

文章编号:1004-9231(2010)11-0558-02

· 慢性病防治 ·

某单位职工健康体检结果分析

武晓琴 (江苏省苏州市疾病预防控制中心, 江苏 苏州 215004)

近年来,随着生活条件的改善,人们的健康意识也在提高,体检已成为人们掌握自身健康情况的重要手段。为了解本单位职工的健康状况,现对2009年250名在职及退休职工的体检资料进行分析,结果报道如下。

1 对象与方法

1.1 对象

250人均于2009年在我中心进行体检的本单位在职及退休职工。其中男性119人,女性131人;21~40岁81人(男36人,女45人),41~60岁104人(男45人,女59人),61岁及以上65人(男38人,女27人),平均年龄57.8岁。

1.2 方法

体检当日早晨空腹,采静脉血检测血常规、肝功能、肾功能、血脂、乙肝病毒指标等,并留晨尿行尿常规检测;另外,进行腹部B超、骨密度检测、口腔科等检查。

1.3 诊断标准

高血糖:空腹血糖(FPG) ≥ 6.4 mmol/L;

高血脂:三酰甘油(TG) ≥ 1.70 mmol/L;总胆固醇(TC) > 6.70 mmol/L;

高血压:收缩压 ≥ 140 mmHg,舒张压 ≥ 90 mmHg;

骨质密度减低:T值低于-1时为骨质密度减低;

牙结石:牙齿上可见黄色、棕色或黑色牙垢;

牙龈炎:单纯性牙周炎常无自觉症状,龈上及龈下常有较多结石附着,牙龈呈暗红色,轻度水肿,有牙周袋,挤压时有脓液溢出;

前列腺增生:超声测量底部横径 > 4 cm,纵径 > 3 cm,前后径 > 2 cm;

乳腺小叶增生:超声示乳腺组织局部增厚及大小不等的结节。

2 结果

2.1 基本概况

250名职工中,牙结石/牙龈炎(47%)和高血脂(44%)的检出率最高,其他由高到低依次为骨质密度减低(33%)、尿常规异常(27%)、乳腺小叶增生(25%)、高血压(23%)、前列腺增生(18%)和高血糖(12%)。

2.2 各项异常检出率的性别年龄分布

高血压、高血脂、高血糖、骨质密度减低、前列腺增

生、尿常规异常的检出率随着年龄增长呈递增趋势,男性和女性各年龄组均有明显差异;60岁以上组老年人群中常见检查项目的异常检出率明显升高。骨质密度减低比例男性明显高于女性(表1)。

表1 不同性别年龄人群异常检出率(%)

异常项目	男性				女性			
	21~	41~	61~	合计	21~	41~	61~	合计
高血压	11	18	45	24	0	20	59	21
高血脂	28	51	55	45	22	49	63	43
高血糖	6	7	24	12	0	3	56	13
骨质密度减低	0	29	97	42	2	20	74	25
牙结石/牙龈炎	44	49	53	49	51	34	63	46
尿常规异常	14	20	50	28	9	27	52	26
前列腺增生/乳腺增生	0	11	42	18	31	27	11	25

3 讨论

定期对职工进行健康检查十分重要,尤其是40岁以上人群,检查项目异常的检出率较高,应引起高度重视。

本次体检检出高血压57人,占体检总人数的23%。预防建议:注意劳逸结合,保持心境平和;坚持有氧运动;戒烟限酒;少吃盐;控制体重;积极进行正规治疗。检出高血脂110人,占总人数的44%。防治建议:低脂、低能量、低糖饮食;限制动物性脂肪摄入;多吃蔬菜、水果和富含纤维素的食物,提倡吃八分饱;持之以恒,坚持有氧运动,有利于降低血脂、减肥、降血压、预防糖尿病和血栓形成。检出高血糖31人,占体检总人数的12%。防治建议^[1]:糖尿病患者要积极进行规范化治疗;调整饮食,控制能量摄入,进行自我监测;改变不良生活方式,戒烟酒,加强运动。运动可增强机体对胰岛素的敏感性,有助于降低血糖和血脂^[2]。

检出骨质密度减低83人,占体检总人数的33%。导致骨质密度减低的原因很多,钙的缺乏是被大家公认的因素。骨质疏松症患病率随着年龄的增加而升高,是影响中老年人生活质量的常见病。通常女性骨质疏松症出现时间早,骨量丢失快,骨质疏松症患病率女性明显高于男性^[3]。但本文结果显示,男性的骨质密度减低率高于女性,可能与本单位男性职工日常普遍饮酒较多有关,有报道经常饮酒可以引发骨质疏松^[4]。饮酒可能是本单位男性职工骨质密度减低高发的主要原因之一,有待进一步观察。

检出牙结石/牙龈炎118人,占体检总人数的47%。

作者简介:武晓琴(1960—),女,主管医师。

文章编号:1004-9231(2010)11-0559-02

· 慢性病防治 ·

针对健康危险因素改进健康检查方案探讨

许津 (苏州大学附属第一医院, 江苏 苏州 215006)

本文引用健康管理的理念, 针对体检中发现的健康危险因素, 提出改进体检方案的建议。

1 对象与方法

1.1 对象

对象为2006年体检的某系统公职人员2100人、机关干部929人和2个社区的居民928人, 共3957人。

1.2 方法

1.2.1 体检项目 包括体质指数(BMI)、腰围、血压、血糖、血脂(含总胆固醇、三酰甘油、高密度脂蛋白、低密度脂蛋白)测定等。判定标准分别按国家有关肥胖、高血压、糖尿病、血脂异常等防治指南的规定执行。

1.2.2 问卷调查 按设定的问卷表进行生活方式的调查, 应用北京耀华康业科技发展有限公司知己健康危险因素评价软件进行评价。

① 饮食结构: 依据中国营养学会制定的膳食宝塔记分分级判定饮食结构是否合理。

② 体力活动: 参照卫生部疾病控制司《慢性非传染性疾病预防医学诊疗规范》中表1、2与工作有关的体力活动和工作以外的体力活动, 制定记分标准分级判定体

力活动是否缺乏。

③ 饮酒过量: 饮酒每天超过30g酒精为饮酒过量。

④ 熬夜: 半夜0点以后睡眠为熬夜。

2 结果

2.1 不良生活行为方式的比较

在3类人群中, 不良生活行为方式的比较以某系统公职人员为最高, 其膳食结构不合理、体力活动不足、吸烟、饮酒过量、经常熬夜等5种不良行为的比较, 分别为70.5%、66.2%、52.2%、20.5%、35.0%; 干部的膳食结构不合理、吸烟、饮酒过量、熬夜的比较明显高于居民, 体力活动不足的比较低于居民(表1)。

表1 不良生活行为方式的情况

生活行为方式	某系统公职人员		干部		社区居民	
	人数	百分比 (%)	人数	百分比 (%)	人数	百分比 (%)
膳食结构不合理	1480	70.5	595	64.0	384	41.4
体力活动不足	1390	66.2	312	33.6	424	45.7
吸烟	1096	52.2	282	30.4	103	11.1
饮酒过量	430	20.5	87	9.4	11	1.2
经常熬夜	736	35.0	76	8.2	42	4.5

作者简介: 许津(1959—), 女, 主管护师, 学士。

牙石是牙菌斑最好的停留部位, 牙石本身容易吸附更多的细菌毒素。这些细菌及其毒素和牙石的局部长期刺激, 可使牙龈发生炎症, 出现牙龈组织的水肿、充血、牙龈缘糜烂、易出血。应定期采用洁治术(俗称洗牙)彻底清除牙石, 控制菌斑。同时, 为保持和巩固疗效, 必须坚持每天认真和合理地刷牙, 彻底清除牙菌斑^[5]。

体检发现乳腺增生者共计33人, 占女性人数的25%。防治建议: 进行乳腺自检, 于月经后9~11d进行, 观察乳腺包块大小、硬度; 保证规律的生活, 放松心情, 经常参加体育锻炼; 40岁以上者应每年做1次专科检查, 必要时做B超或钼靶照相检查。

体检查出21人前列腺异常, 占男性人数的18%。防治建议: 限酒, 少吃刺激性食物; 坚持运动, 局部勿受凉; 防治泌尿系统感染。

体检虽然已成为人们早期发现疾病的重要手段, 但

饮食结构调整, 加强体育锻炼, 减轻工作压力, 放松心情等有助于疾病的预防, 为身体健康打下坚实的基础。

4 参考文献

- [1] 陆萍静. 长春市某企业员工健康状况及健康教育策略研究[DB]. 中国优秀硕士学位论文全文数据库, 2009, (7): 3610-3658.
- [2] 刘士梅. 血脂异常的生活方式治疗及护理干预[J]. 黑龙江医药, 2007, 20(6): 658-660.
- [3] 汪明星, 房明亮, 王建强, 等. 徐州地区1572例健康人群骨密度和骨质疏松症调查[J]. 徐州医学院学报, 2010, 30(3): 167-170.
- [4] 王义生, 杨春喜. 酒精性骨质疏松症研究进展[J]. 河南医学研究, 2007, 16(1): 77-83.
- [5] 余哲, 韩宁, 范勇斌, 等. 745例老年患者的口腔疾病调查[J]. 中华老年口腔医学, 2007, 5(3): 146-147.

(收稿日期: 2010-06-03)