

近两年来,个人自费体检的人数和费用都有明显上升,部分宁波人不惜高价赴上海、北京体检,更有甚者远赴美国、日本等国体检

体检,真的越多越好越贵越好?

这几年,宁波人的健康意识大幅提升。宁大附属医院体检中心的一份统计数据显示,近两年来,个人自费体检的人数和费用都有明显上升,部分宁波人不惜高价赴上海、北京体检,更有甚者豪掷数十万元赴美国、日本等地体检。

体检,是否项目越多越好?价格越贵越好?我们又该如何进行科学体检?记者就此进行了采访。



李惠利东部医院体检中心一角。

(陈敏 摄)

本报记者 陈敏

个人自费体检“涨势”喜人

几天前,宁海西店一对夫妻和3位朋友一起来到宁大附属医院体检中心。这之前,5人从没参加过正规的体检,眼看身边不少人查出了健康问题,甚至还有一位癌症晚期的,为买个放心,5人决定来宁波大医院自费体检。

宁大附属医院体检中心主任蒋永宝告诉记者,这几年,个人自费体检的人数和费用都有明显增加,尤其是以前从不参加体检的农民,都纷纷走进体检中心。

个人自费体检“涨势”有多喜人?蒋永宝向记者出示了一份统计数据:2015年,全年个人体检人数仅占全年总体检人数的5%;到2016年,平均每天有20人前来自费体检,除去节假日,一年下来,个人体检人数约5000人,而全年总体检人数约30000人,个人体检人数占比上升到17%。宁波一院体检中心的负责人也告诉记者,这几年个人自费健康体检人数呈上升趋势。

从采访看,参加自费健康体检的一般有三类人群:一是经济条件比较好的私营企业主、个私经营者和一些白领,随着自身年龄增大、工作生活压力的增加,自觉参加健康体检,这部分市民基本保持一年一次的体检频率;二是受周围亲戚朋友影响,特别是有亲友患重病后,为买个安心做全面体检;三是因感觉身体状况不佳,出现特别明显的症状,在医生建议下去做体检的。

此外,子女给父母送健康体检的例子也屡见不鲜。这些子女认为这个钱值得花,有病早知、无病安心。在宁波一院体检中心,记者遇到一位李先生正陪着父母参加健康体检。李先生告诉记者,父母是农民,从3年前开始,他就每年一次将父母接到宁波体检,“让他们也享受干父母的待遇。”李先生笑着说。而慢性病患者以及中年以后的人群,则更加重视定期的健康体检,以随时了解身体状况。

2016年12月至2017年2月,我市集中组织开展了居民健康素养监测工作。市疾控中心通过专业的统计学抽样,从全市抽取了近4000名15岁至69岁的常住居民,采用《2016年全国居民健康素养监测调查问卷》进行面对面调查。调查显示,2016年我市居民健康素养水平达到18.65%,较2015年提高了3.21个百分点。根据2010年全市人口普查数据,我市15岁至69岁常住人口共计626万人,据此,估计全市15岁至69岁的人群中具备健康素养的大约有117万人。

除了健康意识提高外,经济条件也好了,宁波人有足够的经济能力对自己的身体健康进行日常监测。

据宁大附属医院体检中心的统计数据,这几年我市人均体检费用明显上浮。2015年人均费用约为800元,2016年就超过了1000元。该中心2016年的体检总收入中,个人自费体检费用已占到总体检费的三分之一。

从采访看,健康体检热门项目中,排在第一位的是肺部CT,其次分别为甲状腺B超、乳腺B超、胃肠镜检查以及头颅磁共振。“这与流行病学的调查一致。肺癌、甲状腺癌、乳腺癌、胃癌都是近年来发病率、死亡率排在前几位的重大疾病,所以大家对相应部位的体检也最重视。”蒋永宝分析说。

300元完成一次有效体检

定期参加健康体检,实现一些重大疾病的早期发现、早期干预,这是好事。但记者在采访中了解到,无论是个人自费体检还是单位组织的福利体检,宁波人在体检认识方面存在着几大误区,不知道如何选择适合自己的体检项目。

前阵子,蒋永宝碰到一名体检者,那是一家知名企业的老总,一上来就问,有没有一种两三万元的体检项目,他有朋友在上海的医院做过,很高端,可以通过全身扫描发现各个部位的早期病灶。

后来蒋永宝才明白,老总所说的高端体检项目,是PET-MR,一种针对已经确诊的晚期肿瘤患者的检查手段;虽说全身扫描,但在发现胃肠道疾病方面的表现远不如胃镜、肠镜,而且存在辐射,普通人做这项检查既浪费钱又伤身。

还有一些体检者,尤其热衷七八千元一次的PET-CT,殊不知这也是针对部分已经确诊的肿瘤患者的检查手段,不在常规体检之列。

记者在采访中了解到,为得到更好的体检服务,越来越多的宁波人开始走出宁波,每年花几万元到上海、北京、台湾、香港等地参加体检,更有甚者,远赴美国、日本等国体检,去一趟就是5万元至10几万元不等的费用。

蒋永宝透露,自己曾陪朋友去台湾一家著名的体检机构检查,顺便也想考察学习一下,但结果多少有些失望,“设备不比宁波的更先进,体检医生也不比宁波的经验更丰富,除了服务较好,其他的差距不大。”

蒋永宝认为,体检有没有用,关键在于钱贵不贵,检查的项目多不多,而在于项目选择是否“量体裁衣”。

海曙区的孙女士对此深有体会。一次偶然的机会,孙女士得到一张面额300元的体检卡。想着钱不多,就选了一些价格低又常规的检查项目,什么尿常规、血常规、妇科B超……看着她的选择,宁大附属医院体检中心的健康管理师直摇头,“35岁以上特别是40岁以上的人群,不论男女,肺部检查都是重中之重,X胸片不足以发现早期

小病灶,最好还是做肺部CT。”孙女士听从了健康管理师的建议,花180元做了肺部CT检查,余下120元做了一些常规检查。

令孙女士意想不到的,本在计划之外的这个肺部CT检查居然救了她一命。检查结果显示,孙女士肺里有个直径6mm的结节,怀疑是恶性。体检中心帮孙女士联系了胸外科专家进行手术,由于病灶属于极早期,术后得以根治,也无须接受放化疗,家庭经济压力和本人精神压力都较小。术后病理切片证实为早期肺癌。几天前,心存感激的孙女士给体检中心送来了一面锦旗。

“这件事情说明,只要选对了项目,300元也可以完成一次有效体检。”蒋永宝建议,就40岁以上人群来说,第一年,先做一个肺部CT,余下的钱可以做一些内科常规检查。如果第一年肺部CT做出来没问题,第二年,检查重点改为甲状腺B超、上腹部B超、乳腺B超,余下的钱做常规检查。第三年,再做一个肺部CT。如此循环往复,每次体检中都有一个重点部位得到精细精准的检查,可以大大降低罹患肺癌等重大疾病的风险。

需要提醒体检者注意的是,体检项目并非越多越好。如CT、核磁共振、胃镜、肠镜等检查,只适用于某些特定人群或者在一般体检中发现有某些疾病倾向的人,普通体检者并不需要。过度体检也会给身体带来伤害。因此,合理选择体检项目,做针对性检查很重要。

另外,现在很多单位把体检作为一项“福利”送给员工,但为了减少麻烦,往往对体检项目进行一刀切,无论男女老少,体检标准都一样。这样的体检,多数流于形式,体检费花下去了,好钢却没用在刀刃上。应该根据员工的年龄、性别、家族病史以及生活环境等“量体裁衣”,开出个性化体检菜单。采访中,蒋永宝建议,组织员工体检时单位只负责总费用,让医生决定每个员工的体检项目。

私人定制健康管理初露端倪

在定期进行健康体检的同时,市民对自身的健康管理提出了更高的要求。“越来越多的宁波人希望拥有私人定制版的健康管理。”采访中,多家医院的体检中心负责人告诉记者。

世界卫生组织的研究报告指出,人类1/3的疾病通过预防保健可以避免,1/3的疾病可以通过早期发现得到有效控制,1/3的疾病可以通过积极有效的医患沟通提高治疗和愈后的效果。而这一切,可以通过科学有效的健康管理实现。

健康管理在日本、美国等发达国家有近30年的历史,但在中国还是全新的事业。据介绍,美国70%的人享有健康管理服务,而中国享有这项服务的比例尚不足

0.1%,市场潜力巨大。

蒋永宝在接受采访时说,相对于健康管理而言,体检只是其中的一个环节。一个健康管理的过程包括风险筛查(即体检)、风险干预、中医药养生和疾病管理等诸多环节。

单纯的健康体检显然已不能满足高端人群的需求,必须提供全面、专业的服务。一直在关注健康管理市场的蒋永宝说:“人的健康需要的不是一个专科医生,而是一个服务团队。将个体的日常保健工作细化,安排就医,联系会诊,以第三方的身份跟踪治疗,配备好的护理团队来执行会诊结果,提供保健、治疗、康复、养生等系统健康管理服务,这样才能真正管理好个体的健康。”

在公立医疗资源极度紧张的今天,一些民办医疗机构纷纷试水针对高端群体的私人医生和高端健康管理服务。记者在采访中了解到,由宁大附属医院托管的华茂医院健康管理中心正在计划开展高端的私人定制健康管理。该中心正着手打造一支健康管理团队,包括临床医学检查、私人保健、名医诊疗、中医养生等。据了解,尽管这一业务还在筹备中,但已经引起了宁波人的兴趣。有一位宁海的企业家已经与中心达成初步协议,一年的健康管理费用在10万元左右。

人口老龄化加剧,宁波未来怎样养老?去首届中国(宁波)国际健康养老服务业博览会看看



如果你是一位老人,现在如何提高自己的生活质量?如果你还年轻,待头发花白,未来如何安度晚年?随着我市人口老龄化趋势日益严峻,健康养老服务被越来越多市民所关注。

日前好消息传来。为积极应对人口老龄化,保障和改善民生,推动老龄事业发展,首届中国(宁波)国际健康养老服务业博览会将于9月15日~17日在宁波国际会展中心举行。届时,你将了解到更系统的健康养老服务方式,体验更全面的未来健康养老服务生活。

据了解,我市是人口老龄化程度较高的城市。截至2016年底,全市60周岁及以上户籍老人达138.7万,占户籍总人口的23.5%,高出全国平均水平近7个百分点。据预测,到2020年,宁波市老年人口将突破160万,老年人口系数将超过25%。换句话说,届时每4个人中就有1个老年人。

“宁波市人口老龄化呈现出三个特征——基数大、增速快、高龄化。”相关人士分析,“随着老年人口数量的增加,特别是失能、失智、高龄、空巢、独居、失独等老年人口数量的增加,老年人的照护需求会日益增长。以目前有限的医疗卫生和养老服务资源看,将难以满足服务需求。”

针对这一情况,宁波市委市政府把贯彻落实党中央“积极应对人口老龄化,大力发展老龄服务事业和产业”战略目标作为宁波社会经济发展和社会治理的重要内容,注重政策引领,着力夯实基础,全力推进

相关链接

体检不能代替疾病检查

越来越多的人对于健康体检的必要性产生了怀疑,因为经常会出现这样的情景:刚刚参加完体检没多久,大部分指标“正常”的人却突然患上了癌症或是发生了心肌梗塞,感觉健康体检没有起到任何作用。

事实上,健康体检和疾病检查是两回事。健康体检是在人未出现疾病症状前做的定期全面检查,它不是诊断而是一种疾病的筛检方

法,主要目的是为了发现潜在的病变,如高血脂或糖尿病等,以便做到早期发现、早期治疗。

医生建议,接受健康体检的人,理论上应该是身体没有明显异常的人。如果已经明显感到身体某个部位不舒服,应该直接到医院的相关科室就诊,进行疾病检查,而不应进行健康体检。

(陈敏 整理)

数 说

