

香港紅十字會 醫護服務部

五星健康五星家

地區伙伴健康快訊



非傳染病概況

非傳染病是指各類不會傳播之長期疾病，常見的包括心臟血管病、糖尿病等。由於此類疾病的患者人數迅速增加，成為全球醫療體系一項最重大的挑戰。今期快訊將會與大家一起探討。

「五星健康五星家」團隊之聊天室 ☆

09:40am ✓✓



唉！近來身邊有幾個朋友都患咗高血壓，唔通真係年紀大機器壞？！

服務幹事
阿森



經理Eric



阿森，呢類非傳染病其實係全港，甚至全球都面對緊嘅問題嚟！



09:45am ✓✓

09:46am ✓✓

係呀！原因係現時世界上人口急速老化、健康風險嘅因素亦不斷增加！

護士
何姑娘



服務幹事
阿森



非傳染病嘅健康風險因素？好難明啲！



09:47am ✓✓

經理Eric



09:49am ✓✓

其實唔健康嘅飲食習慣、缺乏體能活動、吸煙等生活方式都屬於非傳染病嘅健康風險因素，因為呢啲不良習慣會衍生好多種非傳染性疾病。



護士
何姑娘



無錯喇！其實舉例嚟講，四種最主要嘅非傳染病包括：循環系統疾病、癌症、慢性呼吸系統疾病同糖尿病，都同Eric以上所講嘅三種主要行為風險因素有關。因為呢啲行為一般都會引致過重、高血壓同血脂高等情況而增加患病風險。而酗酒亦會增加患上癌症、心臟病嘅風險！



09:50am ✓✓

服務幹事
阿森



09:51am ✓✓

咁樣諗落，我身邊嘅朋友又的確有呢啲行為風險啲！

「五星健康五星家」團隊之聊天室

其實早前，世界衛生組織總幹事陳馮富珍都提出，心臟病、癌症、糖尿病、慢性呼吸道疾病等**非傳染性疾病已經取代傳染病，成為全球致病及致死嘅最大病因**。但同時都呼籲各國加大防治非傳染性疾病嘅力度。

護士
何姑娘



09:52am ✓✓

服務幹事
阿森



我明喇！要預防呢類非傳染病，我哋就要改善所有不良嘅健康習慣啦！



09:53am ✓✓

阿森你一講就明白當然好啦！但係有研究指出，**健康認知水平較低嘅羣組出現健康狀況欠佳嘅比例遠高於其他羣組**。所以我哋做社區健康教育，就係想要提高整體人口嘅健康認知水平，改善整體社會嘅健康狀況！

經理Eric



09:54am ✓✓

護士
何姑娘



尤其係針對常見嘅行為風險因素，如果整體社會嘅羣組都懂得**採取有效預防措施**，就可以**改善整體社會嘅健康狀況**，包括維持適中嘅體重、血壓同血脂水平，令整體人口嘅發病率都得以下降！



09:55am ✓✓

服務幹事
阿森



09:56am ✓✓

真係好有意義呀！



經理Eric



當然有意義啦！所以如果地區團體想合作，同我哋一齊推廣社區健康，包括預防傳染病同非傳染病，就可以聯絡我地嘅健康教育主任何姑娘，電話係 **3103 4067**，電郵係 chep@redcross.org.hk，佢可以提供更多資料俾大家，亦可以**商討健康講座、健康檢查或者借用以健康為題嘅展板同遊戲架**！

09:59am ✓✓

參考資料：http://www.change4health.gov.hk/tc/resources/publications/framework_plan/index.html

好消息



香港紅十字會醫護服務部的**Facebook**專頁已正式運作。我們將通過不同的急救謬誤及生活冷知識，使急救及健康推廣變得更大眾化。當然，大家的支持亦是最重要的一步！請即登入 **Facebook** 專頁 www.facebook.com/HKRC.Health 俾個

Like

啦！

