

# 健康时报

人民日报社 主办

- 零售每份3元
- 国内统一刊号:CN11-0218
- 邮发代号:1-51
- 发行中心:010-65369671
- 新闻热线:010-65369721

## 爱操劳容易卵巢早衰

文见九版



权威医生在身边

03版

这些科室  
迎来暑期就诊高峰

07版

老人也要  
练肌肉

10版

大病来临  
通常不会打招呼

12版

房颤  
可防可控

■健康时报全媒体广告热线

010-65368968

编辑 田茹 美编 霍耀翠

E-mail:jksb01@jksb.com.cn



北京中医医院眼科有个儿童近视专病门诊，将“贺氏三通法”引入近视防控中，疗效显著。贺氏三通法包括微通法、温通法、强通法，缓解视疲劳，延缓近视进展。微通是通过耳穴压丸，选取与近视相关穴位进行刺激，改善睫状肌微循环、养血明目。温通是采用雷火灸对额部、眼部等穴位熏灸，达到缓解疲劳、预防近视的效果。电梅花针配合中医按摩手法，增加眼周血液循环、改善代谢。图为医生为小朋友进行温通疗法。 吕宏科摄

### ■健康中国

人人都会生病，但并非人人都会看病。任何疾病的治疗，都需要医患双方的共同努力和配合才能取得较好的效果。如果患者的医学素养没有相应地得到提高，将会影响着患者对疾病的自我评估，不利于患者对疾病的防治和管理，从而在就医方式、选择医院、遵守医嘱等方面发生偏差。对医院而言，患者亟待提高的医学素养已成为提升医疗质量的短板，严重者甚至可能会危害到医疗安全。

所谓医学素养，是指个人与医疗机构进行社会性和信息性互动的结果，

## 我们都需要提高医学素养

健康时报特约评论员 潘影妍

通过互动形成健康技能，以更好地维护和促进自身健康的能力。具体说，就是患者就自己的健康问题知道应该向谁寻求帮助，对自己所患疾病有整体了解，能听得懂医务人员的话，看得懂药物说明书，会计算服药的剂量，大致能看懂化验结果，能够因应疾病的防治做好日常生活管理等。

患者拥有较高的医学素养，可以准确描述症状，表达自己的医疗需求，了解相关医保政策，

与医生能够共同制订治疗方案，在疾病管理过程中对治疗的依从性高，因而能获得较好医疗质量。即使某些疾病的治疗目前仍未有突破性进展，也能理解医学的局限性，坦然接受，避免过度治疗。

反之，医学素养较低的患者，由于对疾病不能充分了解，往往会偏信所谓偏方，偏听伪养生专家一家之言；在选择医院和专科时走了不少弯路；就诊时也不能和医生进行有效的交流，更遑论共同制

订治疗方案了，对医嘱的理解和执行也更差，难以获得满意的治疗效果。

譬如，对糖尿病、高血压、痛风等慢性基础病的治疗需要持续监控用药和进行严格的生活管理，才能延缓病情发展，减少并发症的出现。目前医学上对这些慢性病的防治手段已十分成熟，考验的主要还是患者的医学素养。相同的疾病，近似的医疗条件，患者的医学素养不同，疾病的预后和转归也明显不同。有的患者早早

就被心脑血管疾病夺走生命或造成了残疾，有的患者却拥有较高的生活质量。

可见，患者的医学素养已成为一个影响国民健康、医疗费用、医疗质量等多方面的公共卫生问题，需要引起全社会的共同关注。

医学素养与患者的年龄、受教育程度、经济能力等密切相关，卫生行政管理部门、媒体、医院、社区、机关单位、学校应携起手，共同改善全民医学素养。如今不少医疗机构在就诊中设计制作科普视频，交互式表格提醒等，逐步提高病患对疾病的认识和管理，值得进一步推广和细化。