



## 成功落实工作场所 防癌措施的实用方法

作为工作场所健康和保健计划的一部分，国际抗癌联盟（UICC）和Bupa合作推出了“[健康工作场所](#)”资源，为您提供可靠干预措施的实施指南，包括癌症预防、及早发现和为患者返回工作岗位提供支持。

在此，我们提供一些成功落实工作场所防癌措施的实用信息，为您企业员工的健康和业务顺利开展带来长久的积极影响。

### 成功的十一大因素

我们的健康工作场所资源旨在帮助贵企业营建健康的文化，在工作场所支持员工做出改变，以预防癌症、及早发现并提高他们的生活质量。这些资源提供了实用的指导，如何将以下健康行为改变的成功因素，作为所有工作场所防癌措施的核心来落实到位：

- 让员工参与制定健康工作场所解决方案，以满足他们的需求
- 让员工能够掌控自己的健康
- 通过奖励措施，激励改变，消除障碍
- 让健康的选择变得简单
- 营造有助于长期保持健康行为的环境
- 推广有助于加强人际关系和增加社会支持的措施
- 使用数字渠道个性化干预措施并进行衡量
- 采取的方法应同时考虑身体和心理的健康
- 让家庭、护理人员和社区参与其中
- 以身作则健康行为
- 评估结果并展示影响

## 工作场所健康和保健模式的最佳实践

对于所有工作场所防癌措施，如果能将其整合进结构化的工作场所健康和保健模式中，利用最佳实践并鼓励协调一致，同时赋予一定的灵活性以适应本地需求和文化，可将其影响最大化。

Bupa工作场所健康和保健模式围绕四个阶段设计——评估、设计、实施、评定。这四个阶段如同拼图一般完美拼接——它们相互关联，形成一个完整的周期。这一周期应定期审核并加以改善，从而在日积月累过程中最大程度地满足员工的需求。

为了指导贵企业实施这四个阶段，每个**健康工作场所资源**都包括每一阶段所采取实用步骤的相关信息，涵盖证据、案例研究、工具和资源，以帮助指导您选择适合贵企业的解决方案。



“全球的工作人口占总人口近50%，工作场所是帮助数百万人采取更健康的生活方式，并减少罹患慢性疾病（包括癌症，心脏疾病和糖尿病）风险的重要途径。工作场所健康和保健同样具有商业意义——快乐、健康、敬业的员工能够带来业务增长和强劲回报。我们致力于帮助世界各地的人们更健康、更快乐地工作。我们实现这一目标的方式之一，便是通过与UICC的出色合作以及我们的工具包，帮助企业改善工作场所的防癌计划。”

**Stuart Fletcher,**  
Bupa首席执行官