

THỰC TIỄN, KINH NGHIỆM VỀ QUẢN LÝ SỨC KHỎE NGƯỜI DÂN Ở NHẬT BẢN VÀ CỘNG HÒA LIÊN BANG ĐỨC

NGUYỄN TRỌNG BÌNH (*)

Tóm tắt: Thực chất của quản lý sức khỏe chính là phát hiện bệnh kịp thời thông qua việc khám sức khỏe, chẩn đoán sớm và điều trị sớm cũng như hạn chế, loại bỏ các yếu tố ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe nhằm ngăn ngừa bệnh tật và kéo dài tuổi thọ cho người dân. Do tầm quan trọng của quản lý sức khỏe và y tế dự phòng, nên hiện nay hầu hết các quốc gia trên thế giới đều coi trọng việc quản lý sức khỏe của người dân. Bài viết giới thiệu thực tiễn, kinh nghiệm trong quản lý sức khỏe người dân ở Nhật Bản và Cộng hòa Liên bang Đức.

Từ khóa: Cộng hòa Liên bang Đức; Nhật Bản; quản lý sức khỏe; y tế dự phòng.

Abstract: The nature of health management is to timely detect diseases by health check-ups, early diagnosis and early treatment as well as to minimize and eliminate the factors that cause negative impacts on health in order to prevent from diseases and prolong people's lives. Due to the importance of health management and preventive medicine, today, most countries in the world focus on public health management as an important task. This paper introduces the practices and experiences in public health management in Japan and the Federal Republic of Germany.

Keywords: Federal Republic of Germany; Japan; health management; preventive medicine.

Ngày nhận bài: 19/02/2024 Ngày biên tập: 24/5/2024 Ngày duyệt đăng: 27/8/2024

1. Thực tiễn, kinh nghiệm quản lý sức khỏe ở Nhật Bản

Theo Báo cáo đánh giá về y tế của các quốc gia trên thế giới do Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) công bố năm 2022, hiệu quả tổng hợp về y tế của Nhật Bản xếp thứ 08 của thế giới; tuổi thọ trung bình của người dân là 83,7 (tăng khoảng 05 tuổi so với 30 năm trước) và đứng đầu thế giới. Những thành tựu trong công tác bảo vệ, chăm sóc sức khỏe người dân ở Nhật Bản hiện nay xuất phát từ hệ thống quản lý sức khỏe được nước này thiết lập trong hơn 60 năm qua.

Vào thập niên 50 của thế kỷ XX, điều kiện chăm sóc sức khỏe của người dân vùng nông thôn Nhật Bản tương đối kém; tỷ lệ tử vong

của trẻ sơ sinh và bệnh nhân mắc bệnh lao rất cao. Điều này cùng với những ảnh hưởng của quá trình công nghiệp hóa đã tác động nhiều mặt đến sức khỏe người dân. Một báo cáo khảo sát do Viện Nghiên cứu Y tế nông thôn Nhật Bản công bố năm 1958 cho thấy, tỷ lệ người mắc bệnh nhưng đến bệnh viện để khám và chữa bệnh ở một vùng thành thị ở Nhật Bản là 56%; còn tỷ lệ này ở khu vực nông thôn chỉ là 30%. Việc người dân mắc bệnh nhưng không đến cơ sở y tế để được khám và điều trị do nhiều nguyên nhân, trong đó chủ yếu là: 1) Chi phí đi lại từ nơi ở đến bệnh viện cao; 2) Điều kiện kinh tế khó khăn, mức chi trả y tế của cá nhân vào khoảng 50%, thực sự khó chi trả đối với các gia đình không có điều kiện kinh tế; 3) Công việc bận rộn làm cho một bộ phận người dân coi nhẹ việc khám sức khỏe; 4) Hiểu biết về sức khỏe của người dân rất hạn chế.

(*) PGS. TS; Học viện Chính trị khu vực IV, Học viện Chính trị quốc gia Hồ Chí Minh



Thông qua điều tra sức khỏe có thể xác định được vấn đề cần quan tâm và đưa ra các phương án phù hợp trong quản lý sức khỏe. Ảnh: Internet.

Trong bối cảnh nói trên, Nhật Bản bắt đầu triển khai hệ thống quản lý sức khỏe. Năm 1959, Nhật Bản thực hiện việc truyền thông và giáo dục sức khỏe cho người dân thông qua việc phát cho mỗi gia đình, mỗi người dân ở nông thôn một cẩm nang về sức khỏe và chăm sóc sức khỏe. Vào năm 1978, Nhật Bản lần đầu tiên phát động Kế hoạch Chiến dịch Y tế quốc gia với trọng tâm tập trung vào việc thúc đẩy việc khám sức khỏe, tăng số lượng y tá và chuyên gia dinh dưỡng nhằm đáp ứng yêu cầu quản lý sức khỏe đối với người dân. Năm 1989, Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi đề xuất cơ chế đảm bảo khám sức khỏe cho người cao tuổi, nâng cao chất lượng của các trung tâm y tế khu vực và đào tạo đội ngũ hướng dẫn về rèn luyện sức khỏe. Chính phủ Nhật Bản còn coi trọng việc bồi dưỡng thói quen vận động thể lực của người dân, ban hành hướng dẫn về rèn luyện sức khỏe cho người dân; đầu tư xây dựng cơ sở rèn luyện thể dục, thể thao. Năm 2000, Nhật Bản ban hành “Kế hoạch sức khỏe Nhật Bản thế kỷ XXI”, năm 2007 ban hành “Chiến lược phát triển sức khỏe mới” với thời gian 10 năm, trong đó tập trung vào 09 lĩnh vực chủ yếu liên quan đến chăm sóc sức khỏe người dân nhằm thực hiện mục tiêu nâng cao sức khỏe

toàn dân. Từ năm 2011 đến nay, Chính phủ Nhật Bản đều tổ chức hội nghị toàn quốc về “Vận động suốt đời”, đồng thời tổ chức “Ngày thể dục”, “Tháng thể dục” để cổ vũ, khích lệ mọi người thực hiện lối sống khỏe mạnh. Từ năm 2013 đến nay, Nhật Bản coi đảm bảo an sinh xã hội và nâng cao sức khỏe của người dân là một trong ba trọng ưu tiên chính trong phát triển kinh tế - xã hội.

Những nội dung cốt lõi trong quản lý sức khỏe ở Nhật Bản là:

Thứ nhất, điều tra sức khỏe và khám sức khỏe. Thông qua điều tra sức khỏe mới có thể xác định được vấn đề cần quan tâm và đưa ra các phương án phù hợp trong quản lý sức khỏe. Việc điều tra sức khỏe ở Nhật Bản hiện được thực hiện bởi các cấp khác nhau trong bộ máy hành chính từ Trung ương đến cơ sở. Khám sức khỏe định kỳ cho người dân là một trong những điển hình về quản lý sức khỏe ở Nhật Bản, theo quy định thì tất cả người tham gia bảo hiểm y tế từ 40 đến 74 tuổi hàng năm đều phải khám sức khỏe định kỳ và người dân không phải chi trả chi phí. Năm 2023, tỷ lệ người dân được khám sức khỏe định kỳ ở Nhật Bản đạt hơn 70%, tỷ lệ được tư vấn, hướng dẫn về chăm sóc sức khỏe đạt 45%. Để đảm bảo hiệu quả và tính

khả thi, Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi Nhật Bản quy định nếu tỷ lệ khám sức khỏe của người dân trong cộng đồng không đạt 65% thì chính quyền địa phương sẽ bị phạt bằng cách trả thêm 10% chi phí dành cho y tế.

Thứ hai, tăng cường giáo dục sức khỏe. Giáo dục sức khỏe ở Nhật Bản được thực hiện thông qua nhiều thiết chế khác nhau, trong đó điển hình là thông qua các môn học về giáo dục sức khỏe cho các cấp học. Bên cạnh đó, hệ thống truyền thông đại chúng và các cơ quan có liên quan cũng coi trọng việc giáo dục sức khỏe cho người dân. Truyền thông về giáo dục sức khỏe ở Nhật Bản được thực hiện thông qua nhiều hình thức, như cung cấp cẩm nang về chăm sóc sức khỏe cho mỗi gia đình, giáo dục sức khỏe trong nhà trường, giáo dục sức khỏe qua các phương tiện truyền thông đại chúng.

Thứ ba, coi trọng việc rèn luyện thể lực cho người dân thông qua các chương trình và hoạt động khác nhau. Nhiều nghiên cứu cho thấy, tăng cường vận động và rèn luyện thể lực là một trong những biện pháp quan trọng nhằm nâng cao sức khỏe. Vì vậy, Nhật Bản rất coi trọng việc xây dựng và thực hiện các chính sách nhằm thúc đẩy việc rèn luyện thể lực, thể dục, thể thao của người dân. Trong “Kế hoạch sức khỏe Nhật Bản thế kỷ XXI”, nước này đã xác định 09 lĩnh vực nhằm cải thiện sức khỏe cho người dân, trong đó có lĩnh vực phát triển thể dục, thể thao và tăng cường thể lực của người dân.

Thứ tư, xây dựng hệ thống y tế theo hướng chuyển từ điều trị sang quản lý sức khỏe. Để tăng cường quản lý sức khỏe người dân, việc xây dựng hệ thống y tế của Nhật Bản được thực hiện theo hướng chuyển hệ thống y tế từ chỗ nhấn mạnh việc điều trị sang quản lý sức khỏe. Cụ thể là: 1) Phân loại cơ sở y tế theo hướng y tế cơ sở, phòng khám tư nhân thực hiện việc khám sức khỏe thông thường và chẩn đoán; những ca khó, phức tạp thì được chuyển đến các bệnh viện tuyến trên để điều trị; 2) Tăng cường tính dễ tiếp cận dịch vụ y tế của người dân và coi trọng việc bố trí bác sĩ giỏi ở cơ sở và nông thôn. Người dân Nhật Bản có thể tìm được bác sĩ giỏi để khám, chữa bệnh ngay tại nơi

mình cư trú mà không phải di chuyển khó khăn để khám, chữa bệnh. Chính sách bảo hiểm y tế linh hoạt của Nhật Bản giúp cho người dân có thể khám và chữa bệnh ở bất kỳ cơ sở y tế nào.

Thứ năm, đẩy mạnh sàng lọc ung thư. Theo thống kê của Bộ Y tế và Phúc lợi Nhật Bản, hàng năm có khoảng 28,7% người dân Nhật Bản chết vì ung thư. Tuy nhiên, nếu phát hiện sớm thì tỷ lệ chữa khỏi ung thư lên đến 65%. Vì vậy, việc phát hiện sớm các tổn thương ung thư là cách phòng ngừa ung thư hiệu quả nhất. Nhận thức được tầm quan trọng của việc phát hiện sớm ung thư, năm 2009 Nhật Bản đã thành lập “Cục thúc đẩy sàng lọc ung thư quốc gia”; đồng thời thực hiện nhiều biện pháp nhằm thúc đẩy sàng lọc ung thư, trong đó có biện pháp là miễn chi phí khám sàng lọc ung thư cho người dân. Với những biện pháp hiệu quả, đến nay hơn 80% bệnh nhân ung thư ở Nhật Bản được phát hiện ở giai đoạn đầu, tỷ lệ chữa khỏi ung thư ở Nhật Bản đạt 68% (đứng đầu thế giới).

2. Thực tiễn, kinh nghiệm quản lý sức khỏe người dân ở Cộng hòa Liên bang Đức

Cách đây 130 năm, tuổi thọ bình quân của nam giới và nữ giới ở Cộng hòa Liên bang (CHLB) Đức tương ứng là 35 và 38 tuổi; đến nay, tuổi thọ bình quân của người dân Đức là 81 tuổi. Những thành tựu trong cải thiện sức khỏe người dân ở CHLB Đức có nhiều nguyên nhân, trong đó quan trọng nhất chính là do quốc gia này coi trọng việc quản lý sức khỏe đối với người dân. Đến nay, quản lý sức khỏe ở CHLB Đức đã trải qua hơn 100 năm phát triển và có đóng góp quan trọng đối với việc cải thiện sức khỏe của người dân Đức.

Thực tiễn và kinh nghiệm về quản lý sức khỏe ở CHLB Đức tương đối đa dạng, chủ yếu trên một số phương diện sau:

Thứ nhất, tăng cường phổ biến kiến thức về sức khỏe và quản lý sức khỏe cho người dân.

Năm 1967, Bộ Y tế CHLB Đức đã thành lập Trung tâm Tuyên truyền sức khỏe liên bang. Đến nay, Trung tâm này đã thành lập 16 Trung tâm Tuyên truyền sức khỏe ở 16 bang. Ngoài việc được trang bị các thiết bị hiện đại, các trung tâm này có các chuyên gia tư vấn tâm lý, bác sĩ cũng như các chuyên gia y tế để

triển khai các hoạt động có liên quan. Tại các khu dân cư, điểm dân cư tập trung, các Trung tâm này còn thành lập trạm tuyên truyền sức khỏe, đài tuyên truyền di động nhằm đảm bảo việc phổ cập tri thức về sức khỏe và quản lý sức khỏe cho người dân; đồng thời thực hiện chức năng hướng dẫn về phổ cập, giáo dục sức khỏe cho các cơ quan có liên quan. Ngoài ra, CHLB Đức còn có bảo tàng sức khỏe để giáo dục sức khỏe cho người dân. Các kênh thuộc Đài Truyền hình Trung ương CHLB Đức và đài truyền hình ở các bang đều có các chương trình về sức khỏe.

Thứ hai, phát huy vai trò của cơ quan bảo hiểm trong quản lý sức khỏe, bao gồm cả việc phòng ngừa và quản lý bệnh mãn tính.

Cộng hòa Liên bang Đức được xem là một trong những quốc gia điển hình trên thế giới về thực hiện an sinh xã hội, hầu như tất cả người dân đều tham gia bảo hiểm y tế. Từ năm 1884, CHLB Đức đã triển khai hệ thống bảo hiểm y tế, sau đó từng bước thiết lập bảo hiểm hưu trí, bảo hiểm thất nghiệp, bảo hiểm tai nạn lao động và bảo hiểm chăm sóc điều dưỡng. Các cơ quan bảo hiểm y tế ở CHLB Đức cũng dành một phần phí bảo hiểm để phục vụ công tác phòng bệnh. Do thực trạng sức khỏe của người tham gia bảo hiểm y tế ảnh hưởng trực tiếp đến mức độ chi trả và hiệu quả hoạt động nên các công ty bảo hiểm y tế ở CHLB Đức ngoài việc thực hiện chức năng chi trả cho người tham gia bảo hiểm y tế, còn tích cực và chủ động tham gia vào công tác giáo dục sức khỏe thông qua nhiều phương thức khác nhau. Để nâng cao ý thức về bảo vệ sức khỏe cho người dân, các công ty bảo hiểm y tế ở CHLB Đức thực hiện việc tích điểm để có những phần thưởng xứng đáng cho người dân tham gia bảo hiểm y tế hoàn thành đúng thời gian việc học tập các lớp bồi dưỡng, khóa học về quản lý sức khỏe, khám sức khỏe. Đây là yếu tố góp phần quan trọng vào việc phổ cập, nâng cao ý thức bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của mỗi người dân.

Thứ ba, triển khai các hoạt động phong phú, thiết thực nhằm phòng bệnh từ cơ sở.

Chính phủ Cộng hòa Liên bang Đức rất coi trọng việc triển khai các hoạt động và dịch vụ nhằm phòng bệnh ở cơ sở và khu dân

cư, đồng thời dành kinh phí đủ mức cho công tác này. Ở cơ sở và khu dân cư, người phụ trách và nhân viên y tế thực hiện nhiều hoạt động nhằm tuyên truyền, giáo dục sức khỏe cho người dân cũng như cách phòng ngừa các bệnh mãn tính, chẳng hạn, như hướng dẫn người dân về chế độ ăn uống, thay đổi lối sống và cách thức sử dụng các thiết bị theo dõi, quản lý sức khỏe. Ở một số khu dân cư, chính quyền còn thiết lập “Phòng theo dõi sức khỏe” được bố trí máy tính và một số thiết bị để kiểm tra sức khỏe. Người dân có thể vào các phòng này để đánh giá, kiểm tra cũng như để được “tư vấn” về sức khỏe.

Thứ tư, thông qua chính sách phù hợp để thúc đẩy sự phát triển của thể dục, thể thao, khuyến khích người dân tập thể dục.

Nhằm thúc đẩy người dân vận động nhiều để cải thiện sức khỏe, chính phủ CHLB Đức đã ban hành chính sách phù hợp về phát triển thể dục, thể thao. Chẳng hạn, các câu lạc bộ và hiệp hội phi lợi nhuận hoạt động trong lĩnh vực thể dục, thể thao đều được miễn hoặc giảm thuế. Các cá nhân tham gia quyên góp cho hoạt động của các câu lạc bộ, hiệp hội thể dục, thể thao đều được yêu cầu miễn thuế thu nhập cá nhân. Hiện nay, CHLB Đức có khoảng 60.000 cơ sở thể thao, bao gồm sân chơi trẻ em, sân thể thao, nhà thi đấu, bể bơi ngoài trời... Hiệp hội thể dục, thể thao còn cung cấp cho người dân Đức nhiều lựa chọn khác nhau trong rèn luyện thể lực và vận động. Bên cạnh đó, để có lợi cho sức khỏe, người dân Đức đã hình thành được thói quen mỗi ngày đứng nhiều hơn ngồi, như đứng khi làm việc, đứng khi học bài, đứng khi dự họp và đi bộ nhiều.

Thứ năm, hướng dẫn chế độ ăn uống lành mạnh, phù hợp cho người dân.

Nghiên cứu cho thấy, nếu thực hiện chế độ ăn uống cân bằng từ sớm thì nguy cơ mắc bệnh béo phì, tiểu đường và bệnh tim mạch sau này trong cuộc sống càng thấp. Vì vậy, để cải thiện sức khỏe và giảm thiểu các bệnh mãn tính, CHLB Đức rất coi trọng việc hướng dẫn chế độ ăn uống cho học sinh tiểu học và trung học cơ sở. Theo đó, ngay từ khi còn nhỏ, học sinh ở CHLB Đức đã được hướng dẫn kỹ lưỡng về chế độ ăn uống lành mạnh. “Bếp ăn

công cộng” là dự án sức khỏe thực phẩm được triển khai tại các trường tiểu học và trung học trên cả nước nhằm hình thành thói quen ăn uống lành mạnh cho học sinh tiểu học, trung học cơ sở và dạy kiến thức nấu ăn cho học sinh. Học sinh tiểu học và trung học cơ sở ở CHLB Đức được hướng dẫn về “Chế độ thực phẩm và dinh dưỡng theo hình kim tự tháp”, chế độ này khuyến cáo học sinh ăn ít thức ăn ở đỉnh tháp và ăn nhiều ở phía dưới tháp. Cụ thể, các nhà trường khuyến cáo học sinh nên ăn thịt từ 02 đến 03 lần/một tuần; nên ăn cá 01 đến 02 lần/một tuần; nên ăn rau ít nhất 02 đến 03 lần/một ngày; nên ăn trái cây ít nhất 02 lần một ngày, nên uống ít nhất 1,5 lít nước mỗi ngày. Để tăng khẩu phần hoa quả trong chế độ dinh dưỡng của học sinh, Chính phủ CHLB Đức triển khai thực hiện Chương trình trái cây học đường. Theo đó, trong giờ ăn sáng, mỗi học sinh được sử dụng miễn phí các loại trái cây khác nhau. Để thực hiện Chương trình này, Chính phủ CHLB Đức phải đầu tư hơn 20 triệu euro mỗi năm. Do được hướng dẫn chế độ ăn uống hợp lý, nên nhìn chung, người dân Đức đã hình thành được thói quen ăn uống lành mạnh, như chế độ ăn kiêng bằng nước trái cây, ăn cá hàng tuần, uống sữa hàng ngày.

Thứ sáu, thực hiện việc khám sức khỏe miễn phí định kỳ.

Do nhận thức được rằng, nếu phát hiện bệnh càng sớm thì tỷ lệ chữa khỏi bệnh càng cao và có thể tiết kiệm chi phí y tế nên từ thập niên 20 của thế kỷ XX, Chính phủ Đức đã thực hiện chính sách “khám sức khỏe định kỳ hàng năm” cho người dân. Hiện nay, hơn 95% người dân Đức được khám sức khỏe miễn phí hàng năm. Để thúc đẩy việc tự giác đi khám sức khỏe, nhiều đơn vị sử dụng lao động còn đưa ra chính sách thưởng cho người lao động khi đi khám sức khỏe.

Thứ bảy, thiết lập cơ sở dữ liệu về sức khỏe cá nhân và đẩy mạnh việc nghiên cứu, ứng dụng khoa học và công nghệ nhằm quản lý sức khỏe.

Trong những năm gần đây, CHLB Đức đã thiết lập cơ sở dữ liệu sức khỏe cá nhân. Chẳng hạn, trên thẻ bảo hiểm y tế điện tử còn bao gồm các thông tin về tình trạng sức

khỏe, hồ sơ bệnh án điện tử và nhiều thông tin khác của người tham gia bảo hiểm y tế. Điều này rất có lợi cho việc theo dõi sức khỏe, chẩn đoán của bác sĩ cũng như tạo thuận lợi cho việc đánh giá thực trạng sức khỏe của người dân. “Hệ thống quản lý sức khỏe cá nhân” là dự án phát triển đang được Bộ Y tế và các cơ quan có liên quan ở CHLB Đức triển khai. Hiện nay, nhiều người dân Đức cũng đã sử dụng các app y tế để quản lý sức khỏe cá nhân. Cùng với việc ứng dụng công nghệ số trong quản lý sức khỏe cá nhân, trong những năm qua, CHLB Đức cũng coi trọng việc nghiên cứu, ứng dụng khoa học và công nghệ nhằm phục vụ tốt việc quản lý sức khỏe. Điển hình trong công tác này chính là việc công nghệ phát hiện nhanh các chỉ số dinh dưỡng của con người qua tóc.

Việc chuyển từ điều trị bệnh sang quản lý sức khỏe thông qua y tế dự phòng và nhiều hoạt động khác nhau nhằm nâng cao sức khỏe cho người dân là một xu thế phổ biến ở trên thế giới hiện nay. Những kinh nghiệm của Nhật Bản và CHLB Đức trong công tác chăm sóc sức khỏe cho người dân có giá trị tham khảo cho việc hoàn thiện thể chế và nâng cao năng lực thực thi thể chế về quản lý sức khỏe nhằm nâng cao sức khỏe nhân dân ở nước ta hiện nay./.

Tài liệu tham khảo:

(1) Xem: WHO, *What is mental health*, <http://www.who.int/features/qa/62/en/index.html>, ngày 16/9/2012.

(2) Larry S. Chapman and Kenneth R. Pelletier *Population Health Management as a Strategy for Creation of Optimal Healing Environments in Worksite and Corporate Settings*. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. Oct 2004.S-127-S-140.<http://doi.org/10.1089/acm.2004.10.S-127>.

(3) R. James Cook: *Advances in Plant Health Management in the Twentieth Century*, Annual Review of Phytopathology, Vol. 38:95-116 (Volume publication date September 2000).