖尿病报道进行梳理，总结出了糖尿病防治媒体报道中存在的误区与盲区

(2) 专家组成：18名 专家

(3) 5轮 修改

(4) 60名 在京媒体记者意见征求

(5) 媒体培训

提高了媒体规范报道的能力



3. 媒体倡导培训活动

(1) 3次媒体倡导培训会

2013-2015年，每年1次，共3次

(2) 会议主题

2013年：媒体报道存在的误区与盲区

2014年：糖尿病防治核心信息发布与解读

2015年：融媒体背景下的糖尿病健康传播

3. 媒体倡导培训活动

(3) 成效

70余家媒体参与，190名媒体记者、48名专业人员
搭建了媒体、糖尿病临床专家、健康教育、健康传播
学界沟通交流的平台，提高了媒体糖尿病防治报道的**科学
性与可读性**，提升了糖尿病防治的传播效果。



4、糖尿病健康教育最佳实践征集

(1) 征集对象与目的

- ◆ **糖尿病患者/家属**：疾病自我管理能力和疾病自我管理知识，供更多患者学习、借鉴
- ◆ **医护人员**：患者管理能力
- ◆ **媒体记者**：选题策划、宣传报道能力

(2) 目标人群参与

500多名 患者/家属

4、糖尿病健康教育最佳实践征集

16家 媒体：人民网、新浪、腾讯、凤凰网等

100家 医院

(3) 征集对象

1000余部 作品：个人健康管理类、医护人员开展糖尿病健康管理类、媒体深度报道类作品

68部 获奖作品

最佳实践征集

2013糖尿病 健康教育最佳实践征集活动 (稿件汇编)

主办单位：中国健康教育中心

2014 糖尿病健康教育最佳实践征文 (稿件汇编)

主办单位：中国健康教育中心

5、围绕“联合国糖尿病日”的宣传

2012年，开展项目启动会、专家论坛

2013年，与央视“健康之路”节目组合作
制作了3期糖尿病防治专题节目

2014年，开发5部微纪录片

《直面威胁莫惊慌》；《美食巧吃更健康》

《合理运动身体棒》；《自我监测有保障》

《愉悦心情迎曙光》

开发5部微纪录片

5个 真人秀，片长7-8分钟

最长病史 32年

最大年龄 85岁

演员、医生、摄影师、运动冠军

高级工程师

在13家 国内主流视频网站，

9家 网站进行了手机推送

乐视、土豆、优酷、凤凰、搜狐

15天，点击量超过800万次



2015年： 5部专题片

片长： 15min

内容： 技能培训

对象： 患者及家属



（四）针对医疗卫生工作者和患者

工作思路：

1、“三甲”医院

试点、推动；指导基层医疗机构开展

“三甲”医院规范开展糖尿病患者管理工作

2、基层医疗卫生机构

开展糖尿病患者管理技能培训，提升患者管理能力

（四）针对医疗卫生工作者

1、开发《基层医务人员糖尿病患者健康教育手册》

◆ 健康教育理论与方法

◆ 糖尿病患者管理实用技术

如食物交换份计算，初诊、随诊记录，糖尿病个体化教育效果评估表等。



2、开展基层医疗卫生工作人员培训

■ 骨干培训

6个项目省，6场骨干培训，培训核心骨干640余人

■ 基层培训

12场，培训了基层健康教育专业人员和糖尿病管理医务人员1400余人



3. 医院个体化糖尿病健康教育项目

(1) 开展范围

7省 33家 医院

河北、山西、江苏、广东、吉林、辽宁、山东

(2) 目的

通过“三甲”医院的示范作用，推进和普及个体化糖尿病健康教育工作，改善糖尿病患者的自我管理行为

测血糖



健身操



食物交换
份讲解



糖尿病
饮食烹饪



4、开发了患者教育标准化课件

- ◆ 18套 PPT
- ◆ 30余套 折页
- ◆ 1本 患者健康教育书



5、糖尿病健康咨询100问

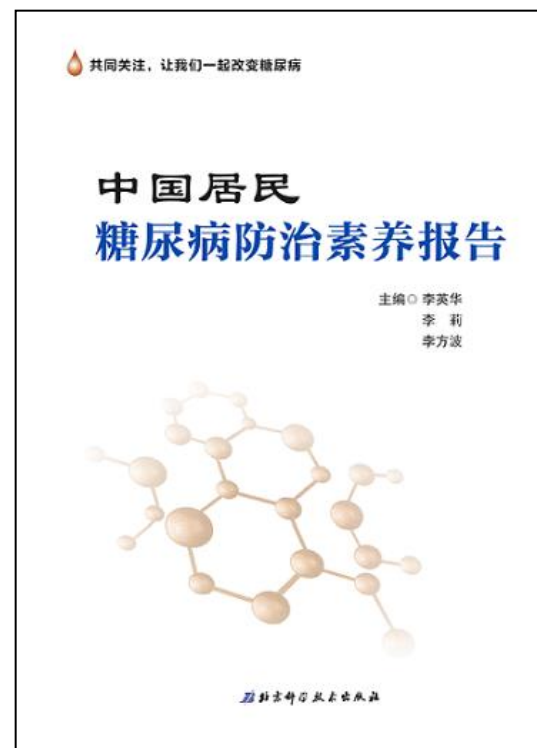
- (1) 基础知识
- (2) 诊断
- (3) 临床表现
- (4) 治疗
- (5) 指标监测
- (6) 并发症
- (7) 就诊与自我管理
- (8) 常见误区
- (9) 特殊人群 (10) 就医指南



(五) 开展决策者倡导

- ◆ 对糖尿病流行趋势
- ◆ 糖尿病危害
- ◆ 公众防控意识和技能
- ◆ 患者自我管理现状
- ◆ 防治策略

各级、各社会成员部门政策决策者了解糖尿病流行严重态势，
关注、支持糖尿病防治工作。



项目成效

- 1、初步形成了政府倡导、多部门合作、全社会参与的糖尿病健康教育工作模式；
- 2、形成了一套包括需求评估、标准化培训教材、传播材料、技术指南和实践案例在内的资源库和工具包；
- 3、打造了一支以国家级专业机构主导、权威专家支持、各级健康教育机构为支撑、三甲医院做示范、基层医疗机构为主体的糖尿病预防健康教育工作网络。

共同关注，让我们一起改变糖尿病！

THANKS

中国健康教育中心
Chinese Center For Health Education