

2011年公卫执业医师：慢性非传染性疾病的防治 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/653/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E5_85_AC_c22_653082.htm 慢病的发生与吸烟、酗酒、不合理膳食、缺乏体力活动、精神因素等有关！慢性非传染性疾病（简称慢病）是一类与不良行为和生活方式密切相关的疾病，如心血管疾病、肿瘤、糖尿病、慢性阻塞性肺部疾病等。研究证实，慢病的发生与吸烟、酗酒、不合理膳食、缺乏体力活动、精神因素等有关。慢病具有病程长、病因复杂、迁延性、无自愈和极少治愈、健康损害和社会危害严重等特点。慢病是全球的一个重要公共卫生问题，据世界卫生组织报道，慢病是全球致死和致残的首位原因，慢病导致了全球疾病负担加重。我省居民的健康也同样面临着慢病的威胁，据2001年湖南省城乡居民主要疾病死亡构成比分析，城市居民死因位于前三位的是循环系统疾病、恶性肿瘤和呼吸系统疾病，农村居民死因顺位排在前三位的是循环系统疾病、呼吸系统疾病和恶性肿瘤。慢病的患病率呈上升趋势，据湖南省2001年高血压抽样调查结果显示，人群高血压患病率10年上升了73%，且发病年龄提前。人群中与慢病相关的主要行为危险因素暴露水平升高，成年男性吸烟率保持在较高水平，初次吸烟年龄有低龄化趋势，人们对被动吸烟有害健康还没有足够的认识。从我省居民营养调查结果看，居民营养水平全面提高，但膳食结构不合理，谷物类食品摄入减少，动物类食品摄入增加，特别是城市居民脂肪摄入所占总热能比超过世界卫生组织规定的理想比（30%）的上限。成年在职人员参加体育锻炼少，生活中半数以上的人静坐时间在5小

时以上，人群中超重、肥胖检出率逐年上升。针对这一情况，在慢病的防治中，预防显得特别重要，由于慢病往往具有共同的危险因素，因此，在日常生活中，只要改变不良行为，选择健康的生活方式，戒烟、限酒、合理膳食、进行适当的体力活动，保持心理健康，就能防止或减少多种慢病的发生。慢病诊断容易，定期进行健康检查能及早发现慢病，通过及时治疗，促进康复，减少并发症和伤残的发生，以提高生活质量。相关推荐：>2011年公卫执业医师：环境的区域性 >2011年公卫执业医师：生物浓缩 >2011年公卫执业医师：辐照食品的管理 特别推荐：>2011年公卫执业医师考试时间 >考试大纲 欢迎进入 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com