



曾强

解放军总医院第二医学中心健康管理研究院主任曾强

## 多维精准干预为肥胖防治『求解』

肥胖不仅增加心血管疾病、糖尿病和肿瘤风险,还带来沉重的社会经济负担。应对这一挑战,需采取“预防为主、科学管理”的策略,包括平衡膳食、规律运动和体重监测。

传统干预手段效果有限,而精准医学为代谢异常管理指明了新方向。

营养精准干预强调个性化饮食模式。地中海饮食、终止高血压饮食、低碳水和限时饮食是主流方案。

基于基因检测的个性化营养成为突破点——全球首款代谢干预基因芯片可筛查32个相关位点,指导精准膳食。连续血糖监测技术则能动态优化饮食结构,减少餐后血糖波动。

运动干预需结合有氧与抗阻训练,中等强度以上运动可显著改善代谢指标。

北京大学第三医院等机构通过综合评估制定个性化运动处方,提升干预效率。

此外,肠道菌群调控展现出巨大潜力,稳定的微生物组可影响能量代谢,粪菌移植等干预手段为食物不耐受型肥胖提供新疗法。

未来,整合基因检测、动态代谢监测、菌群调节和数字疗法的多维精准干预,将突破传统模式效率低、依从性差的瓶颈,为肥胖防治提供更科学的解决方案。



刘玉萍

## 健康管理成为医疗质量核心评价维度

四川省人民医院健康管理研究所所长刘玉萍

国家卫生健康委将“健康体检与管理质控指标”纳入三甲医院评审标准,标志着健康管理正式成为医疗质量核心评价维度。

四川省人民医院在健康管理专科建设方面探索出一套创新实践方案:通过将健康管理科纳入临床科室质控体系,构建了院科两级质控网络,重点围绕18项核心制度建立专项评价表,包括体检报告分级审核、疑难病例讨论、异常结果管理、隐私保护等关键环节,实现了从粗放式规模扩张向精细化质量管理的转型。

这一改革具有深远意义:

一方面提升了健康管理学科地位,推动服务流程优化和技术创新。

另一方面通过“评审指挥棒”效应,促进多学科协作和全程健康管理发展。

四川省质控中心已率先对健康体检7项核心指标实施动态监测,通过制度化管理(如医疗安全不良事件报告、耗材三级点评等)切实保障服务质量。

从长远看,该政策将引导行业从单纯体检服务向全生命周期健康干预转型,使健康管理真正成为医疗体系的重要支柱,为全民健康水平提升提供制度保障,为健康中国战略实施贡献力量。



房建成

## 超高灵敏极弱磁场医学成像技术赋能健康管理

北京航空航天大学教授房建成

零磁医学代表着医疗诊断技术的革命性突破。通过自主创新研发的超高灵敏极弱磁场医学成像技术,正在重塑医学诊断的精度边界。这项具有颠覆性意义的科研攻关遵循严格的转化路径:首先建立了符合国际标准的临床试验体系,已完成超过2000例的多中心、双盲对照研究,验证了技术对人体无创、无辐射的安全性。

这项技术的核心价值在于:第一,它实现了真正意义上的无创检测。通过量子传感器捕捉人体发出的极微弱磁信号,能够在不接触人体的情况下,获取传统手段难以获得的功能信息。第二,它具有显著的早期诊断优势。以心磁成像为例,可让心肌缺血的检出时间提前数月,这对挽救患者生命至关重要。

这项研究充分体现了多学科交叉的创新优势。物理学提供了测量手段,医学赋予了应用场景,而工程学实现了技术转化。相信未来该技术将推动心脏疾病筛查从“有创造影”向“无创早期检测”转型,并延伸至脑疾病、肿瘤筛查领域。

依托国家重大专项支持,我国在超高灵敏磁测量技术领域已实现国际领跑,相关技术将逐步实现“医院-社区-家庭”三级覆盖,形成心梗、脑卒中等重大疾病的“中国诊疗标准”。



周脉耕

## 慢病管理服务包破解县域慢病管理难题

中国疾病预防控制中心慢病中心副主任研究员周脉耕

在基层医疗实践中,我们长期面临着医院模式受限、医生考核机制不合理、患者依从性差、医保负担加重等系统性难题。针对这些痛点,我们创新性地提出了慢病管理服务包解决方案。它不是一个简单的服务项目,而是一套涵盖筛查评估、管理方案、流程管理和效果评价四大核心模型的标准化管理体系。

该模式以患者为中心,通过个性化服务包设计、动态健康评估和阶梯式激励措施提升患者依从性;以医院为支撑,整合多学科资源,推动从被动治疗到主动健康管理的服务转型;以医保可持续为目标,

通过规范化疾病管理和早期干预减少远期医疗支出。在具体实施中,重点突破筹备关(联合相关科室制定政策)、签约关(优化签约流程)和履约关(定期随访与效果评估)三大关键环节,借助数字化手段确保健康管理的精准性和可持续性。

目前,该模式已在香河、庐江等地试点并取得显著成效,单月签约量超500人,患者复诊率大幅提升,充分证明了其在改善健康结局、优化资源配置方面的多重价值。这一创新模式为县域慢病管理提供了可复制、可持续的解决方案,将有力推动基层医疗卫生服务从“以治病为中心”向“以健康为中心”的转变。