

健康小屋筑牢健康防线

为强化群众的健康教育，增强群众的健康意识，监测群众的身体状况，活跃群众文化生活，于田县卫生健康委员会在各级医疗卫生机构打造高质量、高标准的健康小屋，有利于医疗机构发挥“防、治、保、康、教”五位一体的职能，进而提高居民的健康水平。目前，全县各级医疗卫生机构已有17个健康小屋向群众开放，提供便捷的健康服务，筑牢健康防线。

一是小屋设施配备齐全。健康小屋配备血压计、血糖仪、检测身高、体重的电子测量一体机等设施设备，并配有跑步机、跳绳、羽毛球、乒乓球等体育器材，健康小屋设施设备齐全。



二是健康宣教入脑入心。健康小屋内设有健康文化墙，“健康小屋”的展架上摆放各种健康知识手册和养生书籍，方便群众学习保健常识。并开展实操展示，由医务人员向群众展示心肺复苏、自我测量血压、血糖等操作，使群众更好地理解健康知识。



三是慢病干预指导及时。从多角度引导自主干预，在干预中以健康教育为基础，以饮食运动量化管理，能量平衡为核心，以心理健康为导向，为慢性病患者及其高危群体存在的健康危险因素进行检测评估和指导，帮助他们建立新的健康生活方式，从而达到降低血糖、血压、体重、血脂等代谢紊乱指标，实现控制疾病及其并发症的发生和发展，改善健康状况，提高生活质量。



四是健康自我管理自觉。健康小屋提供了多项健康检测、评

估、管理服务，加强高血压、糖尿病等慢性病人的管理，提供健康体检、营养咨询等服务，提高群众健康理念，让群众根据自身健康状况，自发采取合理运动、合理饮食等措施，达到健康自我管理的目的。



今后我们将进一步完善健康小屋的各类设施设备和管理制度，创新活动方式，更好地为群众服务。