

社區合作 總結

2023

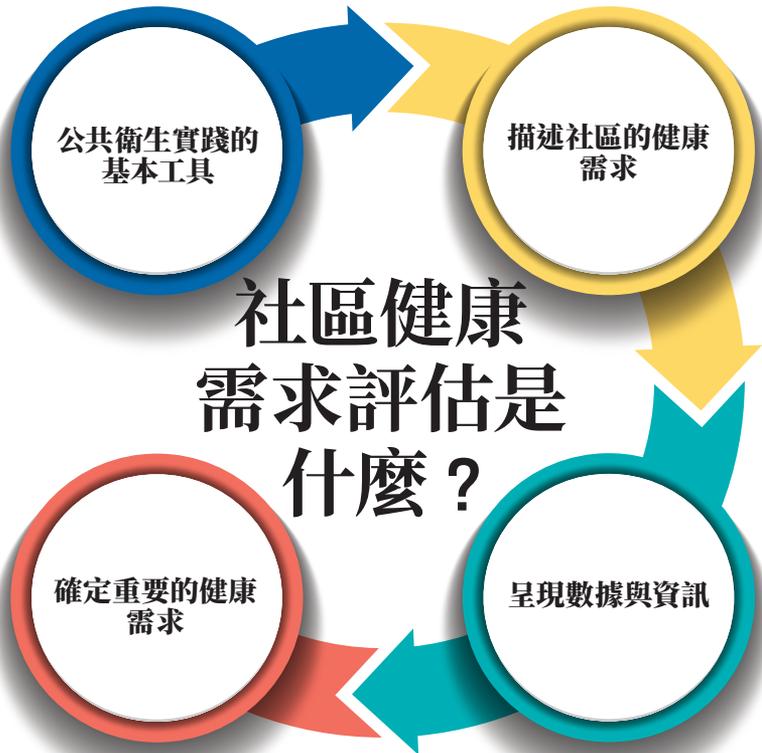


健康蒙哥馬利社區健康需求 評估 (Healthy Montgomery) CHNA 的目的

社區健康需求評估 (Community Health Needs Assessment, CHNA) 討論蒙哥馬利郡社區的健康和社會需求、問題和障礙。它分享社區居民和對此議題感興趣的人的想法。

蒙哥馬利郡 2023 年社區健康需求評估 (CHNA) 透過瞭解超過 2,500 名社區民眾的觀點，找出本郡的關鍵健康需求、障礙和問題。

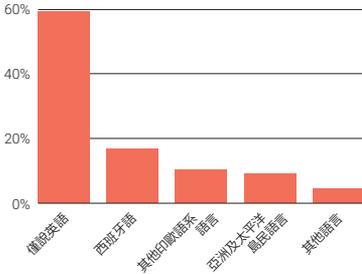
以此為資料來源來擬訂計劃和政策，為蒙哥馬利郡的每個人實現公平的醫療保健。



服務的社區：

蒙哥馬利郡人口特徵

馬里蘭州蒙哥馬利郡居民在家使用的語言種類



數據來源：2022年蒙哥馬利郡郡議會轄區概況
 人口普查數據：美國社區調查(American Community Survey, ACS)2020年5年估計；2017年蒙哥馬利郡種族安全計劃

蒙哥馬利郡
 馬里蘭州蒙哥馬利郡的外國出生人口

32.9%

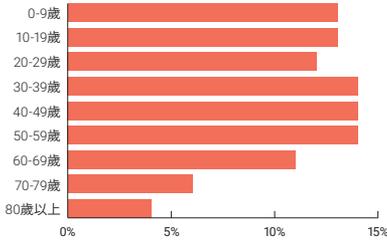
馬里蘭州
 馬里蘭州外國出生人口

15.9%

最大的少數族裔來自
**薩爾瓦多、中國
 大陸、印度和衣索比亞**

蒙哥馬利郡人口：按年齡劃分

按年齡劃分的人口
 馬里蘭州蒙哥馬利郡



數據來源：「蒙哥馬利郡趨勢：人口、住房和就業狀況概覽」(A Look at People, Housing and Jobs), 2019年1月人口普查數據；ACS 2020年5年估計

年齡中位數
 馬里蘭州蒙哥馬利郡

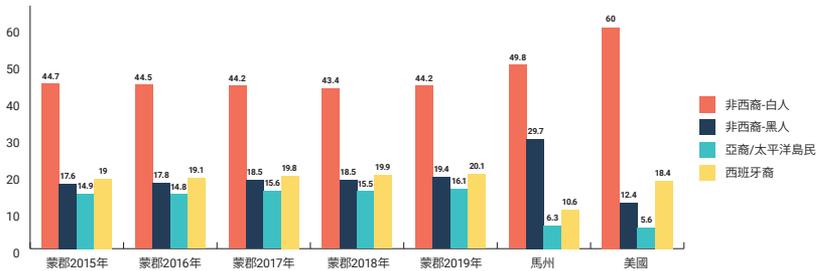
40

人口老齡化



到2040年，五分之一的郡居民將達到
 65歲及以上

2015-2019年蒙哥馬利郡、馬里蘭州，和美國按選定特徵劃分的人口百分比估計



社區參與：

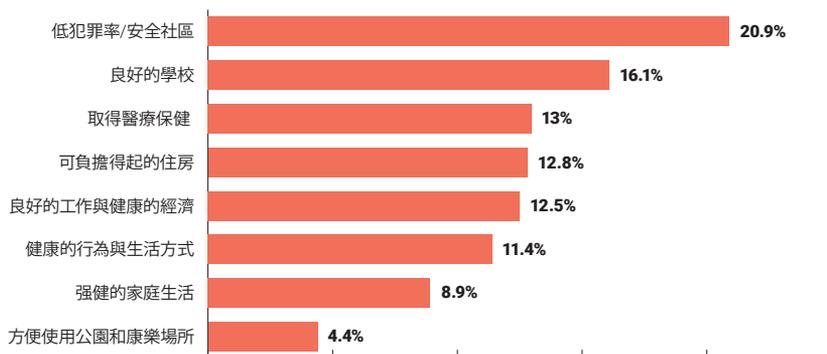
超過2,500名蒙哥馬利郡社區民眾接受了採訪或完成了調查，以分享其社區的健康問題、需求和障礙。

數據收集 結果



構成健康社區的最重要因素

構成健康社區的最重要因素



一個健康的社區
是沒有毒品的，
這是我的首要關注。



構成健康社區的最重要因素



每個人都對社區
有一種主人翁意識。



更多綠化，如公園。



人們可以最大限度地利用社會、經濟和教育方面的機會。



確保我們在需要時取得醫療保健，例如緊急護理。



安全設施、人行道、遵守車速限制的人.....



重大健康需求

取得行為健康和物質使用障礙服務

心理健康對整體身心健康很重要。藥物濫用或感到非常孤獨等問題可能會損害您的健康，在嚴重的情況下，可能會導致自殺。取得有關心理、情緒和物質使用問題的幫助可以對您的感受、思想和社交生活產生巨大的積極影響。這對於創建一個健康的社區至關重要。

14 每 10 萬
居民中的死亡
人數

蒙哥馬利郡因使用毒品導致的死亡

數據來源 2021年健康蒙哥馬利核心指標

4

居住在蒙哥馬利郡的人們每月平均感到心理不健康的天數

數據來源 2023年郡健康排名與路線圖



取得心理健康保健至關重要。我們已經失去了如此多的親人。

在我的社區，兒童和青少年需要緊急協助。

取得所需的公眾服務，例如教育、收入、住房、就業、食物和個人社會服務

取得教育、收入、住房、工作、食物和例如居家支持等個人服務對於盡可能保持健康非常重要。如果社區沒有令居民取得滿足其基本需求的服務，他們就無法過著健康和生機勃勃的生活。

14%

蒙哥馬利郡家庭中家庭收入的 50% 或以上用於住房

數據來源 2021年郡健康排名與路線圖

11%

蒙哥馬利郡18歲以下的兒童生活在貧困中

數據來源 2021年郡健康排名與路線圖

8.64%

蒙哥馬利郡的人口沒有高中文憑

資料來源 2020年郡健康排名與路線圖



如果沒有住房，我們實在都無法開始解決我們所面臨的醫療保健差距問題。



高中畢業的學生不會去上大學，因為他們沒有辦法支付學費。是有一些獎學金，但如果學生不是這裡的公民，就不允許申請。



取得使用公園、公共空間、健康與康樂場所的機會

能夠使用公園、公共空間以及健康和康樂場所使人們更容易保持積極的生活方式。當一些社區沒有公平地使用這些地方的機會時，可能會導致更多的慢性疾病。確保每個人都能輕鬆去到有利於健康的地方，例如公園和康樂場所，可以鼓勵社區中的人們保持更加積極的生活方式。

17.6%

蒙哥馬利郡20歲及以上的成年人報告說，
在空閒時間 **他們沒有進行任何體育活動**

數據來源 2021年郡健康排名與路線圖

“

我們需要擴大這些社區中心的健身計畫。這將為居民提供一定程度的保持身體健康的機會。

”



“

我們過去常常在家附近慢跑，但由於施工的原因，這不再是一種選擇……現在出去運動相當困難。

”

取得優質牙科保健服務

定期去看牙醫對於盡可能保持健康非常重要。口腔健康的差異表明，並非每個人都有相同的健康機會，這會影響他們的生活品質。如果很難取得正確的牙齒護理，例如清潔或治療牙齒問題，可能會導致身體不太健康。確保有更多的牙科服務提供者對於讓更多人取得牙科護理非常重要。當社區有能夠輕鬆取得牙科護理的機會時，居住在那裡的人們在許多方面更有可能保持健康。

蒙哥馬利郡每**790**名居民中有**1**名牙醫

數據來源 2021 年郡健康排名與路線圖

社區的一大需求是取得牙科護理.....這非常昂貴，對於低收入家庭來說更是如此。

.....預約基本護理，例如[牙科]清潔，可能需要 3 個月的時間。



取得優質的初級保健服務

維持社區健康的第一步是擁有基本的醫療保健服務。這些服務包括健康診所、藥物和醫療保健提供者。健康保險、交通情況和了解健康資訊等因素對於確保人們取得所需的照護也很重要。當社區中的某些人無法輕鬆取得醫療保健時，可能會影響他們的生活品質和壽命。

7%

蒙哥馬利郡居民沒有健康保險

資料來源 2020年郡健康排名與路線圖

23.6%

蒙哥馬利郡的居民過去一年內未去看過醫生或醫療保健提供者

數據來源 2022年馬里蘭州蒙哥馬利郡健康調查

24.1%

的蒙哥馬利郡居民表示他們沒有醫生或醫療保健提供者

數據來源 2022年馬里蘭州蒙哥馬利郡健康調查



沒有足夠的醫生.....來滿足 [蒙哥馬利郡]人口規模的需求。

在這個國家，醫療保健是負擔不起的。

醫療保健需要成為一項權利。

取得專科和延伸保健

專科保健，例如在初級保健提供者定期檢查後取得針對特定健康問題的額外幫助，對於確保人們能夠取得所需的護理非常重要。緊急護理、居家醫療保健等服務對人們的健康非常重要。如果人們無法取得這些專科醫生的服務，例如糖尿病護理師或心臟病醫生，他們可能很難管理持續的健康問題。

7%

蒙哥馬利郡居民沒有健康保險

資料來源 2020年郡健康排名與路線圖

4.5%

蒙哥馬利郡居民在取得醫療服務時經歷過交通不便的障礙

數據來源2022年馬里蘭州蒙哥馬利郡健康調查



醫療專科服務距離
Poolesville 地區至少
8-14 英里。

「沒有診所」可以將患者送去做血液透析，特別是如果他們沒有保險或移民身份。



取得使用科技的機會

「數位落差」意味著有些社群可以輕鬆取得使用網路、電腦和手機等技術的機會，而有些社群則不然。這種差距影響人們如何能夠取得醫療保健。無法取得使用科技的機會被認為是可能使健康差異惡化的社會因素。為了改善每個人的健康，幫助更多的人學習和使用數位工具非常重要

6% 蒙哥馬利郡沒有寬頻網路連線的家庭百分比

數據來源 2021年郡健康排名與路線圖



.....[人們]沒有.....使用.....計算法的機會，他們可能沒有帶有那些技術的手機讓他們能夠註冊某些服務或能夠取得資源.....應該要有一種方法可以聯繫到這些在圖書館不開放時，就無法註冊服務的人們。



取得使用交通工具的機會

在社區附近出行對於取得醫療保健服務非常重要。社區居民擔心某些人取得醫療保健可能會變得更加困難。如果出行困難，取得醫療協助、就診和保持健康就可能變得更加困難。沒有好的交通方式也會影響社會健康，因為它會導致人們更難取得健康食品、找到工作或進行日常活動。讓交通更加便利可以在許多方面讓人們更健康。

4.5%

蒙哥馬利郡居民在**取得醫療服務時經歷過交通不便的障礙**

數據來源 2022年馬里蘭州蒙哥馬利郡健康調查

45.1%

蒙哥馬利郡的人口**沒有居住在公共交通站點(例如巴士或火車站)附近。**

數據來源 2019年郡健康排名與路線圖

我去看[醫生姓名]。如果我不依靠朋友、鄰居和家人，我就無法到達那裡；如果乘坐出租車，費用相當昂貴。



積極的生活方式和健康營養的飲食

積極活動和健康飲食對於保持健康和避免疾病非常重要。運動不足和飲食不當會使您的健康狀況惡化，增加患有長期疾病的機會。一些社區，尤其是那些面臨挑戰的社區，可能會發現很難取得負擔得起的優質健康食品，並且可能有許多快餐店提供不太健康的選擇。確保每個人定期運動並吃得健康對於社區的良好發展至關重要。

37%

蒙哥馬利郡公立學校的學生有資格取得免費或減價午餐

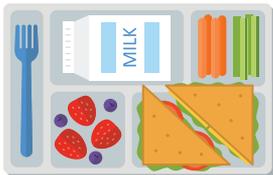
數據來源 2021年郡健康排名與路線圖

58%

蒙哥馬利郡的成年人超重或肥胖

數據來源 2020年健康蒙哥馬利核心指標

郡政府可以重新審視關於學校提供健康食品的問題.....我們需要看看我們的孩子在學校吃什麼以及我們減少了多少運動量.....我們需要幫助我們的孩子在食物和飲食需求方面做出更好的選擇。



到處都有的可供選擇的快餐數量有時有很多。即使你想要健康，你也不會找到很多健康的地方.....最健康的地方並不總是離你很近，而且你可能並不總是有錢可以負擔，所以要一直可以選擇[健康食物]是有點困難的。

文化和語言能力

文化和語言能力意味著在社區中提供衛生與公眾服務的人們，例如醫療保健提供者和公眾服務專業人員，可以提供符合個人社會、文化和語言需求的服務。擁有能夠講多種語言、了解不同文化、使用專業口譯員並以簡單語言提供清晰資訊的員工對於更好的醫療保健服務以及為患者和服務提供者提供更滿意的體驗非常重要。

15%

多元性別LGBTQ+ 社群調查中認為自己是跨性別者、性別多元者或不確定性別的人，並表示醫療提供者拒絕提供性別確認 (gender-affirming) 的醫療服務的受訪者比例

數據來源 2023 年LGBTQ+調查報告

4.7%

蒙哥馬利郡居民表示語言障礙是無法取得醫療保健的一個原因

數據來源 2022年馬里蘭州蒙哥馬利郡健康調查

“ [性別肯定照護]長期以來一直是個讓人感到挫折的話題。

我認為我們需要根據文化上的期待來開展工作，或至少以更多的文化意識來處理這個問題。



環境健康

環境健康著眼於我們周圍可能影響我們健康的事物。空氣和水污染、家中的氡氣和擁擠的地方等都會使人們更容易生病或受傷。努力減輕社區中的這些問題可以在許多方面使居民更健康。

20854、20905、20882、20872、20871、20838、20939和20842

蒙哥馬利郡**氡氣含量最高**的郵遞區號

數據來源 2016 年蒙哥馬利郡健康狀況



“
隨著房屋被拆除並被更大的房屋取代，樹木也會消失.....我認為樹冠的損失對於空氣污染負有雙重責任。

“
我們在這裡面臨的一項健康方面的挑戰是交通.....我們有很多空氣污染.....當我清理門廊上的東西時，看到有那麼多煙灰真是令人震驚。它在我們的肺裏面，可能會縮短居住在環城公路附近的每個人的壽命。



衛生與公衆服務系統導引

取得幫助以了解和使用醫療保健和支持服務對於改善健康非常重要。要弄清楚美國複雜的醫療保健系統可能很困難，這種難處可能會使取得所需的護理變得困難，從而導致健康差異並使這些社群在社會上更加脆弱。幫助人們駕馭這些系統的服務可以使人們更容易取得照護，在社區和衛生專業人員之間建立信任，並減少與不同文化和語言相關的問題，從而改善整體福祉。

創造一種氛圍，讓講不同語言和不同種族的人們能夠足夠放心地尋求指導，感到被理解，並且感覺幾乎可以在提供幫助的人身上看到自己的影子。

我需要了解獲取資源的申請流程，例如糧食券 (food stamps) 等食品援助計劃。



受傷和疾病的預防和管理

預防意味著努力降低發生健康問題的機會。當醫療保健難以取得時，傷害和疾病就會發生。如果有人受傷或生病，妥善管理可以讓他們生活得更好，並降低他們自己和醫療保健系統成本。預防或減輕車禍等常見傷害或糖尿病等疾病的影響，對於使社區更健康非常重要。

蒙哥馬利郡每**10萬名**居民中就有

65人

蒙哥馬利郡受傷**致死率**
(依年齡調整)

數據來源 2019年蒙哥馬利郡健康狀況

蒙哥馬利郡每**10萬名**居民中就有

111人

蒙哥馬利郡**心臟病死亡率**

數據來源 2020年健康蒙哥馬利郡核心指標

10.2%

蒙哥馬利郡在任何時間曾使用過**電子煙(e-cigarettes)或霧化煙(vaping)**產品的成年人比例

數據來源 2022年馬里蘭州蒙哥馬利郡健康調查

蒙哥馬利郡每**10萬名**居民中有

329人

蒙哥馬利郡**糖尿病患者去急診室**的人數

數據來源 2020年蒙哥馬利郡健康狀況

肥胖和糖尿病在我們的社區中很普遍，尤其是在社區的年輕人和老年人中.....

.....為什麼我們不能在這個郡做一些獨特的事情來激勵我們的年輕人.....預防肥胖？

孕產婦及幼兒健康

孕產婦和幼兒健康涵蓋婦女在懷孕和分娩期間的福祉，以及兒童從出生前到青春期的健康。在這個階段照顧母親和嬰兒對於他們的生活品質至關重要。提供更多計劃生育等家庭和生育保健服務並使它們更容易取得可以幫助人們決定想要幾個孩子以及何時生孩子。這也可以帶來更健康的嬰兒和更好的整體健康，即使人們選擇不生孩子也更加健康。

每 1,000 人中有

5 人

蒙哥馬利郡的嬰兒在一歲
生日前死亡的比例

數據來源 2020年健康蒙哥馬利核心指標

7.3%

蒙哥馬利郡出生體重偏低
和出生體重極低的百分比

數據來源 2020年健康蒙哥馬利核心指標

給有色人種女性
過度使用鎮靜劑而
不是服用止痛
藥.....我從來沒有
想過有一天我會體
驗我所讀到過的有
關醫療保健差異以
及醫學上如何治療
不同種族人口的所有內容。

解決.....嬰兒死亡率是本郡
的一個巨大需求。這不僅是
關於降低死亡率的問題；這
是為了孕育一個讓每個嬰兒
都有平等成長機會的未來。

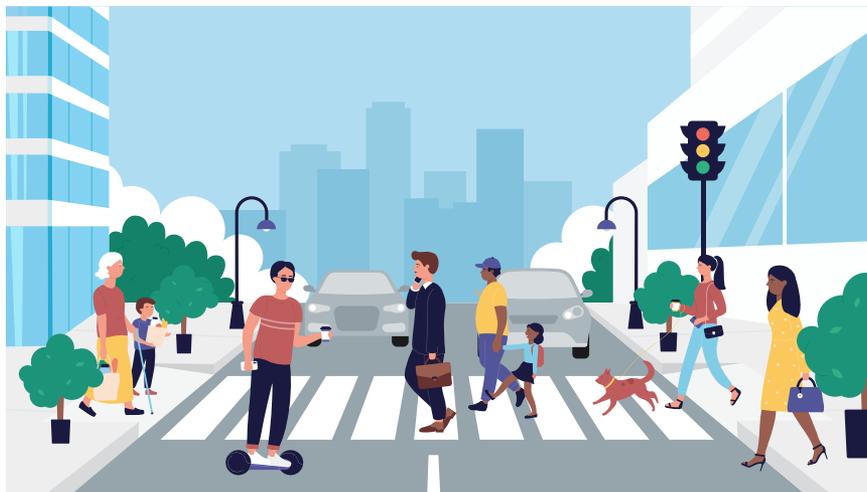


行人安全

確保步行者的安全意味著為人們提供安全的步行和玩耍場所。社區中的每個人都在確保行人安全方面發揮作用。當社區關注行人安全時，就可以防止事故和居民受傷。此外，創造安全、愉快的步行場所的社區鼓勵人們保持更加積極的生活方式。



有一些人行道和行人穿越道的照明不是很好。車輛限速實際上是每小時40英里或35英里.....這相當快了。而且有很多帶年紀很小的小孩的家庭。我看到過很多人在有行人的時候不會在行人穿越道前停下來.....我發現自己擔心如果有人超速一點點行駛並且有人正在跑步運動，而且光線不是很好，那絕對可能發生一場嚴重的事故。



安全和無暴力的環境

當人們在社區和家中感到安全時，他們會在許多方面變得更健康——身體上、情緒上、心理上和社交上。確保社區安全可以防止事故和故意傷害。努力制止社區和家庭中的暴力對於社區的整體福祉至關重要。

每10萬居民中有

10人

蒙哥馬利郡死於槍支
的死亡率

數據來源 2019年蒙哥馬利郡健康狀況

每 10萬 居民中有

421人

蒙哥馬利郡每10萬人中報
告過暴力犯罪的數量

資料來源 2020年郡健康排名與路線圖



這取決於你和誰一起玩.....
在我住的地方附近有幫派活
動.....如果你朝某個方向
走，你可以發現有人正在做
什麼或賣什麼.....



我認為令人震驚的是，
你所在社區的附近就可
能發生暴力或毒品事
件。也讓人有點生氣。



社會關係和社區連結

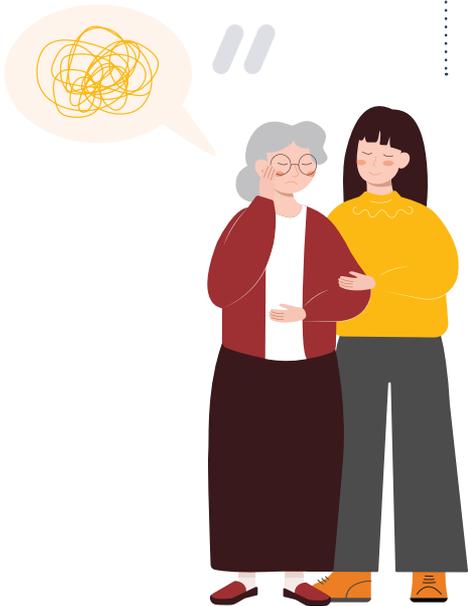
社會關係和社區連結意味著社區中的人們可以建立讓他們感到被關心、重視和支持的關係。有或沒有這些連結是影響健康的社會因素。如果一個社區中只有少數人際關係，可能會導致更多的疾病、心理健康挑戰和更短的壽命。在社區中創造更多的建立社交聯繫和親密關係的機會可能會讓人們更健康。

4 蒙哥馬利郡居民在過去30天內感到精神不健康的平均天數(依年齡調整)

資料來源 2020年郡健康排名與路線圖

在過去的一年裡，我一直擔心心理健康和社交孤立。

作為一個小型社區，我們一直面臨的一個挑戰是如何聯絡到與外界隔離的老年人，因為根據定義，你找不到他們.....他們是社交上孤立於社會的老年人.....他們可能還有其他需求，無論是維修房屋、食物不充足，還有除了孤立之外的其他問題。這些問題本身就是有害的.....孤立於社會的老年人根據定義是無法被看見的，而且他們的需求是重大的。

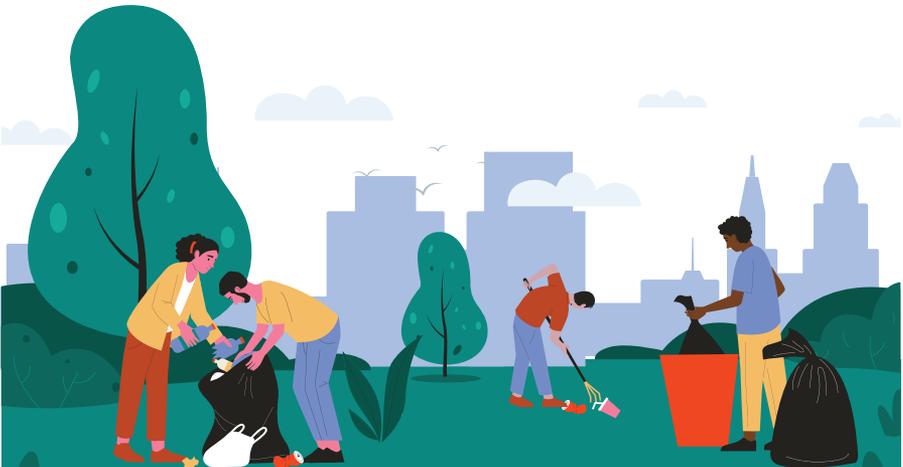


廢棄物管理

處理家庭、農場和企業的垃圾對於社區和環境健康都至關重要。透過減少浪費、重複利用產品和回收來清潔街區周邊和公園，可以使社區更健康、更有韌性。

有些街區並不那麼乾淨。這不僅是整潔的街道的問題，更是因為一個社區關心周遭環境所帶來的自豪感和幸福感。

我認為我們需要更乾淨的公園。這不僅僅是綠化的問題，而是創造一個家庭可以一起娛樂、朋友可以聚會、每個人都可以無憂無慮地融入大自然的空間。



2023

社區健康 需求評估

馬里蘭州蒙哥馬利郡

代表

健康蒙哥馬利，蒙哥馬利郡社區健康改善流程進行

401 Hungerford Drive, Rockville, MD 20850

2023年11月

馬里蘭州蒙哥馬利郡衛生與公眾服務部，健康蒙哥馬利。2023年馬里蘭州蒙哥馬利郡社區健康需求評估。馬里蘭州洛克維爾市(Rockville)。2023年。

社區健康需求評估(CHNA)的官方支持者





**此報告經健康蒙哥馬利指導委員會(Healthy
Montgomery Steering Committee)批准
(2023年11月2日)**

馬里蘭州蒙哥馬利郡
衛生與公眾服務部，
健康蒙哥馬利 2023年馬里蘭州蒙哥馬利郡
社區健康需求評估
馬里蘭州 洛克維爾市 (Rockville) 2023年。