

本地报告：预防心血管疾病 须鼓励公众拿出行动

李熙爱 报道
leeheeai@sph.com.sg

抽烟、高血压、高胆固醇是导致心血管疾病的一些因素，许多人尽管知道要多运动和健康饮食，却很难付诸行动，因此各方人士有必要深入了解如何有效鼓励公众，把知识转换为行动。

新加坡国立大学企业机构（NUS Enterprise）和德国生命科学公司拜耳（Bayer），昨天在创新科技展上联合发表有关心血管疾病的亚太区建议报告，上述是报告点出的其中一个问题。

报告指出，尽管各国各种提高健康意识的教育计划，但有必要研究计划的成败因素，往后才能更有效教育公众，鼓励他们健康生活。

这项报告结合了新加坡、澳大利亚、韩国、马来西亚、泰国等地的专家意见，并从教育、创新和合作三方面提出建议。这包括通过教育赋权于病人和看护者，让他们自己掌握健康、投资于具有转型潜能创新方式和科技、支持政府与私人机构的合作。

主办方昨天也邀请参与报告的医疗、学术、企业等领域

的专家现场讨论。新加坡国立大学心脏中心总主任陈淮沁教授指出，在降低心血管疾病负担方面，政府也扮演重要角色，包括推出只有政府才能实施的法律措施，例如提高吸烟的最低法定年龄或减少饮料的糖分。政府也得改善人口的经济能力，以帮助消除与贫困相关的不良生活习惯，因为低收入者倾向于吃得不健康或不运动。

卫生部兼环境及水源部高级政务部长许连碯博士昨天在致辞时也强调，我国必须从上游着手，采取预防行动来改变人们的不健康行为。她说，政府通过多种创新方式，包括设计促进步行和骑脚踏车的社区，以及在政策中运用行为科学来有效推动国人健康生活。

拜耳昨天也推出中英双语的心房颤动疾病管理手机应用，病人可以填写他们须服用的药物和药量，应用会提醒他们服药，并鼓励他们多走路等。手机应用也列下与药物有冲突的食物，以及上载如何管理病情的双语视频等资料。拜耳计划把手机应用推广至本地多个医疗机构，目前仍在洽谈中。