

DB3311

浙江省丽水市地方标准

DB3311/T 142—2020

健康单位建设规范

2020 - 05 - 20 发布

2020 - 06 - 20 实施

丽水市市场监督管理局 发布

目 次

前言 II

引言 III

1 范围 1

2 规范性引用文件 1

3 组织管理 1

4 健康环境 1

 4.1 基本要求 1

 4.2 无烟环境 1

 4.3 宣传阵地 2

5 员工食堂 2

 5.1 内部管理 2

 5.2 膳食提供 2

6 健康活动 2

 6.1 常规活动 2

 6.2 个性活动 3

7 健康管理 3

附录 A（资料性附录） 健康生活方式知识讲座主题内容 4

参考文献 5

前 言

本标准依据GB/T 1.1-2009给出的规则起草。

本标准由丽水市卫生健康委员会提出并归口。

本标准起草单位：丽水市疾病预防控制中心、丽水市卫生健康委员会。

本标准起草人：季巧英、李慧龙、朱建良、刘晓红、叶建武、叶夏良、杨延平。

本标准属首次发布。

引 言

为加快推进健康丽水建设，控制慢性病发生发展，普及健康生活方式，营造健康宣传氛围，进一步提高居民健康素质与水平，将政府机关、事业单位等逐步建设成为具有健康制度、健康环境、健康活动和健康管理等的健康单位，特制定本标准。

健康单位建设规范

1 范围

本标准规定了健康单位建设的组织管理、健康环境、员工食堂、健康活动、健康管理等内容。
本标准适用于政府机关、事业单位的健康单位建设，企业单位、实体社会组织等可参照执行。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB 34285 健身运动安全指南

GB 37487 公共场所卫生管理规范

3 组织管理

3.1 成立健康单位建设领导小组，设立专（兼）职管理人员，明确职责分工，引导全体员工参与健康单位建设。

3.2 应有健康单位建设工作经费。

3.3 应有控烟制度，有明确的禁烟规定，有控烟监督员和举报电话。如有吸烟区应设置在室外。

3.4 应有工间操、运动会或健身小组等健康促进制度。宜建立激励机制，可包括戒烟、¹⁾超重与肥胖（中心型肥胖）控制、血压、血糖、血脂控制人员的激励等。

3.5 根据职业和工作特点，应建立、落实职业危害防护制度。

4 健康环境

4.1 基本要求

4.1.1 应建设洁化环境，建立、落实垃圾分类管理、场所消毒制度，无垃圾、烟头、杂物。

4.1.2 应建设绿化环境，有附属用地的单位应利用原有地形、地貌、水体、植被等自然条件合理开展绿地建设。

4.1.3 应建设美化环境，室内外、公共区域环境干净、整洁，楼道照明良好，通畅防滑，楼梯扶手坚固。

4.1.4 宜有促进身体活动的场地及设施。

4.1.5 应配置必需的医疗用品和急救药物，可包括心脑血管疾病急救药、抗过敏药、消毒物品、伤口处理用品等。

4.2 无烟环境

4.2.1 室内公共场所、工作场所应全面无烟。

1) 超重与肥胖：评价指标为体质指数（BMI）： $BMI = \text{体重（kg）} / [\text{身高（m）}]^2$ ； $28 > BMI \geq 24$ 为超重， $BMI \geq 28$ 为肥胖。中心型肥胖：男性腰围 $\geq 90\text{cm}$ ，女性腰围 $\geq 85\text{cm}$ 。

4.2.2 场所内不得有烟草广告和销售。

4.2.3 主要建筑物入口处、电梯、会议室、卫生间等区域应有明显禁烟标识。

4.3 宣传阵地

4.3.1 应在电梯口、台阶侧面、楼梯转角处等醒目位置张贴健康提示。

4.3.2 应设固定宣传栏、板报、橱窗等，张贴健康生活方式宣传材料，每年更换不少于4次。

4.3.3 应设置健康自助检测区，提供5种以上免费取阅的健康知识宣传资料，配有血压计、身高体重计、腰围尺、壁挂BMI尺、膳食宝塔挂图等设施，各种自助测量设备应有使用说明图解、注意事项、检测结果的正常值参考范围及基础的健康指导或建议。

5 员工食堂

5.1 内部管理

5.1.1 员工食堂应符合GB 37487的规定。

5.1.2 应配备有1-2名专（兼）职营养配餐人员。

5.1.3 管理人员和工作人员应每年接受2次以上“减盐、减油、减糖”烹饪技巧、平衡膳食知识培训。

5.1.4 应记录每月油盐糖的购买量和使用量以及每日用餐人数，计算人均油、盐、糖的摄入量，各人均摄入量逐步减少至²⁾推荐量。

5.2 膳食提供

5.2.1 平均每天食物种类应达12种以上，每周达25种以上，

5.2.2 每餐提供低盐低油菜品占总菜品的30%以上，应有明显标识。

5.2.3 每餐主食品种应达2种及以上，粗粮类、薯类不少于1种。

5.2.4 每天应提供奶类、豆类、水果，减少高盐、高脂、高糖食品。

5.2.5 应杜绝碳酸饮料的供应，提倡员工饮用白开水。

5.2.6 应销售半份菜。

6 健康活动

6.1 常规活动

6.1.1 每年应开展4次以上由公共卫生及临床专业人员讲授的健康生活方式相关知识讲座，根据体检结果、员工关注的健康问题选择主题，内容可参照附录A。每次讲座应有50%以上员工参与。

6.1.2 每年应为员工发放3种以上健康生活方式宣传材料或工具，开展健康支持工具使用技巧培训不少于1次。

6.1.3 每年开展登山、广播操、运动会等不同形式群体性健康促进活动不少于2次。

6.1.4 每年举办2次以上健康为主题的竞赛活动，宜为健康知识竞赛、营养健康厨艺比赛、膳食知识竞赛等活动。

6.1.5 开展工间健身活动，每天不少于1次，达到中等强度健身要求，符合GB 34285规定。

2) 《中国居民膳食指南（2016版）》推荐：成人每人每天食盐不超过6克；每天烹调油25-30克；控制添加糖的摄入量，每天摄入不超过50g，最好控制在25克以下。

6.2 个性活动

- 6.2.1 培养健康生活方式指导员 2 人以上，开展员工健康教育、健康生活方式指导。
- 6.2.2 建立健康（健身）社团至少 2 个，每月至少开展 1 次活动，至少覆盖 50%以上员工。
- 6.2.3 每位员工宜有至少 1 项运动爱好。
- 6.2.4 应建立减重、健康血压、健康血糖或健康血脂等健康自我管理小组 1 个以上，每 2 个月开展一次集中活动。

7 健康管理

- 7.1 每年为员工进行 1 次健康体检，体检率达 90%以上。体检机构数不宜超过 2 家，有单位全体员工的团体体检结果分析报告，应包含超重肥胖率、血压异常率、血糖异常率、血脂异常率等慢性病相关指标。
- 7.2 与所在地社区卫生服务机构建立健康管理协同机制，提供场地、组织人员等。
- 7.3 员工建立居民个人健康档案，建档率达 80%以上。
- 7.4 配合社区卫生服务机构每年开展一次职工慢性病风险评估。
- 7.5 引导已确诊的高血压、糖尿病等慢性病患者接受社区卫生服务机构的定期随访和管理。

附 录 A
(资料性附录)
健康生活方式知识讲座主题内容

健康生活方式知识讲座主题内容见表A. 1。

表A. 1健康生活方式知识讲座主题内容

类 别	内 容
生活方式	减盐减油减糖、合理膳食、戒烟限酒、科学运动、食品营养标签解读等
心理卫生	心理平衡、心理调适、心理干预、抑郁预防、焦虑预防等
疾病预防与控制	健康口腔、健康体重、健康骨骼、传染病预防、慢性病防治等
其他	安全急救、科学就医、健康体检、中医养生、食品安全等

参 考 文 献

- [1] 中华人民共和国卫生部疾病控制司. 中国成人身体活动指南（试行）[M]. 北京：人民卫生出版社，2011.
- [2] 中国营养学会. 中国居民膳食指南[M]. 北京：人民卫生出版社，2016.
- [3] 全民健康生活方式行动健康支持性环境建设指导方案（2019 年修订）
- [4] 浙江省卫生计生委办公室关于印发浙江省实施全国健康促进县（区）建设项目（2018-2019）工作方案的通知
- [5] WS/T 428 成人体重判定
- [6] WS/T 484 老年人健康管理技术规范
- [7] WS/T 598.3 卫生统计指标 第 3 部分：健康影响因素
- [8] 浙江省基本公共卫生服务规范（第四版）
-