

个性化健康管理方案在体检中心的应用探索

吴子才

陆军第七十五集团军健康管理（体检）中心 云南大理 671001

摘要：文章聚焦个性化健康管理方案在体检中心的应用，深入剖析其面临的挑战并提出应对策略。当前，体检中心在应用该方案时面临数据安全与隐私保护隐患突出、复合型专业人才严重短缺、服务流程衔接不畅效率低下以及体检者认知不足与配合度低等问题。为此，针对性提出构建多维数据安全防护体系、打造复合型人才培养体系、优化全流程数字化协同机制、强化健康管理理念宣传引导等策略，旨在提升体检中心个性化健康管理服务质量，促进该方案有效落地，为体检中心健康管理服务的创新发展提供体检中心；应用策略供理论与实践参考。

关键词：个性化健康管理；体检中心；应用策略

随着居民健康意识提升与医疗需求转变，个性化健康管理成为医疗服务发展新趋势。体检中心作为健康管理的重要前端，其服务模式从单纯疾病筛查向全周期健康干预转型迫在眉睫。然而，在个性化健康管理方案落地过程中，数据安全、人才储备、流程优化等问题制约其发展。本文聚焦这些挑战，深入探索应用策略，旨在为体检中心提升服务质量、实现可持续发展提供理论与实践参考。

1. 个性化健康管理方案在体检中心应用面临的挑战

1.1 数据安全与隐私保护隐患突出

在个性化健康管理方案实施进程中，体检中心面临着严峻的数据安全与隐私保护挑战。随着健康管理服务的深化，体检中心需全方位采集体检者的生物特征数据、详尽的疾病史、精准的基因检测结果等敏感信息，这些数据不仅是制定个性化方案的重要依据，也涉及个人高度隐私。然而，部分体检中心在技术层面存在显著短板，其数据管理系统架构陈旧、安全防护措施不足，缺乏完善的数据加密机制和精细化的访问权限控制体系，无法有效抵御日益复杂的网络攻击与数据窃取行为，导致数据泄露风险剧增。同时，内部管理也存在诸多漏洞。部分员工数据安全意识淡薄，对信息保护的重要性认识不足，未能严格遵守数据管理规范 and 保密制度，可能出现违规操作，如随意泄露数据、越权访问敏感信息等。一旦发生数据泄露事件，不仅会严重侵犯体检者的隐私权，还将引发公众对体检中心的信任危机，损害机构的声誉和形象，进而对个性化健康管理服务的推广和持续开展形成极大阻碍，使得体检中心在推进个性化健康管理服务时面临重重困境。

1.2 复合型专业人才严重短缺

个性化健康管理方案的落地实施对人才素质提出了极高要求，不仅需要工作人员具备深厚的临床医学知识储备，能够精准解读复杂的体检报告、科学评估潜在健康风险，还要求其熟练掌握营养学、运动学、健康管理学等多学科知识体系，从而为体检者定制出兼具科学性与可行性的管理方案。这意味着从业者需打破学科壁垒，实现医学理论与健康管理实践的深度融合，在疾病预防、生活方式干预等方面提供专业且全面的指导^[1]。然而，当前体检中心人才结构现状与实际需求严重脱节。多数工作人员受限于传统专业教育体系，知识结构单一，仅在临床医学、营养学或运动学等某一领域具备专业能力，难以从多学科视角对体检者的健康状况进行综合分析 with 评估。由于缺乏跨学科整合能力，在方案制定过程中，往往无法充分考虑各学科因素的相互关联与影响，导致管理方案存在局限性，无法满足个性化健康管理服务的高标准要求。这种人才短缺的局面，直接削弱了健康管理方案的专业性和有效性，制约了体检中心个性化健康管理服务的高质量发展。

1.3 服务流程衔接不畅效率低下

个性化健康管理方案的全流程覆盖健康信息收集、风险评估、方案定制、动态实施及跟踪反馈等多个环节，各环节紧密关联且对时效性要求极高，形成了一个复杂且动态的服务体系。在实际操作中，部分体检中心受限于传统组织架构和管理模式，部门间信息传递存在明显壁垒，缺乏统一的数据交互平台与标准化信息流转机制。信息在不同部门、不

同系统间传输时,常出现延迟、丢失或格式不兼容等问题,导致各环节衔接不畅。同时,跨部门协作机制的不完善进一步加剧了服务流程的割裂。由于缺乏明确的职责界定与协同工作规范,各部门在健康管理服务中往往各自为政,缺乏有效的沟通与配合。这种状况使得体检数据无法及时、准确地传递至健康管理团队,延长了方案制定周期;而在方案实施过程中,因跟踪反馈不及时,难以根据体检者的健康状况变化、方案执行情况进行动态调整,不仅降低了体检者的服务体验,更削弱了个性化健康管理方案的针对性与有效性,严重制约了其应用价值的充分发挥。

1.4 体检者认知不足与配合度低

体检者对个性化健康管理方案的认知不足与配合度低,已成为制约体检中心服务升级的核心瓶颈。长期以来,传统体检服务模式形成的固有认知使多数体检者将体检中心定位为“疾病筛查场所”,未能充分认识到健康管理在疾病预防、慢性病控制及生活质量提升中的战略价值。这种认知偏差导致体检者将个性化健康管理服务简单等同于常规体检的附加项目,忽视其基于个体基因特征、生活方式、健康风险的定制化干预价值,从而削弱了主动参与意愿。消费观念层面,部分体检者将健康管理服务视为非必需的“奢侈消费”,尤其对需长期跟踪、动态调整的个性化方案存在成本疑虑。加之健康管理效果具有滞后性,短期内难以直观展现改善成果,进一步加剧了体检者对服务价值的质疑。这种消费认知错位不仅抑制了个性化健康管理方案的市场需求,也使体检中心在推广服务时面临信任建立难、沟通成本高的双重困境。在方案实施环节,配合度不足的问题同样突出。由于个性化健康管理方案涉及饮食结构调整、运动习惯重塑、心理状态调节等多维度生活方式改变,需要体检者长期坚持与高度自律。

2. 个性化健康管理方案在体检中心应用的策略

2.1 构建多维数据安全防护体系

构建多维数据安全防护体系需贯穿数据全生命周期,形成技术、制度、管理三位一体的防护网络。在数据采集阶段,采用先进的同态加密、差分隐私等加密传输协议,对生物特征数据、基因检测结果等高敏感信息进行深度脱敏处理,确保数据在传输过程中即使被截获也无法被破解;存储环节引入区块链分布式账本技术,通过哈希算法与共识机制,实现数据的分布式存储与不可篡改特性,杜绝数据被恶意篡改或

删除的风险;在访问权限控制方面,推行基于角色与数据敏感度的分级授权制度,结合指纹识别、虹膜扫描等生物识别技术与动态密钥双重认证机制,严格限制数据访问范围,即使账号密码泄露也能保障数据安全^[2]。

另外,建立常态化的数据安全管理制度,定期开展数据安全应急演练,模拟黑客攻击、内部数据泄露等场景,提升工作人员的应急处理能力;运用漏洞扫描工具与渗透测试技术,对数据管理系统进行全面安全检测,及时修复潜在漏洞。部署智能数据泄露预警系统,通过机器学习算法实时分析数据访问行为,一旦发现异常操作或数据传输,立即触发警报并启动应急响应流程,从采集、存储、访问到异常处理的全流程,实现对体检者数据的立体化、动态化保护。

2.2 打造复合型人才培养体系

打造复合型人才培养体系是提升体检中心个性化健康管理服务水平的核心路径。面对传统单一学科人才难以满足服务需求的现状,需构建“医学+健康管理”双轨制培养模式,从外部引进与内部培育双向发力^[3]。

在外部合作层面,体检中心应主动与医学类高校、三甲医疗机构建立深度合作关系。与高校联合开发“临床医学+健康管理”定制化课程,将营养学、运动科学、心理学等多学科知识融入课程体系,通过理论授课、案例研讨、模拟实践等多元化教学方式,培养学员跨学科知识整合能力;与医疗机构开展合作,邀请临床专家定期开展讲座与培训,分享疾病诊断、治疗的前沿知识,帮助学员建立从疾病预防到临床治疗的完整健康管理思维框架。鼓励工作人员考取健康管理师、营养师等专业资质,通过系统性学习拓宽知识边界。内部培养方面,建立灵活高效的轮岗交流机制。打破体检、健康管理、康复指导等部门间的壁垒,安排工作人员定期轮岗,让其深入了解各环节工作内容与技能要求。例如,体检科室人员轮岗至健康管理部门,可直观感受体检数据在方案制定中的应用逻辑;健康管理专员轮岗至康复指导岗位,能更好地掌握运动康复知识,为体检者提供更科学的运动建议。通过轮岗实践,实现不同岗位间的经验共享与能力互补,促使工作人员成长为兼具理论知识与实践经验的复合型人才。此外,建立完善的人才激励政策。设立专项奖励基金,对通过跨学科专业认证、在学术期刊发表相关论文的员工给予物质奖励;针对成功实施优质个性化健康管理案例,显著改善体检者健康状况的团队或个人,给予绩效奖励与晋升倾

斜。搭建人才展示平台,举办案例分享会、技能竞赛等活动,增强员工的职业成就感与归属感,以此吸引外部优秀人才加入,激励内部员工持续提升专业能力,为个性化健康管理服务提供坚实的人力支撑。

2.3 优化全流程数字化协同机制

优化全流程数字化协同机制需以信息化技术为核心驱动力,重塑健康管理服务链条。首先,依托云计算、大数据等前沿技术搭建一体化健康管理服务平台,将健康信息采集、风险智能评估、个性化方案制定、动态实施跟踪等环节集成至统一系统。通过数据中台打破部门间的数据孤岛,实现体检数据、评估结果、方案执行记录等信息的实时共享与跨模块调用,避免因信息传递滞后导致的服务断层。例如,体检者完成检测后,平台可自动抓取数据并触发风险评估程序,生成的报告直接推送至健康管理团队,缩短方案制定周期^[4]。

其次,通过流程再造重构服务逻辑。运用业务流程再造(BPR)理论,对现有服务流程进行系统性梳理与优化,明确体检科、健康管理部、随访中心等部门在各环节的职责边界与协作关系。建立标准化的工作流程与信息传递节点,将每个步骤细化为可量化、可追溯的操作规范,并通过平台内置的智能提醒与自动流转功能,实现任务的精准派发与有序推进。例如,当方案进入实施阶段,系统自动向体检者发送执行提醒,同步通知健康管理师进行定期跟进,减少人为疏漏与沟通成本。另外,引入项目管理工具实现服务全周期可视化管控。通过甘特图、看板管理等功能,实时监控健康管理项目各环节的进度、资源投入与质量指标,及时发现潜在延误或偏差。结合数据分析模块对服务流程进行动态优化,如根据方案执行数据调整跟踪频率,或依据体检者反馈优化方案模板。

2.4 强化健康管理理念宣传引导

强化健康管理理念宣传引导,是提升体检者对个性化健康管理方案认知与配合度的关键环节。在信息传播层面,需构建线上线下融合的立体化宣传矩阵。线上充分利用新媒体平台的传播优势,通过抖音、快手等短视频平台,以动画演示、情景短剧等生动形式,拆解个性化健康管理方案的核心逻辑,如如何通过饮食调整降低慢性病风险、运动计划对改善体质的科学依据等;借助微信公众号、微博定期推送图文科普,结合热点健康话题,解读个性化健康管理在疾病预防、亚健康调理中的重要作用^[5]。

线下宣传则注重沉浸式体验与深度沟通。定期举办健康

讲座,围绕不同年龄、职业群体的健康痛点,如职场人群的颈椎病防治、老年群体的慢性病管理等,讲解个性化健康管理方案的定制逻辑与实施效果;组织互动体验活动,设置体质检测、营养搭配模拟、运动康复体验等环节,让体检者直观感受健康管理的专业性与实用性。此外,通过在体检中心设置健康科普长廊、播放宣传视频等方式,营造浓厚的健康管理氛围,潜移默化提升体检者的健康意识。为增强体检者的参与积极性,需建立健康管理档案可视化系统。运用数据可视化技术,将体检者的健康指标变化、方案执行进度、疾病风险下降趋势等数据,转化为动态图表、对比报告等直观形式,使体检者清晰看到自身健康改善成果。例如,通过前后对比展示血压、体重等指标的下降幅度,或用进度条呈现运动计划完成情况,激发体检者的成就感与持续参与动力。

3 结语

个性化健康管理方案是体检中心服务升级的重要方向,但当前应用过程中,数据安全、人才储备、服务流程和认知推广等方面的挑战不容忽视。通过构建多维数据安全防护体系、打造复合型人才培养体系、优化数字化协同机制以及强化宣传引导,能够有效破解发展瓶颈。未来,随着信息技术与健康管理深度融合,个性化健康管理方案将更精准、高效地满足个体健康需求,助力体检中心从单一检测向全周期健康管理转型,推动健康服务行业迈向高质量发展新阶段。

参考文献:

- [1] 刘晓芸,王燕,邹媛.基于个性化服务的健康管理模式在体检中心的应用及效果评估分析[J].河北医药,2024,46(13): 2024-2026.
- [2] 陈小琴.个性化健康管理对高尿酸血症体检者自我管理能力及生活质量的影响[J].临床医药实践,2020,29(11): 873-875.
- [3] 王飞娥.体检后个性化健康管理对人群慢性病发生的影响[J].山西医药杂志,2020,49(10): 1299-1301.
- [4] 陈晓英,董宝蓉,严丽珍.优质护理内涵视角下的健康管理路径在体检中心的应用分析[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(17): 162-163.
- [5] 袁海芳.科学化、个性化健康教育在健康管理工作中的应用效果[J].医学食疗与健康,2020,18(07): 150-153.

作者简介: 姓名: 吴子才 出生年月: 1968.05 性别: 男 民族: 布依 籍贯: 贵州,水城 学历: 大专 职称: 初级 研究方向: 医疗卫生