

慢病专员的分享心得(汇总7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

慢病专员的分享心得篇一

第一段：引言（200字）

随着现代生活方式的改变，慢性疾病的患者数量呈现上升趋势。慢性疾病对患者的生活质量和工作能力造成了巨大的影响。因此，运动作为一种有效的康复和预防手段被越来越多的人开始重视。作为一名教师，我有幸通过工作与患者们进行接触，并亲眼见证了运动对慢病患者的巨大帮助。在这篇文章中，我将分享一些我作为教师在运动与慢病方面的心得体会。

第二段：运动对慢病患者的益处（200字）

首先，运动可以显著改善患者的心肺功能。大部分慢病患者由于长期休息和缺乏身体活动，导致呼吸系统和心血管系统功能下降，容易感到气短、疲倦等不适。经过一段时间的适当运动，患者的心肺功能将有所提高，可以更好地适应生活和工作的需要。其次，运动还能帮助患者降低体重、调节血糖和血脂。患者在运动过程中，将消耗多余的热量，促进新陈代谢，达到减肥的目的。同时，运动还能够提高胰岛素的敏感性，使血糖得到更好的控制。此外，适当的运动还能有效降低血脂水平，降低心血管疾病的风险。

第三段：运动在康复中的作用（200字）

在慢病患者的康复过程中，运动起到了至关重要的作用。首先，运动可以恢复和增强患者的肌肉力量和关节灵活性。慢病患者长期休息和药物治疗容易导致肌肉萎缩和关节僵硬，严重影响患者的生活功能。通过适当的运动训练，可以有效恢复患者的肌肉力量和关节活动范围，提升患者的生活质量。其次，运动还可以改善患者的心理状态。慢病患者由于疾病的长期困扰和身体上的不适，容易出现焦虑、抑郁等精神问题。运动可以促进体内多巴胺等神经递质的分泌，改善患者的心情，增强他们对疾病的抵抗力和康复能力。

第四段：运动与慢病的注意事项（200字）

尽管运动对慢病患者有很多好处，但是在运动过程中也需要注意一些问题。首先，慢病患者在开始运动之前应该咨询医生的意见，确保自己的身体状况适合运动。其次，慢病患者应该选择适合自己的运动项目和运动强度。患者可以根据自己的实际情况选择适量的运动，避免剧烈运动带来的身体负担。最后，慢病患者在运动过程中应该注意体力疲劳和脱水问题。及时休息和补充水分，避免身体过度疲劳。

第五段：结语（200字）

作为一名教师，我深深体会到运动对慢病患者的重要性。通过运动，患者的身体和心理状态得到了显著的改善。我相信，只要慢病者们能够克服困难，坚持运动，他们一定能够战胜疾病，重拾健康和活力。同时，我也呼吁社会各界加强对运动与慢病的宣传，提高人们对运动的重视，减少慢病患者的数量，共同创造一个更加健康和美好的社会。

慢病专员的分享心得篇二

在县疾控中心支持下加强慢病预防控制工作力度，充分履行慢病预防控制职能，保障了辖区居民身体健康和生命安全。现将20xx年工作总结如下：

20xx年我院慢病工作在县疾控中心的具体指导下深入社区，大力开展慢病防制工作以高血压、糖尿病为重点，结合控烟、控酒、饮食干预等措施，积极开展健康宣教与促进，降低人群主要危险因素，有效地控制辖区慢病的发病率和死亡率。

医务人员坚持以病人为中心，以服务对象满意为宗旨，紧紧抓住辖区居民关心的慢病问题。不断完善服务内容，改进办事程序、服务方式、管理制度，尽最大努力服务对象提供方便让大家满意。做到自觉把“医德医风规范”落实的医疗服务工作中，进一步恪守服务宗旨，增强服务意识，提高服务质量，树立全新的医院文明形象。

1、强化慢病防制网络工作

为了加大信息工作力度，提高信息数量和质量，提升医院整体形象，推进慢病防制的规范。成立慢病工作小组设专职人员。从医院分管领导到各个科室，到服务站，社区医生、护士工作人员，宣传员深入社区。积极落实慢病防制工作的计划，开展各项慢病防制工作。形成了一个上下贯通、快速互动、灵敏高效的信息采集网络。通过激励先进，鞭策落后，促进全年信息工作目标任务的完成。

2、慢性疾病的患病率不断上升、医疗费用的逐年增长已成为我国一个突出的社会问题，老年人群的经济能力有限并且相对固定，和其相对巨大的医疗需求之间构成了矛盾，这就需要优质经济的服务，而社区的预防保健和健康教育是最佳投入效益的干预，加强社区慢病管理可以缓解“看病难、看病贵”的问题。而社区慢病管理是社区医疗优势的一个突出体现。由于社区医疗距居民近，就医方便、快捷，医患之间易沟通，易开展健康教育，易宣传医疗保健知识，对一些疾病好回访，易跟踪，社区慢病管理对社区居民生命质量的提高至关重要。

3、定期开展自查工作，及时纠察纰漏

我院定期开展自查工作，严格按照县疾控中心的要求，对慢病各项工作举行日常自查工作，及时纠察纰漏，不断提高工作质量，同时针对上半年考核中存在的问题，我们认真分析，积极改正。截至12月份，共纳入慢病管理人数：高血压697人，糖尿病290人，恶性肿瘤4人。我们定期举办了高血压、糖尿病等慢病的预防知识健康讲座，向广大居民传递了高血压病和其他慢性病的防治知识，带领着居民群众，走出了对高血压及其他慢性病认识的误区和盲区，给任重而道远的乡镇预防保健工作打下了坚实的根基，同时一定程度上解决了乡镇居民看病难、看病烦的问题，真正架起了医患之间、社区和群众之间的连心桥，为社区居民的健康撑起了保护伞。

1、开展社区主要慢病的健康教育今年1月~12月，举办讲座、咨询、义诊等活动24场次，受益居民近千人次。发放教育处方20余种，共近3万份，制作慢病防制健康教育橱窗6块，更换张贴卫生报纸、墙报40余块。

2、进一步加大慢病健康教育力度。以三病防治知识为重点，利用“3.24世界防治结核病日”、“4.26全国疟疾日”、“10.8全国高血压日”、“11.4世界糖尿病日”、“12.1艾滋病日”等宣传日，组织开展多种形式的宣传教育讲座活动，普及防病知识。共计展出展牌20余块，接受咨询500余人次，发放宣传资料500余份。

1、抓好门诊医生责任及业务素质培养，完善门诊登记制度(根据《20xx公共卫生服务项目考核标准》要求35岁以上首次门诊患者必须测血压并记录于门诊日志，检查时随机抽查10个，一人未测扣0.1分，门诊以及相关辅助科室设高血压，糖尿病登记本，凡是门诊发现高血压，糖尿病患者必须及时登记，根据卫生局领导的意见，可以考虑按登记人数给予一定补助：化验室设糖尿病筛查登记本，凡检查血糖患者都应该登记在册，可以考虑按登记人数给予一定补助。)，同时公卫人员要积极配合医生工作，定时（每月或每季度）按时收集有关登记资料，录入电脑并完善相关筛查登记工作，做出

台帐。

3、做好健康教育宣传工作和非药物干预措施，建立健康的生活方式来减低慢病发病率。

20xx年中心慢病防制工作取得显著成绩，需要每位医务人员共同努力协调。不仅是中心各硬件设施的完善，更需要街道居委会居民共同配合完成。在改善辖区居民健康知识，健康行为的同时提高医务人员健康素养，从而推广到整个辖区。但也存在不足之处，内部制度化、规范化管理还有待加强，社区医生队伍建设有待整体提高，高血压俱乐部活动有待进一步拓展。在今后的工作中，我们将以十六大精神为指导，进一步探索疾控机构科学规范管理的新机制，进一步拓展慢性病预防控制服务的新功能，加强社区医生素质培养，努力开创慢性病预防控制工作的新局面。

邹平县焦桥中心卫生院20xx年08月22日

慢病专员的分享心得篇三

第一段：引入运动与慢病之间的关系（200字）

运动与慢病之间的关系一直备受关注。随着现代社会生活方式的改变，慢性病患者数量快速增长，导致了许多健康问题。然而，适度的运动可以显著降低慢性病的风险，改善患者的身体状况，提高生活质量。作为一名关注健康教育的教师，我在长期教学和观察中，从运动与慢病的协同作用中获得了很多心得体会，愿意与大家分享。

第二段：运动对慢病管理的影响（200字）

运动作为治疗慢病的一项重要手段，可以改善患者的身体状况、增强心肺功能、提高免疫力等。在我教育的患有糖尿病的学生中，通过长期坚持运动，他们的血糖控制得到了显著

改善，一些药物的使用量也减少了。对于高血压患者来说，每天适量的有氧运动不仅可以降低血压，还可以帮助他们减轻体重、控制血脂，减少并发症的发生。

第三段：运动的注意事项与策略（300字）

然而，慢病患者在进行运动时需要特别注意一些问题。例如，糖尿病患者运动前后要控制血糖水平，避免低血糖或高血糖的发生；心脏疾病患者进行高强度运动时要注意心率控制，避免加重心脏负担。因此，在教学过程中，我特别强调慢病患者运动前的准备工作，包括血糖监测、心率监测等。同时，我也根据患者的具体情况，定制个性化的运动计划，确保他们能够安全有效地进行运动。

第四段：运动对心理健康的积极影响（200字）

除了身体健康，运动还对慢病患者的心理健康有积极的影响。长期患病容易导致患者情绪低落、焦虑、抑郁等心理问题，然而适度的运动可以促进脑部分泌物的产生，提升心情，减轻负面情绪。我曾经引导一位患有抑郁症的学生参加有氧运动，通过运动释放能量，她逐渐从阴暗情绪中走出来，恢复了自信。这也让我更加坚信，运动既是身体健康的重要保障，也是心理健康的有效方式。

第五段：鼓励运动，提高慢病患者的生活质量（300字）

综上所述，运动对慢病患者的重要性不言而喻。作为一名教育工作者，我深知慢病需要长期管理，而恰当的运动是不可或缺的一环。因此，我在教学中全面宣传运动的好处，与学生进行主题教育，让他们认识到运动对身体和心理健康的重要性。为了进一步推广，我也积极参与社区健康讲座，与居民分享运动经验和方法，鼓励他们开始关注自己的身体健康。通过我们的努力，希望能够提高慢病患者的生活质量，减轻医疗负担，促进社会的健康发展。

总结：

通过以上几段的阐述，我们可以看到运动对慢病患者的重要性及其积极的影响。作为一名关注健康教育的教师，我将坚持宣传运动的好处，引导学生和社区居民养成良好的运动习惯，为慢病患者提供更多关于运动的知识和方法，以提高他们的生活质量，促进社会的健康发展。

慢病专员的分享心得篇四

在县疾控中心支持下加强慢病预防控制工作力度，充分履行慢病预防控制职能，保障了辖区居民身体健康,现将20xx年工作总结如下：

20xx年我站慢病工作在县疾控中心的具体指导下深入社区，大力开展慢病防制工作以高血压、糖尿病为重点，结合控烟、控酒、饮食干预等措施，积极开展健康宣教与降低人群主要危险因素，有效地控制辖区慢病的发病率和死亡率。

医务人员坚持以病人为中心，以服务对象满意为宗旨，紧紧抓住辖区居民关心的慢病问题。不断完善服务内容，改进办事程序、服务方式、管理制度，尽最大努力服务对象提供方便让大家满意。做到自觉把“医德医风规范”落实到医疗服务工作中，进一步恪守服务宗旨，增强服务意识，提高服务质量，树立全新的医院文明形象。

1、强化慢病防制网络工作：

为了加大信息工作力度，提高信息数量和质量，提升医院整体形象，推进慢病防制的规范。成立慢病工作小组设专兼职人员。宣传员深入社区。积极落实慢病防制工作的计划，开展各项慢病防制工作。促进全年信息工作目标任务的完成。

2、定期开展自查工作，及时纠察纰漏

我站定期开展自查工作，严格按照县疾控中心的要求，对慢病各项工作举行日常自查工作，及时纠察纰漏，不断提高工作质量，同时针对上半年考核中存在的问题，我们认真分析，积极改正，截至9月份，高血压53人，糖尿病14人，针对不同阶段居民健康状况、热点咨询问题，我们定期举办了高血压、糖尿病等慢病的预防知识健康讲座，向广大居民传递了高血压病和其他慢性病的防治知识，带领着居民群众，走出了对高血压及其他慢性病认识的误区和盲区，同时一定程度上解决了社区居民看病难、看病烦的问题，真正架起了医患之间、社区和群众之间的连心桥，为社区居民的健康撑起了保护伞。

1、开展社区主要慢病的健康教育举办讲座、咨询、义诊等活动，受益居民近千人次。发放教育处方4余种，共近200份。

2、进一步加大慢病健康教育力度。以三病防治知识为重点，利用“3.24世界防治结核病日”、“4.26全国疟疾日”、“10.8全国高血压日”、“11.4世界糖尿病日”、“12.1艾滋病日”等宣传日，组织开展多种形式的宣传教育讲座活动，普及防病知识。接受咨询30余人次，发放宣传资料20余份。

20xx年本站慢病防制工作取得显著成绩，需要每位医务人员共同努力协调。更需要街道居委会居民共同配合完成。在改善辖区居民健康知识，健康行为的同时提高医务人员健康素养，从而推广到整个辖区。但也存在不足之处，内部制度化、规范化管理还有待加强，社区医生队伍建设有待整体提高，高血压俱乐部活动有待进一步拓展。在今后的工作中，我们进一步探索疾控机构科学规范管理的新机制，进一步拓展慢性病预防控制服务的新功能，加强社区医生素质培养，努力开创慢性病预防控制工作的新局面。

慢病专员的分享心得篇五

随着社会的发展和人口老龄化的加剧，慢性病的发病率也越

来越高。对于患者来说，慢病不仅给生活带来了不便，还对身心健康造成了严重的影响。作为慢病患者的护理人员，我们有责任和义务提供细致的护理服务，帮助患者改善病情和提高生活质量。在长期的护理实践中，我积累了一些心得和体会。

首先，我们需要重视患者的个体差异，因为慢病患者的病情和需求因人而异。每个患者都有自己的病史和家族遗传，所以我们应该根据患者的具体情况来制定个性化的护理计划。例如，对于糖尿病患者，我们不仅要关注血糖控制，还要考虑患者的饮食结构、运动习惯和心理健康等方面的因素。只有了解患者的差异性并量身定制护理计划，我们才能更好地满足他们的需求，提供高质量的护理服务。

其次，良好的沟通是与患者建立信任关系的关键。慢病患者通常需要长期治疗和护理，所以我们需要与他们建立良好的互动和沟通渠道。我们需要倾听他们的病情描述和抱怨，尊重他们的选择和意见，并与他们进行积极的互动。在沟通过程中，我们应该使用简单易懂的语言解释医学术语和治疗方案，帮助患者更好地理解自己的病情和治疗进展。只有与患者建立起信任和共识，我们才能更好地引导他们积极参与治疗，提高治疗效果。

此外，细致认真的护理细节是保障患者健康的重要环节。慢病护理涉及到很多细节，比如患者的饮食摄入、药物管理、生活习惯等。我们应该做好相关记录，确保患者按时服药和定时测量生命体征。同时，我们也应该协助患者进行健康生活教育，如适当的饮食、运动和心理疏导等。通过细致认真的护理细节，我们可以更好地帮助患者控制疾病进展，改善生活质量。

最后，我们还要关注慢病患者的心理健康，给予他们情感支持和关怀。长期患病会给患者带来种种负面情绪，如焦虑、抑郁等。我们应该倾听他们的痛苦和困惑，给予他们积极的

情感支持和悉心关怀。我们可以通过与他们的日常交谈、提供必要的心理咨询和各种形式的康复活动，帮助他们重新建立自信，提高他们的生活自理能力。

总之，慢病护理是一项艰巨而又意义重大的工作，需要我們提高专业技能和敬业精神。通过个体化的护理计划、良好的沟通和细致认真的工作，我们可以更好地帮助慢病患者控制疾病、改善生活质量。同时，我们也要重视患者的心理健康，给予他们积极的情感支持和关怀。相信在我们的共同努力下，慢病护理将为患者的康复和健康贡献更大的力量。

慢病专员的分享心得篇六

一、填空题。（每空2分，共40分）

1. 居民健康档案内容包括_____、_____、_____和其它医疗卫生服务记录。
2. 高血压患者健康管理服务内容分为_____、_____、_____、_____。
3. 健康档案建档率=_____。
4. 高血压控制满意是指收缩压_____舒张压_____.
5. 对原发性高血压患者，乡镇卫生院、村卫生室每年要提供至少___次面对面的随访。。
6. 每年为老年人提供___次健康管理服务，包括生活方式和健康状况评估、_____、_____和_____。.
7. 体质指数bmi=_____.
8. 正常人每天的标准食油量是___克，食盐量是___克.
9. 健康档案的建立要遵循自愿与___相结合的原则，在使用过程中要注意保护服务对象的_____.

二、选择题。（每题5分，共30分）

1、高血压及2型糖尿病患者每年至少进行（）次较全面的健康检查，可与随访结合。

a□2次

b□3次

c□1次

d□4次

2.、居民健康档案进行统一编码，采用（）位编码制□a 9位

b 17位 c 12位

d 15位

3、对于紧急转诊的慢性病患者，乡镇卫生院、村卫生室应在（）周内主动随访转诊情况。

a 1个月内

b 半个月 c

2周内

d 1周内

4、老年人健康管理服务对象是辖区内（）岁以上常住居民

a□60

b□50

c□65

d□55

5、对辖区内（ ）及以上常住居民，每年在其第一次到乡镇卫生院、村卫生室就诊时为其测量血压。

a□30岁

b□50岁 c□35岁

d□40岁

6、预约65岁以上居民到乡镇卫生院、村卫生室接受健康管理。对行动不便、卧床居民可提供（ ）。

a□家庭病床

b□住院治疗 c□预约上门健康检查

d□电话随访

三、多选题

(每题5分，共25分)

1、重点人群健康管理记录包括哪几类人群（ ）。

a□0~6岁儿童和孕产妇

b□慢性病和重性精神疾病患者 c□老年人

d☐残疾人

2、对所有的高血压患者，首先要提供非药物治疗建议，即健康教育，其中包括（）

a☐合理饮食搭配、限制钠盐

b☐减轻体重加强体育锻炼

c☐戒烟、控制饮酒

d☐保持良好的心理状态

3、老年人健康体检的辅助检查包括（）

a☐血、尿常规和血糖、血脂

b☐肝功能和肾功能 c☐心电图和腹部b超

d☐胸部x线片

4、居民健康档案通过哪几种形式建立？（）

a村卫生室接受服务时，由村医为其建立

b乡镇卫生院接受服务时由医务人员为其建立

5、随访包括哪几种方式预约患者☐☐a☐门诊就诊

b☐电话追踪 c☐家庭访视

四、判断题（每题2分，共10分）

1、有动态记录的档案是指1年内有符合各项服务规范要求的

相关服务记录的健康档案。（）

2、服务对象在健康体检、就诊、会诊时所做的各种化验及检查的报告单据都应该粘贴留存归档。（）

3、每个乡镇卫生院每年至少开展9次公众健康咨询活动。（）

4、长期在农村居住没有参加新农合的人不能享受基本公共卫生服务。（）

5、建议高危人群每半年至少测量1次血压，并接受医务人员的生活健康指导。（）

慢病专员的分享心得篇七

慢性疾病是一类长期存在、不易治愈的疾病。对于患有慢性病的人来说，这个“慢”字真是准确地概括了他们的生活状态。我也是慢病患者之一，经历了多年的治疗和管理，对于慢病心得与体会，我有着自己的理解。在此，我将围绕“慢病的认识与理解”、“积极与消极的态度”、“科学合理的饮食与运动”、“心理调节与疾病管理”和“家人的支持与陪伴”这五个方面，分享我对慢病的心得体会。

在对待慢病的认识与理解上，我发现很多人对慢病存在一种误解，认为患有慢病就是不健康的表现。然而，患上慢病并不意味着生活质量一定会下降，而是需要通过调整自己的生活方式和饮食习惯来控制病情，使自己的身体保持在一个相对稳定的状态。对于患有慢病的患者来说，关键是要正确认识疾病，了解自己的疾病类型、发展趋势和治疗方法，与医生建立起良好的沟通和信任，这样才能更好地控制病情，减轻痛苦。

在慢病的管理中，积极的态度十分重要。对于慢病患者来说，接受病情的存在是很难的，但只有积极面对和接受，才能有

效地调整自己的生活方式和饮食习惯。慢病的治疗和管理是一个长期的过程，它需要患者有足够的耐心和毅力，保持积极的心态，不能轻易放弃。在我自己的治疗过程中，我坚信只要我积极面对病情，努力改变不健康的生活习惯，保持乐观向上的心态，就一定能够战胜慢病，过上健康而快乐的生活。

慢病的饮食和运动也是慢病管理中的重要方面。根据自己的病情和医生的建议，合理调整饮食结构，控制热量和摄入的脂肪、糖分，增加蛋白质、维生素和纤维素的摄入，通过科学饮食来改善身体状况。此外，适当的运动也对慢病患者的康复和病情控制起到了积极的促进作用。选择适合自己的运动方式和强度，坚持锻炼，可以改善身体机能，增强免疫力，减轻病痛。

在患有慢病的过程中，患者的心理状态也是至关重要的。我们需要学会有效地管理自己的情绪，培养一种平和、乐观的心态。在困难和挫折面前，要坚持希望，相信自己能够战胜病魔，保持对未来的信心。此外，和慢病相关的心理问题也需要得到关注。如果感到心理压力过大或出现抑郁情绪，可以寻求心理咨询或接受心理疏导，及时缓解病情和焦虑，提高自我康复的能力。

最后，家人的支持与陪伴对慢病患者尤为重要。慢病患者需要家人的理解和关爱，需要他们的陪伴和鼓励。家人应该主动了解患者的病情，与患者一起参与医院的探访和康复方案的制定，帮助患者养成健康的生活习惯，提供心理上的支持。只有家人和患者的紧密合作，才能共同应对病痛，实现慢病管理的目标。

总的来说，慢病不可怕，只要我们正确面对，积极治疗，科学管理，保持健康的生活方式，那么慢病就只是我们生活中的一部分，它不会影响我们拥有美好的生活。通过对慢病的认识与理解，积极乐观的态度，科学合理的饮食运动，心理

调节与疾病管理以及家人的支持与陪伴，我们可以更好地掌控自己的生活，过上健康、快乐的日子。