

# Neami 健康问询工具 (Neami Health Prompt)

由 Equally Well 支持

[neaminational.org.au/healthprompt](https://neaminational.org.au/healthprompt)



# 关于 Neami 健康问询工具 (Neami Health Prompt)

Neami 健康问询工具 (Neami Health Prompt) 是澳大利亚首个专门针对社区心理健康场景设计的身体健康需求识别工具。



自 2012 年推出以来，健康问询工具 (Health Prompt) 已帮助医疗专业人员开展有效对话，从而为使用社区心理健康和社会服务的人群带来更好的健康成效。

这些对话取得了实质性效果——其通过联动初级卫生保健提供者、全科医生 (General Practitioners, GPs)、辅助医疗专业人员、替代疗法医师以及其他相关服务，帮助人们识别并处理身体健康问题。

2025 年在 Equally Well 的支持下，健康问询工具 (Health Prompt) 通过共同设计的方式完成了升级，确保其功能贴合服务对象的实际需求。我们自豪地推出这一升级后的工具，以助力提升健康服务响应能力，并改善有复杂需求人士的健康状况。

## 背景

有证据显示面临严重心理健康问题的人群，其身体疾病发生率更高，诊断更易被延误，且获得医疗护理的机会更为有限。为应对此种局面，我们开发了健康问询工具 (Health Prompt)。

其借鉴现有的健康信息资源，包括一分钟健康检查 (One Minute Health Check)、ReThink 健康检查、服务协调工具模板 (Service Coordination Tool Templates)、《澳大利亚饮酒指南》(Australian Alcohol Guidelines) 以及每日 2+5 蔬果运动 (Go for 2&5 campaign) 等。

## 目标

健康问询工具 (Health Prompt) 旨在：

- 支持人们主动关注自身身体健康
- 提升身体健康水平
- 提高健康检查的规律性与质量
- 提升服务使用者与工作人员的健康素养和信心
- 完善健康与福祉服务的转介机制
- 促进健康方面包容且体现尊重的对话
- 识别人们可能希望改善的身体健康短板。

## 如何使用健康问询工具

健康问询工具 (Health Prompt) 的设计初衷是与服务对象协同完成。

本工具虽包含一套成体系的问题，但并非正式评估。其是一款促进反思、自主选择与共识构建的对话工具。

被问询对象无需回答所有问题，且可以跳过任何认为不相关或令人不适的问题。

如果时间有限，您可以从完成第一页开始，该页主要关注健康检查与预防性筛查。这一部分有助于明确当前最需优先处理的健康问题。欢迎您在被问询对象感到准备好或时间允许时，随时返回完成其余部分。（本工具的）目标是推动一种尊重个人、以人为导向的对话——而非要求一次性回答完所有问题。

我们建议您每隔六个月提议使用健康问询工具 (Health Prompt)，但若被问询对象的健康需求或个人情况发生变化，则可增加使用频率。其设计灵活，能贴合每个人的具体情况。

## 实践支持

我们建议工作人员将健康问询工具（Health Prompt）融入持续进行的福祉对话中。所得回应有助于明确健康目标、梳理转介服务，并为贵组织在社区进行健康推广工作提供依据。

《信息和实践指南》将帮助您使用健康问询工具（Health Prompt），其内容包括：

以人为导向使用健康问询工具

最佳实践范式

提供后续跟进与支持

将工具融入日常支持工作

在工作中贯彻多元与包容原则。

我们建议员工接受培训，以掌握健康对话技能，并理解有心理健康困扰人群的身体需求。

诸如心理健康专业在线发展计划（Mental Health Professional Online Development Program, MHPOD）等平台均提供免费的询证模块，以支持开展此类学习。

“健康问询工具（Health Prompt）帮助我意识到自己一直在拖延的问题，并了解可获得的支持服务，也激励我探索不同途径来改善身体健康。”

——戴夫·彼得斯（Dave Peters）（心理健康服务使用者）



## 更多信息

如果您对于如何使用健康问询工具（Health Prompt）有疑问，或希望探讨其如何支持您的工作，请联系：  
[practice@neaminatioal.org.au](mailto:practice@neaminatioal.org.au)

# Neami 健康问询工具

## (Neami Health Prompt)

我们明白，这些筛查问题可能会让人觉得涉及个人隐私。为确保问题贴合个人情况且具有积极意义，请协助被问询对象依据其自身对身体与生理结构的理解来作答。

法定姓名：		惯用名：	
出生日期：		服务使用者 ID：	
您如何描述您的性别？		您使用什么人称代词？	
完成日期：		审核日期：	

### 第 1 节：获取健康护理与支持

问题	是	否	跳过	不适用
您对使用医疗服务系统是否有信心（例如寻找服务、预约就诊或理解转诊流程）？				
您是否感到医疗专业人员（例如全科医生）能够倾听您的诉求并支持您的身体健康需求？				
您是否觉得您对自己目前服用的药物（包括其副作用）有足够了解？				
您是否能够获得（或需要协助获得）性别肯定或性别包容的医疗保健服务？				

### 第 2 节：健康检查与预防性护理

问题	是	否	跳过	不适用
您在过去 12 个月内是否进行过常规健康检查？通常，这类检查包括血压、肺功能以及血液检测（例如胆固醇和血糖）。				
您是否在理解或管理自身糖尿病或心脏病风险方面获得了充分支持？				
您是否曾受邀接受免费的国家肺癌筛查（50 岁以上或符合资格的人士）？				
您是否感觉您的膀胱和肠道功能稳定且舒适，没有任何令您不适或担忧的变化？				
您是否曾受邀接受免费的国家肠癌筛查（45 岁以上每 2 年一次）？				
您是否曾受邀接受免费的国家宫颈癌筛查（宫颈涂片检查）（25 岁以上每 5 年一次）？				
您是否曾受邀接受免费的国家乳腺癌筛查（乳房 X 光检查）（40 岁以上每 2 年一次）？				
您是否感觉自己的皮肤健康且无不适，没有任何令您担忧的变化？				
您是否受邀接受免费的皮肤筛查？				
您是否曾受邀接种适合您情况的推荐疫苗（例如流感、肺炎、新冠或宫颈疫苗）？				
您是否能够获得满足您需求的性健康信息或服务？				
过去一年内，是否有药剂师或全科医生（General Practitioner）与您就用药复查进行过讨论？				
您在过去 6 个月内是否接受过牙科检查？				

### 第 3 节：您的日常生活与福祉

问题	是	否	跳过	不适用
您是否有机会进行让自己感觉良好的规律运动或锻炼？				
您是否觉得您能获得丰富多样的食物，以满足您的需求、偏好和个人情况？				
您是否通常能够在一周内摄入充足且感觉富有营养的食物？				
您认为您每天的饮水量是否足够？				
过去 10 年间，您是否一直不吸烟 / 不使用电子烟？				
您是否曾受邀接受免费的戒烟支持或尼古丁替代疗法（Nicotine Replacement Therapy, NRT）？				
当饮酒或其他物质使用正影响您的福祉与人际关系时，您是否感到能够获得支持来探讨这一问题？				

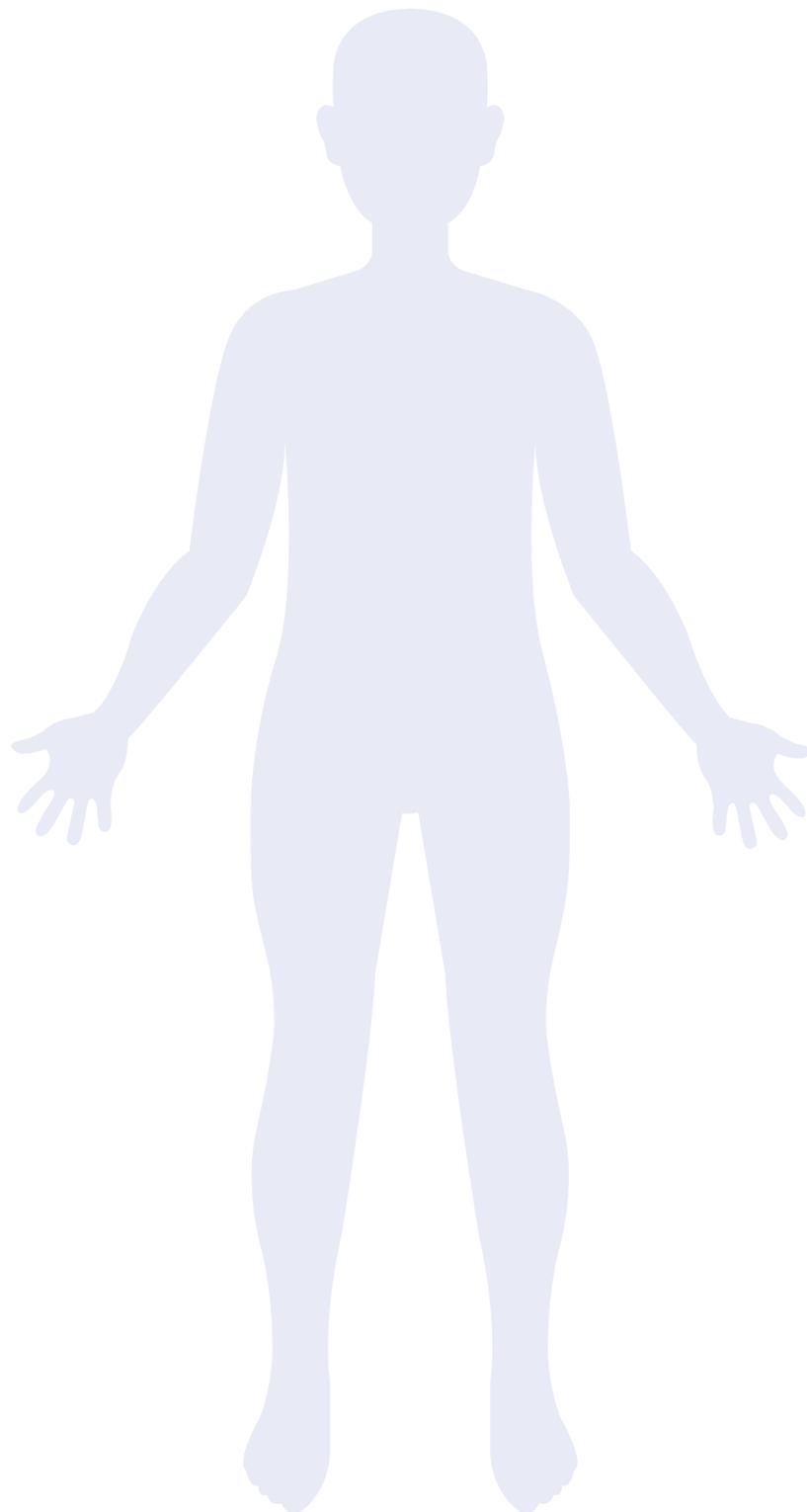
### 第 4 节：疼痛、活动与身体认知

问题	是	否	跳过	不适用
您在活动时是否感到安全与平稳？				
您是否认为您的身体基本没有疮口、肿胀或持续性疼痛？				
您是否觉得您的睡眠能满足您的精力和身心健康需求？				
您是否觉得您的身体在为您的身心健康提供支撑，且近期没有出现令您担忧的体重或体型变化？				
您的牙齿和牙龈是否没有疼痛、出血或不适？				
您是否对自己的视力和阅读或清晰视物的能力感到放心？				
您是否觉得您的听力足以满足您的沟通与日常生活需求？				



# 人体示意图

请在下方图片中，圈出让您感到担心或担忧的身体部位



## 第 5 节：您的健康总结和后续步骤

关于您当前的身体健康，您觉得什么是最重要的？

---

---

---

---

---

在谈论您的健康问题时，什么能让您感到安全、受尊重且被倾听？

---

---

---

---

---

当前，关于您的健康问题，哪种类型的支持与后续步骤会对您有所帮助？

---

---

---

---

---

请分享任何其他健康担忧

---

---

---

---

---

---

## 关于 Neami National

我们深切地相信每个人都应有机会过上充实的生活。我们帮助人们实现对其自身来讲重要的福祉和心理健康目标。

我们在澳大利亚全国范围内提供心理健康与福祉、住房与无家可归者支持以及自杀预防服务，并以此为豪。

我们的服务方法基于实证，且我们重视过去及当下的经验。我们服务方法的核心在于认识到充满关怀与联结的人际关系对心理健康和福祉至关重要。

[neaminational.org.au](http://neaminational.org.au)

## 关于 Equally Well

Equally Well 是一个充满活力的变革推动者团体，致力于提升有心理健康困扰人群的身体健康公平。

我们由超过 100 家组织组成，致力于探索多学科解决方案，以缩小这部分澳大利亚人群的预期寿命差距。

Equally Well 由澳大利亚政府卫生、残疾与老龄化事务部资助。

[equallywell.org.au](http://equallywell.org.au)



我们承认澳大利亚原住民和 / 或托雷斯海峡岛民及其社区是我们工作所在土地的传统守护者，并向过去和现在的长者致以敬意。我们承认他们从未放弃主权。



Neami National 致力于为员工、服务使用者及照护者营造包容的环境。我们弘扬、重视并包容所有背景经历、社会性别、性取向、文化背景、身体和能力的人。