

1
/

BỘ Y TẾ

CHƯƠNG TRÌNH PHÒNG CHỐNG
MỘT SỐ BỆNH KHÔNG LÂY NHIỄM

Tài liệu hướng dẫn đào tạo
Cán bộ chăm sóc
sức khỏe ban đầu

VỀ PHÒNG CHỐNG MỘT SỐ BỆNH KHÔNG LÂY NHIỄM



NHÀ XUẤT BẢN Y HỌC

MỤC LỤC

STT	Nội dung	Trang
Phần I	Giới thiệu chung	9
Bài 1	Tình hình BKLN ở trên thế giới và Việt nam	9
Bài 2	Nguyên tắc cơ bản của Chương trình phòng chống một số BKLN	23
Bài 3	Các giải pháp cơ bản của Chương trình phòng chống BKLN	29
Phần II	Tổng quan về một số BKLN chủ yếu hiện nay	39
Bài 1	Tổng quan về bệnh tim - mạch	39
Bài 2	Tổng quan về bệnh đái tháo đường	47
Bài 3	Tổng quan về ung thư	53
Bài 4	Tổng quan về bệnh tâm thần	63
Phần III	Đánh giá các yếu tố nguy cơ và phát hiện sớm một số BKLN	68
Bài 1	Đánh giá các yếu tố nguy cơ	68
Bài 2	Sàng lọc bệnh tăng huyết áp	76
Bài 3	Sàng lọc bệnh đái tháo đường tít 2	78
Bài 4	Phát hiện sớm và sàng lọc một số ung thư thường gặp	83
Bài 5	Phát hiện sớm và sàng lọc một số bệnh tâm thần	90
Phần IV	Phòng chống các yếu tố nguy cơ về hành vi lối sống của một số bệnh không lây nhiễm	95
Bài 1	Một số nguyên tắc chung về thay đổi hành vi lối sống	95
1	Hành vi sức khỏe và quá trình thay đổi hành vi	95
2	Truyền thông thay đổi hành vi lối sống để phòng chống các bệnh không lây nhiễm	98
3	Xây dựng môi trường hỗ trợ thay đổi hành vi	111
Bài 2	Dinh dưỡng hợp lý	117
Bài 3	Tăng cường hoạt động thể chất	141
Bài 4	Phòng chống tác hại thuốc lá	165
Bài 5	Phòng chống lạm dụng rượu	182
Bài 6	Hướng dẫn chung xây dựng câu lạc bộ sức khỏe cộng đồng.	192