



专家简介:尹岭,中国人民解放军总医院神经内科主任医师、教授、博士研究生导师;国家人口与健康科学数据中心副主任,雄安新区医学学会副会长,国家工程研究中心智能卫生健康研究室主任,中华预防医学会中医预防与保健分会名誉主任委员,中国卫生信息学会健康医疗大数据“互联网+”医疗专业委员会副主任委员,中国医院协会医共体分会主任委员;2011 年被评为国家卫生计生委脑卒中筛查与防治优秀专家,2021 年获国家卫生健康委脑防委精英楷模奖;“十二五”期间承担科技部《农村医疗卫生关键技术集成与应用示范》项目;“十三五”期间参与《心脑血管疾病高危人群综合筛查与防控及卫生经济学研究》国家重点研发计划项目;2018 年获第二届“国之名医·卓越建树”荣誉称号。Email:yinling301@126.com

心脑血管病健康管理

尹岭,宋歌

国家人口健康科学数据中心,北京 100010

【摘要】 总结“十三五”国家重点研发计划《心脑血管疾病高危人群综合筛查与防控及卫生经济学研究》项目的研究成果,提出加强儿童、青年、中年和老年心脑血管病健康管理,从治病为中心向健康为中心转变,培养心脑血管病健康管理专业队伍,提高基层心脑血管病健康管理水平和服务能力,创建中国特色的心脑血管病健康管理和慢病防控模式,以期降低心肌梗死和脑卒中的发病率、复发率、致残率和死亡率,减少卒中新发残疾人数,延长国人健康寿命年。

【关键词】 心脑血管病;健康管理;慢病防控

DOI:10.3969/J.issn.1672-6790.2023.02.001

Health management of cardio-cerebrovascular disease

Yin Ling, Song Ge

National Population Health Science Data Center, Beijing 100010, China

【Abstract】 This article summarises the research results of the "The study of Comprehensive Screening, Prevention and Control of Cardiovascular and Cerebrovascular Diseases and Health Economics" project of the National Key Research and Development Program of the 13th Five-Year Plan. To create a model of health management and prevention and control of chronic diseases with Chinese characteristics, to reduce the incidence, recurrence, disability, and mortality rates of myocardial infarction and stroke, reduce the number of new stroke cases, and extend the healthy life expectancy of the nation.

【Keywords】 Cardio-cerebrovascular disease; Health management; Chronic disease prevention and control

1 心脑血管病严重危害着人民的健康和生命

《中国心血管健康与疾病报告》显示,2019 年我国农村、城市心血管病分别占死因的 46.74% 和 44.26%。每 5 例死亡中就有 2 例死于心血管病。推算心血管病现患人数 3.3 亿,其中脑卒中 1 300

万,冠心病 1 139 万,心房颤动 487 万,下肢动脉疾病 4 530 万,高血压 2.45 亿。王陇德院士团队联合中国疾控中心慢病中心,发布了我国 2020 年脑卒中的患病率为 2.6%,发病率和死亡率分别为 505.2/10 万人年和 343.4/10 万人年。据此推测

2020 年中国 40 岁以上人群中发生 340 万例脑卒中事件、1 780 万脑卒中患者和 230 万例因卒中死亡。缺血性卒中占有卒中事件的 86.8%, 脑内出血占 11.9%。农村地区居民卒中的发病率和死亡率均高于城市居民, 卒中的首要危险因素是高血压。

2 心脑血管病综合筛查防控研究成果

“十三五”期间, 中国人民解放军总医院联合北京大学第一医院、首都医科大学附属北京天坛医院、郑州大学第一附属医院、中国中医科学院西苑医院和北京中医药大学东方医院共同完成了《心脑血管病高危人群综合筛查与防控及卫生经济学研究(2017YFC1307700)》国家重点研发计划项目。在心脑血管病关键技术集成、心脑血管病防控模式和卫生经济学评价方面取得了阶段性研究成果。

(1) 于生元课题组在心脑血管病关键技术研究方面集成了 20 项心脑血管病综合筛查防控的关键技术, 在医院、城市社区和县域医共体得到应用, 出版了《缺血性心脑血管病综合防控》专著。

(2) 刘改芬和何荆贵课题组完成了医院心脑血管病综合筛查和防控任务。其中门诊一级预防 93 039 例、住院患者二级预防干预 2 年 20 443 例。研究结果表明在真实世界中, 静脉溶栓治疗能够改善缺血性脑卒中患者 3~6 个月的功能预后, 减少卒中复发, 降低致残率及病死率。抗血小板治疗是心脑血管病二级预防最重要的手段。医院门诊就诊患者心脑血管病中高危个体检出率为 35.9%, 通过医院挂号网上手机 APP 提供“8+2”心脑血管病危险初筛, 大大降低了筛查成本, 扩大了受益群体。

(3) 周菁课题组创建农村心脑血管病综合急救绿色通道。心脑血管病患者心电图首诊时检查比例达到 99%, 院内完成心电图确诊时间降到平均 2 min。院前传输心电图比例平均达到 50%。以高血压管理为基础的农村心脑血管病防控策略, 显著降低了脑卒中发病, 巩固和健全了地方基本公共卫生服务和慢病防控体系, 为全国“两会”提交了心脑血管病防治策略提案。

(4) 郭荣娟课题组根据心脑血管病“虚、痰、瘀”相互作用的发病的共性特点, 采用“益气化痰通络法”基本治法, 并拟定“益气化痰通络汤”, 随机对照临床研究结果表明, 益气化痰通络方联合西药能有效改善气虚痰瘀证患者气虚、血瘀、痰湿的证候。程薇薇课题组应用经方治疗不同中医证型的心脑血管病在基层医疗机构得到应用。

(5) 李玉生课题组创新城市心脑血管病防控模式。依托脑卒中筛查防控基地开展心脑血管病综合防控。政府主导、医防融合, 医院与社区联动的心脑血管病防控模式, 在河南省周口市脑卒中防控基地先行先试取得成效。

(6) 项目负责人陈景元的团队建立起 110 万心脑血管病综合防控人群队列, 数据汇交到国家人口健康科学数据中心。该项目总结出 3 种心脑血管病综合防控模式, 一是医院内心脑血管病综合筛查和二级预防模式, 二是城市心脑血管病医防融合模式, 三是县域医共体心脑血管病防控模式。三明市将乐县 2018—2021 年实行医保资金总额预付, 结余留用, 留用经费用于心脑血管病健康管理。该县脑卒中住院总人次和初次卒中人数连续 3 年下降超过 10%, 医保资金每年结余超千万。结余医保资金用于心脑血管病健康管理, 破解了农村心脑血管病防控经费来源难题, 增加了医保资金的健康管理效益。

3 加强心脑血管病健康管理

普及健康知识, 提高全民健康素养水平。早期发现血压高、血糖高、血脂高、超重、吸烟、运动少等心脑血管病危险因素, 积极干预危险因素, 预防心脑血管病, 延长国人健康寿命年。

(1) 心脑血管病健康管理从儿童做起: 普及心脑血管健康知识从儿童健康体重抓起, 养成健康饮食和生活习惯, 合理膳食、增加运动, 健康成长。建议将健康体重作为幼儿园和中小学生的考核指标。

(2) 青年人心脑血管病健康管理: 2019 年联合发布的《中国中青年心脑血管健康白皮书》显示, 我国心脑血管疾病年轻化趋势明显, 20~29 岁的人患病及高风险人群占比已经达到 15.3%, 且患病及高风险的中青年治疗状况并不理想, 64.4% 的人并未接受过医学治疗。因此, 有必要将我国心脑血管病防控初筛对象年龄提前到 20 岁。利用互联网+心脑血管健康 APP 青年人心脑血管病健康管理, 探索青年人预防心脑血管病模式。从青年开始改掉不良生活习惯, 早期发现早期控制高血压、超重、高血糖、高血脂和心房颤动, 关口前移, 终身受益。尤其是有高血压、糖尿病和心脑血管病家族史的青年人更要主动参与心脑血管病健康管理。

(3) 中年人心脑血管病健康管理降低风险等级: 我国脑卒中患病人群中年龄在 40~64 岁的劳动力人数占比高达 49%。脑卒中严重危害着我国中年人的健康和生命。中年人心脑血管病防控刻不容

缓,学习河南省心脑血管病防控经验,政府加大投入加强中年人心脑血管病健康管理,一级预防惠及至每位中年人。要求中年人主动加入心脑血管病健康管理队列,共享中年人“8+2”心脑血管病健康管理科研成果。知晓自己存在什么危险因素,控制危险因素,达到控制标准。降低心脑血管病的风险等级,预防心肌梗死和卒中发生。

(4)老年人心脑血管病健康管理和二级预防:做实老年健康档案,将“8+2”心脑血管病初筛量表作为老年人健康管理的必选项。根据初筛结果对每位老年人提供智能心脑血管病健康管理。低危和中危老年人加强危险因素控制,降低危险因素级别,高危个体进行心脑血管诊断和治疗,找出心脑血管潜在的血管病变部分、病变性质和程度,及时采取合理有效的治疗,避免心肌梗死和脑卒中发生。对于有心脑血管病史(心绞痛、心肌梗死、短暂脑缺血发作和脑卒中)的老年人,需要定期随访做好二级预防,

防复发、防失能。

4 加强心脑血管病健康管理延长国人健康寿命年

“十三五”期间,中国人均预期寿命从 76.3 岁提高到 77.3 岁,提高了 1 岁。推进健康中国行动提出,到 2030 年人均预期寿命再提高 1 岁;30~70 岁人群因心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病和糖尿病导致的慢病过早死亡率到 2030 年降到 $\leq 13.0\%$;心脑血管疾病死亡率降到 $\leq 190.7/10$ 万。全国学习三明经验,贯彻以人民为中心的发展思想,从疾病为中心向健康为中心转变。2021 年三明市人均预期寿命 80.02 岁,高于全国人均预期寿命(78.2 岁)。构建我国心脑血管病健康管理体系,培养大批心脑血管病健康管理专业人才和社会工作者。加强心脑血管病健康管理,实现国家卒中防控百万减残工程制定的目标。推进健康中国建设,延长国人健康寿命年,惠及 14 亿人民。

(收稿日期:2023-02-12)

《中国临床保健杂志》第二十届编辑委员会名单

编委会主任:黄洁夫

编委会副主任:胡世莲 汪 耀 刘同柱 王 俊 王伟夫

编 委:(以姓氏笔画为序)

丁西平	丁清清	于爱平	于普林	万书臻	马 哲	马礼坤	马艳春	马晓飞	王 芸	王 勇
王 雁	王 瑞	王 静	王卫东	王巧民	王邦宁	王建国	王晓娟	王海琴	王曼维	王喜瑛
王锦权	王新日	牛朝诗	毛拥军	文 宏	文良元	方 向	方诗元	尹 岭	尹秋生	邓 莉
邓朝胜	叶山东	史 健	史虹莉	白 松	宁 光	司全金	库启录	朱 健	朱德发	朱薇波
乔 薇	任 伟	刘 圣	刘 松	刘 健	刘 影	刘 霖	刘小梅	刘连新	刘艳霞	刘晓红
刘家全	刘德军	齐 璇	齐海平	江孙芳	汤 如	汤其强	许戈良	孙 发	孙 冰	孙 超
孙耕耘	孙梦雯	孙敬武	孙福成	阴大伟	严 光	严 静	苏克亮	李 刚	李 青	李 琦
李天志	李中南	李苏宜	李金虎	李泽庚	李建丽	李晓军	李晓骊	李维东	李强翔	杨 弘
杨小红	肖 峻	吴 蕾	吴大保	吴国举	吴晓明	吴曙华	何义富	何年安	何荆贵	余 跃
邸 星	汪 萤	沈 干	沈国栋	沈爱宗	沈雁英	张 燕	张子顺	张存泰	张奇志	张明奎
张洪春	张艳红	张曼萍	陆维福	陈 尹	陈 炯	陈月云	陈传俊	陈剑峰	陈晓红	陈海冰
林 帆	尚希福	罗庆峰	周白瑜	周林玉	周浩泉	郑 志	郑志坚	郑芙林	郑松柏	郑昌成
郑建军	孟翔凌	赵 岚	赵冬梅	赵雪梅	赵淑琴	郝希春	胡 飞	胡 白	胡 敏	胡大明
胡立群	胡亦新	胡红琳	胡何节	柯根杰	柳友清	禹 震	施 冰	施 红	姜 玲	姜 悦
姜 鸿	骆松明	秦明伟	袁曙平	耿小平	夏 飞	顾朋颖	顾起宏	柴小青	倪朝民	徐飞鸿
徐春军	徐晓玲	徐维平	殷 实	凌 斌	高 坚	高 燕	高明宇	郭立新	唐丽琴	唐海沁
谈 敏	黄 政	黄大海	黄业华	黄先勇	黄志刚	梅晓冬	龚小敏	盛 凯	康 琳	康冬梅
章 雄	梁 宏	彭 程	彭代银	彭永德	程 民	程 翠	程永静	程勇前	鲁晓春	鲁朝晖
曾华俊	鲍 军	蔡亚禄	蔡其云	阚全程	谭相东	霍晓鹏	魏 红	魏军平		

总编辑:胡世莲

副总编辑:于普林 严 光 张奇志 唐海沁 叶山东 王卫东 汤 如 李 青 王锦权 沈爱宗 程 翠 王 静