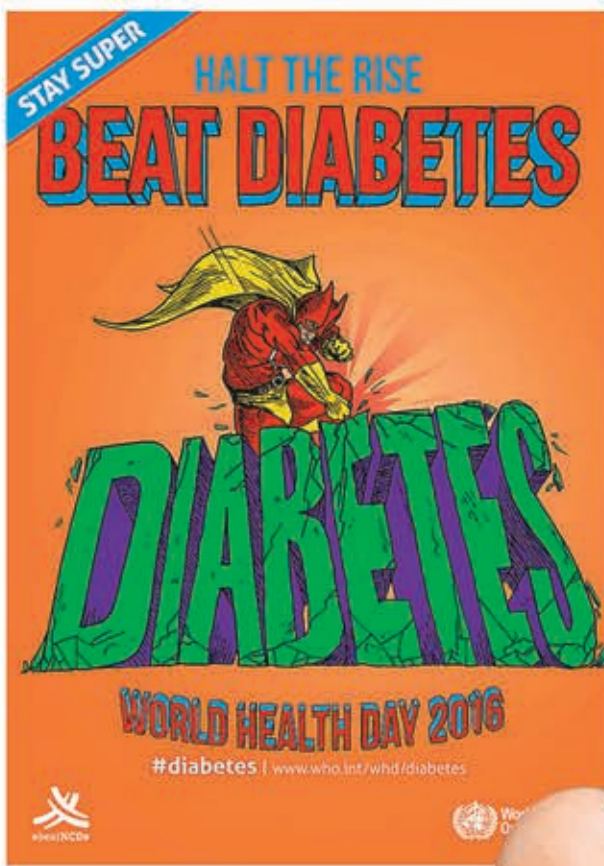
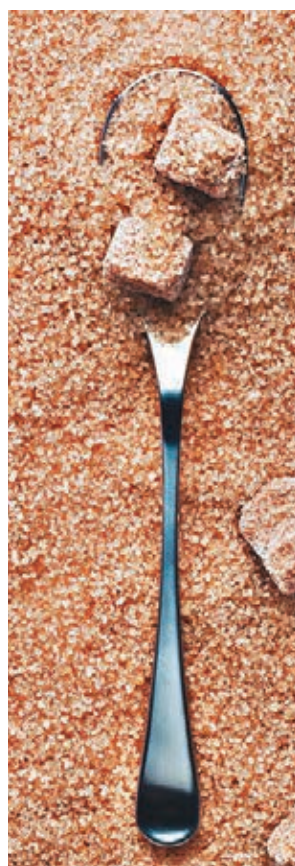


今日香港

今年4月7日的「世界衛生日」以「打敗糖尿病」為主題。本港上年度到醫管局求診的糖尿病患者總數直逼40萬人，與6年前相比，升幅逾30%。有醫生估計平均每年有約3萬名糖尿病新症病人，且有年輕化趨勢，又指約22歲時發病的病人活到中年的死亡率，將較同一年齡組別高出6倍，呼籲市民注重飲食，多做運動，防患未然。 ■李偉雄 福建中學（小西灣） 助理校長



2016年世界衛生日官方宣傳圖片。網上圖片



香港糖尿病病患有年輕化趨勢。圖為俗稱「篤手指」的驗血糖方式。資料圖片

年均3萬新症

全城狙擊糖尿

模擬試題

資料A
過去6年醫管局整體接收的糖尿病病人的求診總數直線上升，由2009/10年度的不足30萬人，升至上年度的約39萬人，升幅逾30%。醫管局糖尿病中央委員會主席估計，平均每年有3萬名至3.5萬名新症病人，服務需要增長驚人。

資料B
本港過去5年至10年間，30歲以下病群組由幾個百分比，升至逾10%，估計未來糖尿病等慢性病會為公立醫療體系帶來不少壓力。
英國近年推行全國性糖尿病預防計劃，每年為10萬名糖尿病前期患者提供生活形態改善指導，如多做運動、多進食低熱量低脂肪食物，事後可降低糖尿病發生率近60%。專家認為，市民不應坐以待斃，應注重飲食健康，多做運動，以大幅減少患病的可能。

資料C
澳洲早前發表了一個糖尿病病患於不同發病年齡、在不同年紀下的死亡率，發現在同一年紀下，愈早發病的人死亡率愈高，即是「愈早患病愈易死」。一個患上糖尿病不久的60歲人士的死亡率與普通人相若，不過若15歲至29歲時就發病的話，他們活到40歲至50歲時的死亡率將較同一年齡組別高出約6倍，加上近年臨床經驗發現，愈來愈多年輕人患糖尿病，故已預見「將來的問題很大」。

想一想

- (a) 參考資料A及資料C，指出糖尿病的兩個發展趨勢。
- (b) 參考資料A、資料C及就你所知，政府可透過什麼途徑向市民傳遞有關預防糖尿病的訊息。
- (c) 參考以上資料及就你所知，「世界衛生日」以「打敗糖尿病」為主題，對社會可收到什麼成效？
- (d) 參考以上資料及就你所知，你在多大程度上認為預防慢性病是政府的責任？

參考答案

(a) 首先，醫管局整體接收的糖尿病病人的求診總數直線上升，由2009/10年度的不足30萬人，升至上年度的約39萬人，升幅逾30%。其次，臨床經驗發現，糖尿病有年輕化趨勢，故已預見「將來的問題很大」。

(b) 政府自行發放的印刷品：這類印刷品的優點在於透過原文直接陳述政府的觀點，可說在闡述政府的公共衛生政策和措施方面最具權威。

借助非官方印刷品：非官方印刷品如報章、雜誌以編輯自主的模式運作，雖然報道政府的公共衛生政策和措施，卻毋須認同官方觀點，因而有利市民接收多方面的訊息，然後自行作出判斷。

電台及電視：免費電台及電視廣播無疑是最多人接收公共衛生資訊的途徑，而且有聲音、有畫面，只要聽覺及視力正常便可使用，不受文化水平和閱讀能力的限制。

互聯網：互聯網的最大優點是及時、方便、詳盡，而且可跨越地域限制，接收世界各地的公共衛生資訊。互聯網更可說是把訊息傳遞給青年人的最有效渠道。



衛生署署長陳漢儀出席預防糖尿病活動，示範量度體重指標。資料圖片

(c) 公眾層面
糖尿病發率上升提高了人類對公共衛生的警覺性。公眾意識到只有做好各種防範措施和掌握最新的健康資訊，才能有效控制和預防糖尿病，因此須培養個人的良好生活習慣。

政府層面
「世界衛生日」突出了染病者大增的情況，政府作出適當措施，並透過不同的途徑（例如傳媒的報道和健康宣傳）向公眾發放有關的資訊和指引，加強公眾的關注和行動。

國際層面
國際組織憑藉其相對充足的資源和號召力，提出「打敗糖尿病」的口號，公眾以至各地政府亦愈來愈關注糖尿病的問題。

(d) 個人經濟限制
現代醫療科技的收費極為昂貴，人們若須全數支付自己的醫療費用，一般收入人士可能窮一生積蓄，經濟能力亦不足以承擔，往往會向公營醫療部門求助。政府若不施以援手，不幸患者便有不獲適切治療之虞。政府如能推行有效預防慢性病的措施，可大大降低政府的醫療支出。

政府消除不健康環境因素
個人力量難以消除由群體引起的不健康環境因素，個人力量根本無從制止。因此，控制這類由群體造成的環境污染，便須靠政府介入，降低市民患上慢性病的機會。

制定公共衛生政策
政府是唯一可以制定並執行社會範圍政策的機關，透過立法獲得執行政策所需權力：當香港政府制定為全民提供醫療服務的政策，須先界定服務範圍和提供模式，再透過立法獲得所需款項，授權醫院管理局執行。影響範圍大的政策可助市民預防慢性病。

另一方面，個人生活方式如吸煙、飲食習慣、飲酒、服用藥物、運動等同樣影響個人健康。一個人的知識、態度和信念會直接影響其生活方式和行為。

個人只能在有限範圍內預防慢性病，在政策和環境的層面，我們仍須靠政府的介入，才能在預防慢性病方面收到較普遍和深遠的成果。

概念鏈接

1. 公共衛生

公共衛生涉及的領域很廣泛，包括傳染病、非傳染病、家庭健康、環境健康、工作健康、醫療管理、食品安全、營養需要、社區健康及其他疾病等。所有與健康和疾病相關的課題，從個人到社區、從自身到政府的責任、從地區到全球各地，一切有關疾病與健康、治療與預防的考慮，都屬於公共衛生的領域。

公共衛生的終極目標，就是由國家及地區政府，以至國際組織透過監管、立法和教育等手段，為大眾預防各種疾病，促進集體健康。

2. 健康

1948年世界衛生組織（「世衛」）成立之後，提出了「健康」的定義：生理、心理及社交都處於完全康寧的狀態，而不僅是沒有病或出現身體虛弱現象。享受最高而能獲致之健康標準，為人之基本權利之一。不因種族、宗教、政治信仰、經濟或社會情境而異。

3. 慢性病

隨着社會現代化，人類的生活環境得到改善，一些從前肆虐的傳染病得以受控。現代生活亦為社會帶來新的公共衛生挑戰。社會變得富裕，吃得太多、運動太少，已成現代都市人的通病；加上吸煙、酗酒等不良習慣，一系列從前並不常見的疾病，諸如癌症和心臟病，變得愈來愈普遍，統稱為「生活模式病」。

尖子必殺技

7月22日是「舊」世界衛生日，是1948年世界衛生組織舉行第一屆世界衛生大會決定的，這是為了紀念61個國家簽署《世界衛生組織組織法》的日子，但後來因為部分國家的年輕人在7月放假，便把衛生日改為4月7日。
就以上簡短的概括便可以知道，世界衛生日的最大目的是教育，是為提高全球人類對衛生、健康等議題的關注及認知而成立的。
世界衛生日每年也有不同的主題，其範圍之廣，近至個人生理心理健康，遠至氣候變遷帶來的健康問題；議題可以輕鬆如運動的好處，亦可嚴肅如兒童權益。

營養不足運動易致 須及早警惕

今年的主題是糖尿病。糖尿病可算是都市病的一種，隨着城市化，人類物質生活愈來愈富裕，不知不覺間，亦為

衛生議題重單元「互通」

自己帶來不少健康的隱憂。
引發糖尿病的原因很複雜，但我們可以先排除身體機能出現問題而不能正常分泌胰島素的這一類，有很大的程度是和肥胖、超重及缺乏運動有關。
都市生活忙碌，市民沒有意識要勤做運動，飲食不節制，再加上缺乏衛生方面的知識，很多人到了病情嚴重的時候才發現，為時已晚。糖尿病可損害身體主要器官，造成心臟病、中風、失明甚至截肢。

世衛料2030成第七大死因

2012年，一共有150萬人直接死於糖尿病，世衛預計到2030年糖尿病將成為第七大主要死亡原因。全球糖尿病患者都有明顯的上升趨勢，這不僅發生在發達國家，發展中國家亦面臨着這個問題，超過80%的糖尿病死亡病例均發

生在低收入及中等收入國家。

當中理由很簡單，西方速食文化傳入，改變當地人的飲食習慣，變得高油、高糖，而且食物缺乏營養價值，市民經常進食這類垃圾食物，對身體百害而無一利。同時，發展中國家人民教育水平較低，欠缺衛生知識，亦不注意身體檢查，因此其病發死亡率高企，甚至比發達國家高。

對於這一類公共衛生的議題，我們並不可能熟悉當中的每一個項目，例如肺結核等，但學生即使未能完全了解，亦應該能夠分析出該議題被討論的原因，再研究該題目與其他單元的關聯性，而最重要的是解決及處理辦法，這便有助同學理解題目。當然若果可以輕輕研究一下過往的議題，想必能好好掌握公共衛生這個單元。

■陳潔珊

文憑試通識科5**狀元、科大商學院四年級生

延伸閱讀

1. 《2016年世界衛生日：糖尿病》，世衛網站，<http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2016/event/zh/>
2. 《近半糖尿病人不知患病》，香港《文匯報》，2016年4月8日，<http://paper.wenweipo.com/2016/04/08/HK1604080015.htm>
3. 《糖尿年輕化 愈早病愈早死》，香港《文匯報》，2016年4月6日，<http://paper.wenweipo.com/2016/04/06/HK1604060043.htm>