

審視健康新態度 正視非故意損傷

衛生署為推廣健康生活習慣及提高市民安全意識，舉辦了《香港加強預防非故意損傷的行動計劃書》發布暨研討會。經由多位本地及海外專家主持的專題演講及公開論壇，期望提高市民對非故意損傷，及其引起的非傳染病疾病（NCDs）的警覺。

發布暨研討會由食物及衛生局副局長陳肇始教授，和損傷工作小組主席馬清鏗先生揭開序幕並作歡迎致辭。當中，陳教授表示健康生活習慣、避免高風險行為及在生活上作出更健康的選擇有助防範非傳染疾病。馬主席亦提及行動計劃書經過周詳考慮及參考有效實證，是與不同界別的持份者溝通後，根據本地情況作出相應調整之成果。

當日第一場講座主題為「預防非故意損傷之國際視野及經驗」，由世界衛生組織西太平洋區域辦事處代表 Jonathon Passmore 主講。他表示現時許多於高收入地區對損傷的防控方法亦適用於低收入地區，高收入地區例如香港的經驗可以成為他們的借鑒。低收入地區最缺乏完整的防控制度，而香港現在將損傷防控納入優先處理的工作範疇，加強管理，此行在香港的實地考察極具裨益。他又鼓勵各位參考世界衛生組織網站上對預防損傷的建議，踴躍提供反饋。

其後，損傷工作小組秘書程卓端醫生，代表小組發佈了《香港加強預防非故意損傷的行動計劃書》。損傷工作小組於二〇一二年二月六日正式成立，先後舉行四次會議，為損傷預防的範疇提供意見並制訂目標和行動計劃。近年，因損傷而導致死亡的數字值得關注，例如在二〇一三年，損傷是香港第五位主要死因。有見及此，工作小組制定五項策略方針：（一）支援推行新的損傷預防健康促進活動，並加強現有活動；（二）建立完備和有效的資料系統，以了解損傷的流行病學特點，並提供預防損傷的建議和支援；（三）加強夥伴關係及促進相關持份者的參與；（四）建立預防損傷的能力；及（五）確保衛生界別可應對非傳染病的挑戰，並改善醫療系統。工作小組列出十六項行動建議，例如完善損傷監測系統、探討傷亡案例以加強對損傷模式的了解、鼓勵與損傷有關的研究等。計劃書旨在改變市民對預防損傷的負面態度，傳遞安全推廣和表現提升的正面訊息，並針對特定環境和群組減低損傷的機會。

及後的兩節演講闡釋了兩種重要的損傷類別：運動損傷和孩童損傷，分別由工作小組成員容樹恆醫生及周鎮邦



醫生主講。容醫生在「有關預防運動損傷及淹溺新知」中提到運動損傷及淹溺是四個已確立的預防損傷優先範疇當中兩個範疇，據統計，運動損傷較多發生在男性身上。訓練模式不當、運動過量等等，都是運動損傷的原因，而跌倒和扭傷是運動創傷的大類。淹溺傷亡方面，據統計顯示，雖然淹溺死亡的數字較其他主要損傷成因所造成的少，但死亡率在淹溺事件中卻特別高，換句話說，淹溺較其他損傷成因更為致命。性別比例方面，在過去十年的淹溺個案中，男性每年淹溺個案均較女性多，佔六至八成。淹溺主要發生在海、溪流等天然水體，週末及下午是較多淹溺個案發生的時間，呼吸和神經系統毛病則是常見淹溺原因。為改善情況，工作小組建議在學校及社區方面加強監測與防範，並向教師及教練灌輸防範運動創傷的訊息。另一方面，周醫生在「香港兒童家居損傷及跌傷」一講中援引數據表示，家居跌倒損傷常見於兒童和長者，而葵青區及深水埗區案例最多，灣仔區最少，街道和體育場所亦是跌倒高危場所。他建議按年齡層及地區研究損傷案例，以便優先處理高風險人士的需要。

最後由工作小組成員陳清海博士帶領的公開論壇為發布暨研討會畫上句點。冀望通過介紹，市民能加深對預防損傷的認識，並重新審視其重要性，為自己及身邊的人選擇更健康及安全的生活方式。請瀏覽change4health.gov.hk 獲取更多有關預防損傷的資訊。

