

中國香港體適能總會

培訓及教育委員會主席——阮伯仁
行政總監——黃永森

EIM與醫療健康專業發展新路向 跨行業學習

都市人健康風險上升

根據《衛生署人口健康調查》顯示，年齡介乎15至84歲人士中，約五成屬超重或肥胖；高血壓、糖尿病及高膽固醇血症的比率分別為27.7%、8.4%及49.5%；患高血壓、糖尿病和高膽固醇血症其中一種或以上的比率則為59.2%。調查亦顯示，約86.3%市民膳食鹽摄入量超出世界衛生組織標準；進食蔬果不足的比率達94.4%；飲酒比率也由十年前的33.3%大幅增至61.4%。調查預測，年齡介乎30至74歲人士，未來十年患上心血管疾病的平均風險為10.6%。(衛生署，2017)

由此可見，非傳染病(non-communicable diseases)在香港人口中相當普遍，大多數市民生活習慣並不健康。都市人患上慢性疾病的風險正不斷上升！

業界共同回應市民健康訴求

截至2016年年底為止，在衛生署的註冊名單中，香港有接近十萬名「醫療護理專業人士(healthcare professionals)」，當中包括西醫、中醫、牙醫、護士、物理治療師、藥劑師、醫務化驗師、職業治療師…(衛生署，2017) 該些專業人士是香港醫護專業服務的「守護者」，他們分別在公、私營市場及機構，在不同行業上為香港市民提供專業的醫護服務。

可是，人們逐漸意識到「健康生活」的重要性，要回應市民與日俱增的「健康訴求」，非單靠上述醫護專業一己之力能夠做到。事實上，「醫療及健康業界(medical & health industry)」是需要共同協作，善於利用健康體適能的支援系統，方可產生更大的醫療及健康效益。

醫療健康業界角色舉足輕重

今天的醫療健康業界由不同持份者組合而成，除了上述註冊醫護專業人士外，還包括生物技術和生命科學領域的專才，而且涵蓋醫療衛生、營養保健、健體休閒等服務界別的從業員。社會學家相信，雖然醫療健康產業屬於新興服務行業，可是它像資訊科技產業一樣，默默引導全球經濟發展和社會進步。根據食物及衛生局於2013至14年度的報告，本地醫療衛生總開支每年達1,240億，大約佔本地生產總值5.7個百分點。(衛生署，2017)

上述總開支還未有包括市民花費在營養保健、健體休閒產品和服務等的開支，足見醫療健康的市場極為龐大，除醫療開支外，也直接或間接地影響著本地人口的生產力(productivity)，對整體社會進步及本地經濟發展扮演舉足輕重的角色。

跨行業的「運動是良藥」

「運動是良藥(Exercise is Medicine - EIM)」認為運動鍛練及體力活動是疾病預防及治療方案的重要組成部分。EIM倡議治病於未病，並將運動鍛練融入病者的治療方案之中，並需要確認將參與運動鍛練狀況納入恆常醫療評估的範圍之內。



中國香港體適能總會
Physical Fitness Association of Hong Kong, China

香港九龍尖沙咀山林道9至11號卓能中心17樓 17/F Cheuk Nang Centre, 9-11 Hillwood Road, Tsim Sha Tsui, Kowloon, Hong Kong
電話 Tel: 2838 9594 | 傳真 Fax: 2575 8683 | 電郵 Email: info@hkpf.org.hk | 網址 Web: www.hkpf.org.hk

衛生署指出：「健康飲食、增加體力活動、不吸煙及不飲酒，可預防約八成心臟病、中風和二型糖尿病，以及四成癌症個案。」(衛生署，2017) 其中「增加體力活動」正是EIM的重要元素。EIM將是一個「跨行業(cross-industrial)」的倡議運動(advocacy movement)，無論醫生、護士、物理治療師、藥劑師、醫務化驗師、職業治療師、體適能教練、健康護理服務人員、保健員、健康促進及健康教育人員、體育工作者、體育教師、體育傳媒、休閒設施管理及服務人員，甚至普羅大眾，都是EIM的持份者。

因此，運動鍛煉及體力活動的理論、知識及實務技能不僅是運動科學界別、體適能界別，或體育界專項，醫療健康業界也需要這些「新」理論、「新」知識及「新」技能，來填補「預防」勝於「治療」的元素。

跨行業學習課程助專業發展

隨著市民大眾的健康及恆常運動意識提高，他們對優質的健康運動設施及指導服務和產品均需求殷切。健康與體適能相關知識及實務技巧的學習活動已趨向「跨行業化(cross-disciplinary)」。除了體適能教練之外，各類運動專項教練、醫護人員、物理治療師、營養師及體育教師等，都希望能汲取最新的健康與體適能資訊和實務技巧，延續學習，以提升其專業水平。

中國香港體適能總會培訓及教育委員會將於2018年中旬推出以健康體適能培訓為主體的「跨行業學習課程(Cross-Industrial Learning Programmes, CILPs)」，適合現職於大型健身中心、康樂會所、體能訓練中心、體育會、公私型醫院、復康診所、營養顧問中心、健康護理院舍，以及相關教育機構等的在職人士報讀。課程以提升相關行業在職人士，於健康與體適能範疇方面的知識及實務技巧為目標，加強學員與行業內相關服務或產品企業合作。

參考資料：

1. 衛生署衛生防護中心監測及流行病學處。(2017)
。《二零一四至二零一五年度人口健康調查報告書》。
擷取自網頁https://www.chp.gov.hk/files/pdf/dh_hps_2014_15_full_report_chi.pdf
2. 衛生署衛生防護中心監測及流行病學處。(2017)
。《香港健康數字一覽》。擷取自網頁http://www.dh.gov.hk/tc_chi/statistics/statistics_hs/files/Health_Statistics_pamphlet_TC.pdf

學海無涯勤為岸

正如食物及衛生局於2017年發表的《醫療人力規劃和專業發展策略檢討報告》所言，醫療健康知識和生物科技發展一日千里，為確保醫療健康業界保持專業能力，與時並進，持續專業進修及持續專業發展是不可或缺的。(衛生署，2017)

古語有云：「學海無涯勤為岸，青雲有路志為梯。」中國香港體適能總會培訓及教育委員會率先以「生物電阻抗分析(Bio-Impedance Analysis)」、「氣動式健體訓練(Pneumatic Fitness Training)」，以及「健體設施管理(Fitness Facilities Management)」為課題，並將於2018年逐步推出以上三項不同的CILPs應用證書課程。盼望能夠令健康與體適能培訓變得更跨行業化，與醫療健康業界共享寶貴的運動理論、知識及實務技能，為醫療健康業界專業發展，及市民大眾的健康福祉出一分力。

有關中國香港體適能總會「跨行業學習課程(CILPs)」資訊，敬請留意www.hkpfa.org.hk網頁內的最新動態！