

《颠覆医疗:大数据时代的个人健康革命》是赵小兰桌面上的又一本新书。在健康管理领域,如何将收集到的庞杂数据为个体的健康服务,是一件极有意义的事情。赵小兰和她的团队很想再次成为那群最早“吃螃蟹”的人。

赵小兰,第三军医大学西南医院健康管理中心主任、中华医学会健康管理学分会体检与评估学组副组长,被誉为我国健康管理界的“军中兰花”,曾获我国健康管理领域的个人最高奖项——健康管理学科与机构建设个人贡献奖。在担任中心主任的近10年时间里,她带领团队展开我国健康管理的“先河”。

在她和团队努力下,这个曾经名不见经传的体检中心,已经成为全国健康管理示范基地、中国健康产业联盟副主席单位、中国健康体检数据源收集单位及重庆市健康管理学会主委单位。如今,这个军队医院体检机构年体检量突破20万人次,质量和数量稳居全国专业体检机构前列,为无数军民送去健康和健康生活的理念!



军中天使送健康

第三军医大学西南医院健康管理中心创新发展纪实

□ 本报记者 张强 通讯员 何雷 实习生 杨宏鹏

创业必须要有超前意识

宽敞明亮的大厅,面带微笑的体检护士,整洁舒适的待检区域,造型典雅的室内景观,让人们以为走进了星级宾馆。

每天到这里上班,赵小兰都觉得很有成就感,“从当初只有10个人、750平方米开始,到拥有一栋5层的体检大楼,我们经历了一个高速发展期,现在无论是环境、设备还是理念,都与当初有了翻天覆地的变化。”

很多人可能还记得,当年去医院体检一次可谓麻烦透顶,B超要挂超声科的号,验血要挂检验科的号,胸透要挂放射科的号……一次普通的体检可能要奔波一天,而且还得不到专业的指导。从专业术语来说,就是“医检未分开”。当时的西南医院也是一样,体检被分成了几个部门来完成,体检人群和就医患者未分开,门诊、干部病房等部门都承担着部分体检的职能。

为什么不能把所有的体检项目集中到一起,让体检人群可以便捷、轻松地进行检查呢?在借鉴国内外体检中心的先进经验基础上,2005年西南医院在国内率先开始组建“一站式”的健康体检中心。这个重担就交到了有着丰富体检保健经验的原老年科护士长赵小兰身上。

10个人的体检团队、750平方米的面积、配备20多套体检基本设备……2005年初,赵小兰带着大家开始了艰苦的创业。

多年以后,坐在科技日报记者面前,赵小兰感慨道:“医检未分开”是当时的现状,它不但增大交叉感染的几率,而且相对花费较多时间。“一站式”健康体检中心的建立,不但能将健康管理做出品牌,填补空白,还能更好地服务军民,具有很重要的意义。可以说,当时的院领导高瞻远瞩,很有远见,使我们成为当时国内第一批“吃螃蟹”的人。”

赵小兰是个有心人,困难都“惧怕”她。受领任务后,她从健康体检中心筹建方案、医疗设备配置,到选用专业医生,拿出一套周详的计划。她觉得,要做全系列的体检中心就要做到最好,无论是定位还是设计都要有超前意识。

“体检中心仅仅是体检吗?显然不是!它是发现和预防疾病的第一道关口,是为大众送去健康的服务机构。”深思熟虑后,赵小兰下定决心,一定要在辨病体检的基础上拓展健康管理的服务。将“筛查—评估—干预—随访”融入体检工作全流程,对客户的潜在疾病风险进行筛查、评估、干预和跟踪管理,整合西南医院强大的医疗资源,给大众提供更方便,更快捷,更专业的个性化健康管理服务。

就在那个时期,国外管理的概念开始进入中国。健康管理是指一种对个人或人群的健康危险因素进行全面管理的过程,其宗旨是调动个人及集体的积极性,有效地利用有限的资源来达到最大的健康效果。

回过头看,赵小兰对体检中心服务的拓展,其实也是对客户健康进行管理的体现,她不知不觉成了中国最早一批“吃螃蟹”的人。

健康管理的扎实实践者

“这次体检没有发现大家有重大疾病,说明大家健康都保持得很好,恭喜大家。但是,有几个问题是很多人普遍存在的,比如

高血脂、脂肪肝、颈椎病,这说明很多人平时没有养成良好的运动习惯、饮食习惯……”

10月16日下午,该中心医生王小芳给贵州桐梓县烟草公司的员工上了一堂健康管理课。风趣的开场白、通俗的讲解,让员工受益匪浅。一个小时的课上完了,大家还是意犹未尽,围到王小芳身边问这问那。

这次课实际上是该中心对团队体检单位推出的一种检后健康管理服务。自2009年该中心在重庆率先推行团队健康管理后,赵小兰就带领大家把健康教育理念应用到其中。中心每年接待体检单位约2600个,他们对大部分单位上了团队健康分析报告课,包括团队体检结果汇总、不同性别、年龄阳性结果发病的比例、对阳性结果发病的病因分析、需进一步检查的方案、对单位促进员工健康的决策建议、针对不同职业人员的健康促进计划等。

时间回到5年前,2009年11月13日,全国健康管理领域级别最高的会议,第六届中国健康管理产业论坛在北京召开。虽然受到大会邀请,但当时的赵小兰在国内还名不见经传,偌大的会场只有同行的少许人认识,他们的团队只能坐在会场的后面,看着一位位知名专家在台上作报告。

这次会议给赵小兰触动很深,她暗下决心,“一定要在最短时间里让西南医院体检中心进入全国健康管理一流方阵!”

回去之后他们反思了很多。那时候,健康管理在全国正处于一个摸索阶段,没有成熟的路子可走。要想推进学科发展,就必须摸着石头过河。

赵小兰以西南医院体检中心为健康管理学科建设试点,大胆创新,在重庆率先开展了会员健康管理服务。对健康管理模式进行一种探索和实践。他们专门成立了健康管理团队,对会员进行了检前完整健康问卷调查、个体化体检项目设置、检中全程一对一导检,检后为每位会员进行科学合理的疾病风险评估,制定健康促进计划,配备专属医师和健康管理员对其进行24小时健康咨询、全程跟踪随访,开展了针对高血压、糖尿病、心血管疾病的慢病管理,同时将功能医学、基因检测项目等亚健康及遗传风险项目引入疾病风险早期筛查中。

记者了解到,会员健康管理服务和团队健康管理就是健康管理的一次完美的实践。赵小兰和她的团队,在国内外先进经验的启发下,不断完善健康管理各项工作,让健康管理内涵建设真正落地,初步形成了个体化健康管理的工作模式。

种下种子,收获果实。短短时间,赵小兰和她的团队的工作实践便受到了国内同行的关注,越来越多的人开始认识她,开始到这里参观学习。2010年,这个中心成为中华医学会健康管理学分会首批全国健康管理示范基地,这项殊荣全国仅20家单位获得。

也就是从那时起,赵小兰开始从听众席走上了讲台,多次受邀在全国性会议上发言,西南医院人的身影也越来越频繁地出现在健康管理学科建设的各大舞台上!

向科学研究要战斗力

健康管理学科要发展,除了不断实践外,还必须要有科研课题的支撑,必须对未来健康管理的发展进行前瞻研究。

2005年,几乎全国的体检中心都还停留在“原始”的工作状态,体检项目和结果都需要医生用笔来填写,工作效率很低。即便有信息化也大多只是内部使用,使用的健康与体检信息系统大部分还是单机版,仅录入体检结论,是手工体检表的计算机实现。

“信息化是未来的发展方向,现在没有不等于未来用不上,信息化必须上!”2005年6月,新体检中心成立刚刚一个月,赵小兰争取了上级的支持,开始建立健康体检信息系统。与其他单位不同,这个系统从一开始便与医院的医疗管理系统连在一起,而且



体检中心和医疗系统的数据可以互相传递。这样做是为了一旦客户在体检中发现健康问题,方便客户在医院就诊,避免各种医技检查报告的重复录入。同时,这套系统还成为当年西南地区唯一一家与部队“军字一号”信息库联网的体检机构。很多医院的体检中心前来参观“取经”。

2008年,第三军医大学西南医院牵头申报了国家科技支撑计划课题——“国人健康管理信息系统体检中心示范与应用研究”,而赵小兰团队承担了该课题。这也使该中心成为当时西南地区唯一一家获得国家科技部重点课题的体检机构。

如今,经过几年的补充完善和国家课题的支撑发展,这套系统可以以体检号为唯一标识建立体检人员个人档案;分类阳性汇总、新发病例、患病率汇总及单位健康状况分析报告;自动生成格式统一、内容详尽的分析入院病历和体检报告;自动体检预约登记管理,登记体检人员的基本信息、预约体检项目和体检时间,自动打印体检指引单和相关检测的条码标签;内置专家评测功能,可以自动生成体检阳性结果、诊断、建议和生活指导。

每天面对大量的体检人群数据,如何充分挖掘数据为体检中心及相关临床科室提供有效数据开展科研,是赵小兰一直在思考的事情。

2010年,她带领团队设计了第一份受检人群基本信息的手工问卷。这份问卷包括了受检个体的一般信息、目前健康状况及家族史、膳食情况、生活方式、环境评估等内容。2013年,他们又参与了全国多中心课题“糖尿病风险人群筛查及早期干预多中心研究”的糖尿病问卷设计。如今,作为全国健康体检数据收集源单位,他们收集的有效体检数据位列全国前列。

同时,在信息系统的基础上,他们建立了完善的标准化管理信息采集系统,建立了120万人次的电子档案库,这些档案为体检

中心及相关临床科室开展科研课题提供了大量数据,有力支撑了全国健康管理科研课题的发展。特别是,随着移动互联网正全方位改变人类的生活方式,健康管理迎来新的机遇和挑战。为更好的整合医疗资源,2013年他们开始将移动互联网信息系统与体检系统相融合,为受检人群提供了更方便、更快捷、更专业的个性化健康管理服务,为科研工作提供了强大的支撑。实现了资源共享,成果转化,自主申报大型课题,发表学术论文;对多中心课题研究团队实现了课题培训标准化、学术信息同步共享、适时掌握课题进度。

通过此平台的建设使体检客户享受到了最大利益,实现了体检中心健康管理全程信息化服务,实现了健康管理学科研究课题目标成果转化。

在此基础上,2013年赵小兰带领团队迈开了新的步伐,积极参与由中华医学会牵头的多中心课题研究。5月,第一个全国多中心课题“糖尿病风险人群筛查及早期干预多中心研究”启动会暨培训班“由中心承办在重庆成功举行;7月,全国多中心课题“糖尿病风险人群早期筛查和早期干预研究”在中心运行;8月,全国多中心课题“中国超重肥胖人群减重研究”在中心运行。

同年,在第七届健康管理产业论坛上,赵小兰作为嘉宾在主场发言,西南医院健康管理学科建设迈进了全国一流方阵!

服务创新确保核心竞争力

2010年底,中心四、五楼投入使用,当时的年体检量已经达到16万人次,体检毛收入接近1个亿,而体检市场的竞争也更加激烈。很多医院为了抢占市场,不惜打起了价格战,一两块钱甚至几十块钱做全套体检的广告比比皆是。

“我们是不是也要降低价格?”一次中心会议上,有人这样提议。赵小兰略一沉吟,



说:“我们决不能打价格战,如果一旦降低价格,我们就不得不缩减成本,那么我们引以为傲的质量和就会大打折扣,这不是我们的初衷。我们的核心竞争力应该是为客户提高质量、个性化的服务,将健康管理做成全国一流的品牌!”

“健康管理云服务平台”就是赵小兰主导的一项重头戏——打开手机,轻轻一按,普通人也可享受了预约体检、取阅报告,到信息咨询、点名专家,再到营养搭配、运动管理等系列健康管理服务,整个过程快捷、方便。

10月16日,记者在这里采访,正巧碰到一位使用手机预约体检的客人,他告诉记者,自己在这里体检已经几年了,自2013年这个平台上线后,他就第一时间下载使用了这个客户端,“应该说用手机来进行体检,比以往方便多了,就连体检报告我都可以网上领取,节省了不少时间。”

按照赵小兰的设想,这套系统将除了不断完善各项功能外,还要把全国健康管理领域的相关专家都集中起来,让使用者轻轻点击,便可与专家进行沟通,享受高质量的服务,“这应该是一种全新的服务方式,我们也期待它可以在一定程度上改变人们的生活方式。”

他们还建立了个性化健康管理模式,中医治未病中心就是其中一个范例。中医历来重视疾病的预防,即通过一定的防治手段以阻断疾病发展,从而使这种潜病态向健康方向转化。体检中,他们经常会遇到这样一些亚健康状态的人,存在身体不适,但又查不出病因,他们同中医科联合进行中医体质辨识,制定个性化中医调养方案,取得了很好的效果。

运动管理中心也是个性化健康管理模式的极好实践。今年9月,这个中心率先成立了运动管理中心,将医学与运动管理科学结合,开创了“医体新模式”。生命在于运动,运动在于科学。那么什么样的运动是科学的运动?不同生理阶段的人群和不同身体状况的人群应如何进行运动?运动时应注意哪些事项?……对于客人的不同需求,比如糖尿病、脂肪肝、高血脂等等,这里都能给出科学的运动方案。

在这里采访,记者看到服务创新的火花频频闪烁——他们在会员制服务和团队健康管理中,推行检后健康状态分析,开展健康讲座;建立检后绿色通道,对体检中发现疾病的客人,优先挂号、安排专家会诊、优先安排住院和手术;为当地媒体提供基于自己

庞大数据调查统计出的疾病谱,同时针对不同人群和季节,展开健康科普讲座等;率先、全面开展功能医学检查、基因检测、非药物体重干预、肿瘤筛查等新业务;开展对糖尿病、肥胖症、高血压、高血脂症四类常见慢病的管理……

为军民提供高质量服务

2013年8月,赵小兰参加西南医院“红色军医到边疆”专家医疗队抵达新疆总装某基地。戈壁医疗所内,医疗队专家认真询问战士病情,小病现场诊断,疑难病马上联系转诊。

与战士交流时,发现由于长时间坚守哨所,孤独和单调的自然环境严重影响了战士的心理健康,医疗队建议医院后期派驻心理辅导专家,配合基地各医疗单位采取多种形式的心理疏导,帮助驻守边疆的战士们科学调节心理卫生,做好心理保健。

作为部队医院的健康管理中心,就必须全力为部队服务。从老年科调入这里后,赵小兰始终没有忘记这一点。

2011年5月20日,他们派专车把在重庆作巡回报告的西沙“十佳哨兵”请到中心,为他们进行健康体检。“十佳哨兵”长期在西沙工作,不同程度地患上了海岛病,体检中心就专门邀请了专家为他们制定健康管理方案。其实,除了他们,只要有需要,青藏兵站部和驻地的官兵都能享受到类似服务,同时体系部队的每名官兵都可以享受到专业的健康管理服务。

赵小兰常说,体检行业从本质上来说是服务业,在竞争日益激烈的体检行业,科室要发展,杜绝医疗隐患,强化服务意识是关键。

在硬件设施已达到一流水平的基础上,中心下大力气狠抓软件设施——医疗质量和客户服务意识的建设。中心成立了医疗质量控制小组,对阳性结果全面实行双盲复核,对容易出现漏诊误诊的超声和放射,加强业务人员的业务培训和技能的提高,减少误检率;规划了20余台设备增至120台先进设备,总价值超过5000万元。

同时,这个中心学科建设的业绩也像滚雪球越滚越大:2012年获得中国健康促进基金会授予的“全国健康管理示范基地”、健康产业联盟副主席单位及全国多中心课题研究单位。2013年获得中华医学会健康管理学分会及中国健康促进基金会联合颁发的首批“全国健康管理示范基地”,这项殊荣全国军队医院仅3家。而赵小兰也获得了健康管理领域个人最高奖项——健康管理学科与机构建设个人贡献奖。2014年,第四届全国健康管理示范基地建设研讨会上,赵小兰又获得自我健康管理优秀奖,并作为两家健康管理示范基地之一的代表在大会上作经验分享。

舒适的环境,强大的实力、高端的设备以及良好的服务,使这个中心成为西南地区年体检人次最多的体检机构,客户满意率达95%以上。军中天使送健康,赵小兰和她的团队不正是这样一群为军民健康福祉而奋斗的人吗?