

百尺竿頭 更進一步

今年彭博健康護理效率指數(Bloomberg Health-Care Efficiency Index)的數據剛出爐，根據 2015 年的各項數據統計顯示，雖然新加坡在一路追趕，香港仍然居於榜首，絕對醫療費用達到 2200 美元，效率得分為 87.3，本港的人均預期壽命也是全球最高，達 84.3 歲，顯示我們的醫療機構質素優良。為了滿足人口不斷增長的醫療需求，政府在過去十年中，將醫療保健的經常性開支平均增加了 7%。然而因為人口老化，香港的醫療通脹正在上升，預計到今年年底將達 8.4%。

中西結合「治未病」

有沒有辦法預防常見疾病而減低看病及住院的人次呢？「預防勝於治療」，若基層醫療加點勁以及在「地區康健中心」加入中醫「平、靚、正」的「治未病」方案，則可加強成本效益，用平宜的養生保健方法抵消老年化的治病開支。

根據基層市民在「地區康健中心」公眾諮詢中的反應，現在沒有大型免費的預防或早治的項目去應付「重大疾病負擔」：

1. 預防肥胖，代謝綜合症的早期管理
2. 老人防跌，肌肉及骨骼疼痛管理
3. 失眠/抑鬱/疼痛、藥物及菸酒成癮防治和心理健康信息宣傳
4. 老年癡呆症的預防，認知篩查，關懷計劃
5. 牙科、眼科健康教育，每年一次檢查
6. 中醫「治未病」，預防及舒緩流感、皮膚、腸胃（失眠、疼痛）等。

這些項目的推行方法及效果的研究證據比比皆是。欣逢政府計劃每年每區撥款一億作為「地區康健中心」經費，然而只專注於上述首兩項。筆者認為這個新團隊有能力跨專業，同時「六管齊下」，增加效率與成果。

雖然香港的整體數據看起來很好，但是為什麼健康生活質量還有問題呢？因為現在的制度正在浪費醫療資源和市民及醫務人員的時間，如：衛生署、醫管局和保險公司診治的重複（重複檢測、配藥），看病流程、轉介、科室會診、療程等的不協調制度。

HA Go 醫患合作

根據《Healthcare Asia》採訪醫管局資訊科技及醫療信息主管張毅翔醫生的文章《Take an exclusive peek into Hong Kong Hospital Authority's daring big data push》，張醫生表示醫管局過去是為不同的需求製作了一系列的 App（醫管局現有十餘種 App，如醫管局與你、九龍醫院一鍵通、威院一路通、威院急症先

phone、糖訊通等)，而現在醫管局將於 2019 年上半年試用命名為 HA Go 的集合移動 App。這 App 有以下特點：

1. 通過一種連貫的方式來讓病人和醫護人員進行註冊，在這框架內，可以使臨床醫生與患者進行溝通，自動化診療預約，縮短排隊時間，改善患者的體驗。
2. 針對不同疾病的 App 全部聚合於 HA Go 中，患者只需下載特定疾病的 App，便可了解醫生的指示。
3. 在這一 App 內，市民成為了他們自己記錄的提供者，可選擇將他們在醫院外運動鍛煉和飲食的情況等進行記錄，以供醫生參考。App 能夠從系統中提取相關患者的數據，配合醫生的資料，給予患者個人化的方案。
4. 醫管局正在建立一個大數據實驗室，改善臨床效果。實驗室會在今年投入 12 個月的試運營期，與各大學及研究機構合作，研究如何應用這些大數據及醫治流程去支持「機器學習」引擎。

HA Go + 地區 AI

「地區康健中心」除了用 HA Go 以外，也可在家中或老人院、社區內用實時電子化資訊蒐集個人身體指標（如血糖、血壓、脈搏等）及起居飲食等數據，用這些 AI（人工智能）做監測，加強護理的可信度及效率，便可優化整體功能。利用以上所有的新技術方法，更好的進行個人化預防，提高防治效率及提高醫護的成本效益。

施政報告落實

特首在去年的《施政報告》中表示「於兩年內率先在葵青區設立嶄新運作模式的地區康健中心，由政府出資，按地區需要和特色，透過公私營合作提升市民預防疾病的意識和自我管理健康的能力。」政府行動迅速，已於上個月出了標書。

今年特首亦「致力促進香港中醫藥的發展，使中醫藥能在推廣公眾健康中擔當更積極的角色」及「透過政府資助特定的中醫藥服務，將中醫藥納入本港醫療系統」，那麼，基層醫療中醫「治未病」一定可以在政府資助下積極擔當推廣公眾健康的角色。如果能夠全資資助這一「中心」，則可以使更多的人受惠。

黃譚智媛 教授
前醫院管理局總裁