

HEALTH CARING XIAMEN

# 厦门健保

钟南山

2018年6月

创刊号

春夏合刊

主管：厦门市医疗保障管理局  
主办：厦门市医疗保险学会

## 体检：治未病的良方

### 治未病

钟南山：我对鼓浪屿的感情深入骨髓

观察厦门医保整合一年来的主要成效和特色

当院长只是经历，治病才是最爱

饮食之道与养生之道





66

“当今社会工作压力大，导致很多人都长期处于亚健康状态，虽然体检时候身体各项指征都显示正常，但就是总感觉身体不适，不知道为什么。这时候，就需要进行健康管理帮助其缓解不适及提高生活质量。”

## 厦门长庚医院体检科主任李文正： 健康体检是手段 健康管理才是目的

撰文\_方枪枪 摄影\_深海



2008年，建设了3年的厦门长庚医院终于竣工，面向厦门民众开放。这家在两岸乃至亚洲都赫赫有名的台资医院，从硬件设施到软件服务都带给了广大患者耳目一新的感觉。尤其是从台湾引进的专业医疗团队，更是成为了厦门医疗界的一支生力军，吸引了业内外的瞩目。在台湾林口长庚医院从事多年健康管理专业的李文正医师，便是跨海而来的其中一员。

“2008年厦门长庚医院刚成立时，我就过来了，但当时医院还没有成立体检科，我先是在急诊科，后来帮忙筹建体检科。一年之后，也就是2009年12月，体检科正式为民众提供健康体检服务，我就到体检科做负责人。”李文正说。

李文正告诉记者，在台湾，把包括健康体检在内的疾病预防统称为健康管理，从最大程度做到“治未病”。因为健康管理的理念推行已经行之有年，受到大众的普遍认可，甚至大型企业都

会聘请专门从事健康管理服务的护士，以便及时处理员工们可能产生的健康问题。

“健康体检是手段，健康管理才是真正的目的。”李文正如是说。

### 对健康管理的重视 仍需加强

从医学角度来说，健康管理与传统的以疾病为中心的诊疗模式不同，它是以个人和群体的健康为中心，针对健康危险因素进行健康风险评估，并提供干预与指导的具有前瞻性、全面的健康保障服务。相较于台湾，大陆健康管理的理论研究和技术应用起步较晚，大家对健康管理的概念理解还没有真正形成。李文正坦言，体检中心作为目前大陆健康管理的主要研究与实施机构，在实际工作中，管理的重心大多放在控制疾病危险因素上，与真正意义上的健康管理还有相当差距。

“厦门长庚医院体检科从成立那天起，就以民众传输健康管理理念为己任，经过几年的探索实践，有部分人群已经开始从每年例行公事的健康体检，延伸到更前端更全面的健康管理范畴，这是让我们颇为欣慰的事情。不过，”李文正话锋一转，“但就厦门长庚一家医院的力量还是显得比较单薄，希望在《健康中国2030》规划纲要的政策方针指导下，大家一起努力，让更多人知道健康管理的重要性。”

那么，什么样的人群属于健康管理的重点应



用对象呢？李文正说，健康管理的服务对象主要有亚健康人群、老年人群、慢性患者群和高危人群。“当今社会工作生活压力大，导致很多人都长期处于亚健康状态，虽然体检时候身体各项指征都显示正常，但就是总感觉身体不适，不知道为什么。这时候，就需要进行健康管理帮助其缓解不适及提高生活质量。”

具体来说，每一位走进厦门长庚医院体检部的受检者，李文正都会建议对方做体适能评测，对个体健康体适能、运动能力、运动风险进行综合的分析和评价，提供科学的、安全的、有效的、个体化的运动处方，以改善个体的亚健康 and 慢病状态，从而改善生活品质。

### 解开患者心结 助其恢复健康

这十年来，李文正每半个月就要往返两岸一次，是名副其实的“空中飞医”。但他并不因此而感到疲惫，反而为能够同时给两岸民众的健康出谋划策而欣慰。这些年发生在他和患者之间的动人故事数不胜数，其中令他印象最深的一例，当属两年前帮助了一位厦门阿

李文正说，目前厦门市民对健康体检的认识已经提高了很多，希望接下来能更进一步，将健康管理的意识融入到生活中的方方面面。

姨解下心结。

“记得当时是在春节过后没多久，我刚刚回到厦门上班，一位青年带着他的母亲走进了我的办公室，告诉我他母亲近来时常胸闷、心悸、失眠，到了几家医院检查都不见好，后来听人说厦门长庚医院有更详尽的健康管理服务，于是便抱着试一试的心态过来了。”李文正听完对方的讲述，推测其母亲应该是进入了亚健康的状态，但还未严重到影响身体的各项重要指标。为了保险起见，他让对方进行了一系列的健康体适能测评，结果印证了他的想法。

“老年人会在突然之间出现亚健康状态，一般是情绪管理出现了问题，而影响他们情绪的因素，往往来源于生活。”李文正眼见青年对母亲的孝心，猜测问题应该不出在儿子身上，那么最大的可能性就来自于配偶。于是，他询问患者，最近是否有什么事发生在她和配偶之间。“阿姨听完我这句话，

立刻哭了出来。原来，她的先生在几个月前过世了。她日夜思念，但为了不让子女担心，只得一个人压抑在心里，无处倾诉。”李文正将青年也叫进诊室，告知这一切。青年十分懊悔自己对母亲的关心不够，表示将在接下来的日子里多陪伴母亲，让她早日从悲伤中走出来。“我为阿姨开了个舒缓情绪的处方，让她有什么问题可以随时来找我，但后来她再也没来过。反倒是一个月后，青年自己一个人来了，告诉我他母亲的失眠症状已经改善许多，精神状态越来越好了。”

无论是大陆还是台湾，社会都正在步入人口老龄化的阶段。在此背景环境下，慢病人群逐步增加，帮助建立正确的健康理念，提升健康水平。李文正说，目前厦门市民对健康体检的认识已经提高了很多，希望接下来能更进一步，将健康管理的意识融入到生活中的方方面面。