



Illustration of
Chronic Disease Management

慢病管理 实务图解

吴一帆 邹 涛 主编
刘旭生 林美珍 主审

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

慢病管理 实务图解

吴一帆 邹涛 主编

刘旭生 林美珍 主审

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

· 北京 ·

慢性非传染性疾病简称慢性疾病或慢病,疾病迁延难愈,甚至可能伴随终身。慢病管理是一个基于患者、医师、护士等专业人员共同合作而建立的慢性疾病防治模式。本书内容介绍了慢病管理的基本理论、信息登记与硬件建设、患者检测与评估、慢病管理推广与社区延伸等慢病管理基础知识;具体介绍了高血压病、糖尿病、慢性肾脏病、中风患者的慢病管理基本流程及中医养护等知识,并通过图片演示患者如何在家中康复活动。

本书内容着重在于提高医护人员及慢病患者的慢病管理相关知识和技能,有效控制病情、提高患者生存质量。适合从事慢病工作的医护人员、慢病患者及家属阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

慢病管理实务图解 / 吴一帆, 邹涛主编. —北京:
化学工业出版社, 2018.6

ISBN 978-7-122-31900-5

I. ①慢… II. ①吴… ②邹… III. ①慢性病-防治-
图解 IV. ①R4-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第069077号

责任编辑: 陈燕杰

责任校对: 王素芹

装帧设计: 关 飞

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 高教社(天津)印务有限公司

710mm×1000mm 1/16 印张13¼ 字数210千字 2018年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 85.00 元

版权所有 违者必究

编写人员名单

主 编 吴一帆 邹 涛

副 主 编 邓丽丽 陈燕华 傅立哲 张 园 彭苏元

编写人员（以姓氏笔画排序）

王怡琨	韦舒妍	邓丽丽	叶美琴	伦龙威	刘 惠
刘 曦	李咏文	杨雯荔	吴一帆	吴樱英	何嘉炜
邹 涛	张 园	张 敏	陈燕华	范 英	林基伟
罗 立	秦新东	夏金金	党晓晶	唐 芳	黄家晟
黄 琼	黄静梅	梁珏瑶	揭西娜	彭苏元	傅立哲
谭教旺					

主 审 刘旭生 林美珍



前言

随着社会的发展,人口老龄化问题加剧,慢性非传染性疾病发生率快速上升,已成为威胁我国乃至全世界居民健康的主要问题。

慢性非传染性疾病简称慢性疾病或慢病,其治疗不同于急性疾病,有自身的特点:①疾病迁延难愈,甚至可能伴随终身。②治疗的目标是控制病情,而不是治愈疾病。③疾病的发生、发展与不良生活习惯密切相关,疾病有效控制的关键在于纠正不良生活习惯,而不单纯只是用药。

因此,为了提高医疗服务效率和管理水平,国内外正在积极探索医疗卫生体制的改革,以更好地适应慢性疾病治疗,这场改革中,一个重要的概念就是慢病管理。

慢病管理是一个基于患者、医生、护士和其他学科专业人员共同合作而建立的慢性疾病防治模式。针对慢性疾病发生、发展各个阶段采取相应措施,以团队合作的形式共同对抗疾病,其基本理念是“自我管理”。该理念认为,慢性疾病防治中,患者应该掌握改变不良生活习惯的知识技巧,掌握疾病和用药的各种必要知识,掌握与医护人员有效沟通的技能,积极主动防治疾病,成为对抗疾病的主角。医护人员以教练员的身份陪伴终身,通过与患者反复沟通,持续教育和正确引导,提高患者的自我管理能力和减少疾病发生、发展的相关危险因素,有效地控制疾病发展,同时减少用药,减少个人社会经济负担。这一理念在国外已有较成熟的模式,带给慢性疾病患者很多帮助,近年来在国内也逐渐兴起。

2012年,我国15个部委联合发布《中国慢性病防治工作规划(2012—2015年)》,这是我国第一个国家级慢性病综合防治规划。截至2012年年底,全国已有30个省份累计创建了140个国家级慢性病综合防控示范区;由原卫生部、全国爱国卫生运动委员会办公室和中国疾病预防控制中心联合发起的全民健康生活方式行动已覆盖全国62.6%的县(区)。目前,由于缺乏

统一的慢病管理标准和规范，各地区慢病管理机构所提供的服务和技能水平参差不齐，影响了慢病管理的质量。广东省中医院从2009年开展慢病管理，通过不断摸索，积累了较丰富的慢病管理经验，并撰写发布了与慢病管理相关的首个健康教育地方标准。

为了尽快提高广大医护人员开展慢病管理的水平，让慢病患者获得规范和优质的医疗服务，我们组织编写了本书。本书编写人员均为从事慢病管理第一线工作的医护人员。可以说，本书内容是编写团队多年慢病管理的经验总结，着重在于提高医护人员对慢病管理相关知识和技能的理解及认识，内容丰富、视角独特，注重临床实操性，力求使所编写的内容具有科学性、实用性。

由于编者水平有限，书中难免有疏漏之处，请广大读者批评指正。

编者

于 广东省中医院

2018年3月

目 录

第一篇 基础篇

第一章 慢病管理理论与概述 / 003

第一节 慢病管理的由来 / 003

一、慢性疾病的概念 / 003

二、慢病管理的概念 / 003

三、慢病管理的由来 / 004

第二节 慢病管理的核心意义 / 005

第三节 慢病管理团队的构建和管理架构 / 007

一、慢病管理团队的构建 / 007

二、慢病管理架构 / 008

第四节 慢病管理场地要求 / 010

一、大型慢病管理中心 / 010

二、依托社区为主的慢病管理 / 010

三、网络慢病管理中心 / 011

第二章 信息登记与硬件建设 / 012

第一节 慢性疾病患者信息登记管理的基本要求 / 012

一、基本概念 / 012

二、目的和意义 / 012

三、基本内容 / 013

四、基本要求 / 013

第二节 信息登记的基本流程 / 014

一、填写说明 / 014

二、档案编码方法 / 015

三、档案整理 / 016

第三节 信息登记的相关硬件建设 / 016

一、档案室设施建设的基本原则 / 017

二、档案室的建设 / 017

第四节 知情同意的重要性与规范语言的使用 / 018

一、知情同意的概念 / 018

二、知情同意的现实意义 / 018

三、知情同意规范语言的使用 / 019

第三章 随访与软件和硬件建设 / 020

第一节 慢性病患者随访的基本要求 / 020

一、随访的分类 / 020

二、随访的基本要求 / 021

第二节 慢性病患者随访基本流程 / 023

一、首次随访 / 023

二、规律随访 / 024

第三节 随访的相关硬件和软件建设 / 024

一、随访的硬件建设 / 025

二、随访的软件建设 / 025

第四节 慢性病患者随访的沟通技巧与规范语言使用 / 027

一、慢病患者随访的原则 / 027

二、慢病患者随访的方式 / 027

三、慢病患者随访的沟通技巧 / 028

四、慢病随访规范语言的使用 / 031

第四章 培训与健康教育 / 033

第一节 慢病健康教育基本要求 / 033

一、健康教育 / 033

二、健康教育对象 / 035

三、健康教育团队 / 036

四、健康教育内容 / 037

五、健康教育途径 /	038
第二节 健康教育流程图及说明 /	039
一、健康教育需求的评估 /	040
二、制订健康教育计划 /	041
三、提供健康教育资料 /	042
四、设置健康教育宣传栏 /	042
五、开展健康义诊咨询活动 /	042
六、举办健康知识讲座 /	042
七、开展个体化健康教育 /	043
第三节 健康教育处方在慢病管理中的运用 /	043
一、健康教育处方 /	043
二、健康教育处方的原则 /	044
三、实施健康宣教处方流程 /	045
第四节 慢病教育效果的反馈与评估 /	046
一、评价内容 /	046
二、评价方式 /	046
三、效果评价参考表格 /	047
第五节 健康教育的沟通技巧 /	048
一、健康教育遵循的原则 /	048
二、健康教育的方式 /	050
三、健康教育的沟通技巧 /	055

第五章 患者检测与评估 / 056

第一节 疾病的检测与评估 /	056
一、慢性疾病的检测 /	056
二、慢性疾病的评估 /	056
第二节 慢性病患者营养评估基本流程 /	057
一、询问患者的疾病史和膳食史 /	058
二、测量和检查患者的体格 /	058
第三节 慢性病患者心理评估流程 /	064
一、慢性病的心理病因学研究 /	064
二、慢性病心理评估的概述 /	065
三、心理评估流程 /	066

第四节 慢性疾病中医体质评估基本流程 / 068

一、中医体质的概述 / 068

二、中医体质评估 / 070

第五节 慢性疾病患者评估的沟通技巧 / 074

一、慢病患者评估的原则 / 074

二、慢病患者评估的沟通技巧 / 074

第二篇 提高篇

第六章 质量评价与反馈 / 079

第一节 质量评价与反馈的基本要求 / 079

一、概念及目的 / 079

二、原则 / 079

三、基本要求 / 083

第二节 质量评价与反馈的基本流程 / 083

一、质量管理方法 / 083

二、质量管理评价的工作与方法 / 084

第三节 问题的发现与解决 / 090

一、发现问题 / 090

二、解决问题 / 091

第七章 慢病管理推广与社区延伸 / 092

第一节 三甲医院慢病管理模式 / 092

一、慢病管理团队 / 092

二、慢病管理的临床路径 / 093

三、患者教育与支持 / 093

四、完善的服务流程 / 093

第二节 三甲医院慢病管理向社区的推广及延伸 / 094

一、社区卫生服务机构是开展慢病管理的重要场所 / 094

二、稳定的慢病管理团队是开展慢病管理的基础 / 095

- 三、三甲医院对社区医院慢病管理的支持 / 095
- 第三节 三甲医院和社区医院的双向转诊 / 096
 - 一、三甲医院和社区医院是基础 / 096
 - 二、双向转诊的途径 / 097
 - 三、双向转诊的制度保障 / 098

第八章 数据管理的过程 / 099

- 一、数据采集 / 100
- 二、数据记录 / 101
- 三、数据存储 / 101

第九章 慢病管理与临床科研 / 102

第一节 临床科研课题执行的基本要求 / 102

- 一、研究人员的培训 / 102
- 二、研究过程中的质量控制和质量保障 / 102
- 三、建立良好的医患关系 / 103
- 四、数据的收集和管理 / 103
- 五、档案保存与管理 / 103
- 六、知情同意 / 103
- 七、随访 / 104
- 八、临床试验用药管理 / 105

第二节 慢病管理中执行临床科研课题的优势 / 105

- 一、提高知情同意效率 / 105
- 二、提高受试者招募效率 / 106
- 三、提高患者入组率 / 106
- 四、便于实施临床试验 / 107
- 五、建立更加完善的随访机制，提高随访率 / 107
- 六、完善患者诊疗信息 / 108
- 七、验证和提高数据质量 / 108
- 八、实现数据实时共享和数据的再利用 / 108

第三节 临床科研一体化在慢病管理中的体现 / 109

- 一、一体化的概念 / 109
- 二、临床医疗功能的拓展 / 109
- 三、临床科研功能的提升 / 109
- 四、疾病管理功能的体现 / 110

第三篇 实践篇

第十章 高血压病患者的慢病管理 / 113

第一节 高血压病患者慢病管理基本流程 / 113

- 一、评估 / 113
- 二、签署知情同意书 / 113
- 三、纳入高血压病慢病管理系统 / 114
- 四、定期复诊并参加各种健康宣教讲座等活动 / 114
- 五、病情变化时可随时联系高血压病慢性门诊随访电话, 及时安排就诊 / 114

第二节 高血压病患者健康教育要点 / 114

- 一、高血压健康教育的方式 / 115
- 二、高血压病健康教育的内容及要点 / 116

第三节 中医适宜技术 / 127

- 一、根据中医体质辨证施膳食 / 127
- 二、中医辨证分型 / 128
- 三、中医辨证施治 / 129
- 四、修身与运动 / 130
- 五、中医特色治疗 / 131

第十一章 糖尿病患者的慢病管理 / 133

第一节 糖尿病患者慢病管理基本流程 / 133

第二节 糖尿病患者健康教育要点 / 135

- 一、糖尿病健康教育的方式 / 135
- 二、糖尿病健康教育的内容及要点 / 137

第三节 中医适宜技术 / 142

- 一、根据中医体质辨证施膳食 / 142
- 二、推荐的运动导引方法 / 144
- 三、中医特色治疗 / 144
- 四、中药丹参离子导入 / 146
- 五、中医辨证针灸治疗糖尿病肥胖患者 / 146

第十二章 慢性肾脏病患者的慢病管理 / 148

第一节 慢性肾脏病患者慢病管理基本流程 / 148

- 一、拟定纳入排除标准 / 149
- 二、分层管理标准 / 149
- 三、循环内管理流程 / 149
- 四、循环转组标准 / 151
- 五、结案标准 / 151
- 六、重新纳入 / 152

第二节 慢性肾脏病患者健康教育要点 / 152

- 一、健康教育原则 / 152
- 二、营养健康教育要点举例 / 153

第三节 中医适宜技术 / 155

- 一、根据不同分期给予中医药膳 / 155
- 二、推荐的运动导引方法 / 156
- 三、中医特色治疗 / 156

第十三章 中风患者的慢病管理 / 158

第一节 中风患者慢病管理基本流程 / 158

- 一、在患者充分知情和自愿基础上纳入慢病管理 / 159
- 二、中风患者档案建立和资料采集 / 159
- 三、患者的分层管理 / 160
- 四、管理方案 / 161

第二节 中风患者健康教育要点 / 161

- 一、中风高危因素的管理 / 161

二、常见症状的管理 / 163

三、常见并发症的管理 / 168

四、常用药物的管理 / 170

第三节 中风患者居家布置和居家照护 / 171

一、家居布置 / 171

二、家中康复 / 176

第四节 中风中医适宜技术 / 195

一、中药外洗 / 195

二、中药药枕 / 195

三、通腑醒神液保留灌肠 / 196

第一篇

基础篇

第一章

慢病管理理论与概述

第一节 慢病管理的由来

一、慢性疾病的概念

慢性疾病（简称慢病）是指一种长期存在的疾病状态，表现为逐渐的或进行性的组织器官结构病理改变或功能异常，其特点是起病隐匿，病因复杂，病程长（大于3个月），疾病后期的致死率、致残率高，与不良生活方式密切相关，主要包括慢性传染性疾病和慢性非传染性疾病。目前我国各种政策规定和实验研究中，慢病的管理对象是“慢性非传染性疾病”，包括恶性肿瘤、心脑血管疾病、糖尿病及代谢性疾病、慢性阻塞性肺疾病、慢性肾脏病、骨质疏松、神经精神性疾病等。

二、慢病管理的概念

慢病管理（chronic disease management, CDM）是指组织慢病专业医师、药师及护理人员，为慢病患者提供全面、连续、主动的管理，以达到促进健康、延缓慢病进程、减少并发症、降低伤残率、延长寿命、提高生活