

影响健康教育实施的因素分析与对策

◆陈兰芳 韦国英 吴碧丽 广东省湛江市中心人民医院

摘要 目的 分析影响教育旗袍的存在的问题，探讨其中可行性对策。**方法** 自制调查问卷，了解住院患者健康教育的不同需求程度。**结果** 人们的健康观念有所更新，对健康教育的需求为100%，健康教育质量明显提高；**结论** 健康宣教的全过程应充分运用护理程序，使病人从入院到出院接受健康宣教，同时通过健康宣教也丰富了护士的职业内涵，使病人在住院期间对自身疾病有所了解，并掌握了有关保健知识。

关键词 健康教育 影响因素 对策

Analysis influence health education factor and counterplan that into preactice

Chen Lanfang wu Xiuping

Zhan jiang city center peoples hospital, guangdon Zhan jiang 524000

Abstract Objective Analysis influence health education esse problem that into practice, study among them possibility counterplan. **Methods:** Self-control inquisition questionnaire, understanding hospitalization get different need degree that educate of health. **Results:** People's health idea has the renewal, and educator to health of require with to 100%, health education obvious exaltation of quantity. **Conclusion:** The whole process that health educate to make the most of the nursing procedure, and make the patient from arrive out the hospital to accept the health education into the hospital, and passed the health education to also enriched the inside connotation of the nurse occupation at the same time, and make the patient have the understanding to oneself disease during the period of hospitalization, and combine to control the relevant health care knowledge.

Key words Health education Influence factor Counterplan

随着护理学术的发展，国内护理界的改革已势在必行，如何跟上改革的步伐、时代的要求，则是我们共同研讨的课题。^[1]那么从中国现状出必，重新认识“护理”的概念和内涵，是决定护理改革方面的当务之急。所谓护理是诊断与处理人类对现存或潜在的健康问题的反应。护士既要了解护理的内涵，又要运用理论知识来观察和认识现象，并采用护理措施来改善、矫正或促进人的健康状况，最后评价采取护理措施后所产生的与人的健康相关的效果，由此看来健康教育则是不可忽视的重点之一。影响健康教育实施的因素是多方面的，其中病人因素不容忽视，为使健康教育在继续开展的过程中更加广泛和深入，本文进行了分析，并提出相对对策。

1 影响健康教育实施过程中存在的问题

1.1 对健康教育的需求程度不同 病人认为接受健康教育最适宜的时间与主管护士经常执行宣教的时间矛盾较大。究其原因有：(1)病人入院当天被疾病缠身，心情烦乱，无暇领会健康教育，故此时主管护士进行宣教，病人印象不深，甚至忘记；(2)护理人员仍缺编，治疗护理任务重，主管护士工作繁忙，少有专门的宣教时间，大多数主管护士只能利用病人入院时，带病人入病室及为病人做治疗护理时的短暂空隙时间进

行宣教，影响健康教育的效果。这也说明了主管护士尚未认识到健康教育的重要性，只是为宣教而宣教^[4]。

1.2 对护理人员的信任度偏低 护士给病人边做治疗护理边宣教，只有22%的病人同意，是因为病人一方面担心护士精神分散，易出问题，影响效果；另一方面自己为保证疗效，专心致志接受治疗护理，没有心情接受宣教，还有由于病人的社会、文化、心理、生理各异，而主管护士一般只作一次性讲解，部分病人领会不到，因此有12%的病人认为收效不大。

1.3 对健康的接受能力差别大 病人最愿意选择结合疾病各时期讲解的宣教方法占69%，体会深，记得牢，也赞同与家属一起参加健康教育知识学习占45%，能协助病人改变不健康行为，创造康复条件，促进疾病康复。主管护士也希望宣教时有家属在场占44%，更能使健康教育实现，但往往因为护士和家属工作忙，较少机会聚在一起，使这项工作受到一定的影响^[4]。

2 实施对策

2.1 加强宣传，使新的健康观念深入人心 观念的转变是任何一次改革的先导，也是成功的关键，只有观念转变了，行动才会有所改变。在社会进步和人们生活水平提高的同时，人类疾病谱和死亡谱也发生着变，威胁人类健康的疾病已由急性传染病向恶性肿瘤、心脑血管

病、糖尿病等慢性疾病转变化，导致这些疾病的主要原因是不良行为方式和生活方式，新的健康观念并没有完全为人们所接受，仍有46%的人认为生物学因素是疾病发生的主要因素，“生物—心理—社会”模式并非深入人心。^[3]护士有责任有义务向病人乃至健康人群传授疾病和健康保健知识，形成人们的健康意识和健康行为，养成良好的行为方式和生活方式。我们一方面加强医院宣传阵地，在门诊、病房设有宣传栏，由专人负责定期更新宣传内容，内容通俗易懂，图文并茂，既有各种疾病的防治，又有关于饮食、运动、心理等方面的保健知识；另一方面我们与附近社区合作，在小区内设有宣传栏，主要宣传与人们日常生活密切相关的保健知识，并定期组织医护人员到小区内进行健康咨询活动，通过这些努力，将健康理念传输给人们。

2.2 加大健康教育知识和技能的培训^[2] 由于我国对健康教育的重视起步较迟，目前大多数护士都没有接受过系统的健康教育培训，相关知识和技能缺乏，为此我们开辟多种途径，提高护士的健康教育能力。将健康教育纳入继续教育内容，规定不同年资、职称的护士接受教育培训的学分；通过举办学习班、专题讲座、外出短期学习等方式，使护士掌握有关行为科学、传播学、心理学和预防医学知识与技能，并将健康教育纳入岗前培训，以利于护士更好更快地掌握相关知识与技能，缩短培训周期。通过知识的更新、技能的提高，改变了人们对护士的传统认识，护士凭藉知识、人格、能力的魅力给病人以强烈的感染力和信任感，使病人易于接受护士所进行的健康教育。

2.3 实施教育因人而异 在教育计划的设计、实施和效果评价这一教育过程中要体现“个性化”，避免出现“千人一面”，缺乏针对性。在具体实施过程中更要注意根据患者的年龄、性别、职业、文化程度、病种等选择适宜的教育形式和教育时机，以期达到最佳教育效果。^[5]如对老年人以口头讲解为主，可采取直观形象教育、重复教育、少而精教育、归纳综合性教育等多种方法和技巧^[5]；对知识分子以推荐自阅相关书籍和宣传资料为主，辅以问答式、启发式教育；对于慢性病健康教育效果往往优于急性病，在疾病缓解期教育效果优于发作期^[4]。我们还根据病人的特点和需求选择教育方式，如有些病人不善于与护士交流，我们就将教育内容录制成磁带播放给病人，制作方便又经济，易于推广使用；又如有些病人对患同种疾病好转或康复的病人比较信服，我们就请来这样的病人言传身教，等等，这些“个性化”的健康教育都收到了很好的效果。此外，在教育过程中我们初步尝试了医生的共同参与，也取得一定效果。

3 结果

通过采取上述对策，人们的健康需求普遍提高，

健康观念有明显更新，人们对健康的维护重在预防，对相关疾病知识及自我护理保健知识的指导有强烈的需求，高达100%，健康教育质量明显提高，以总后卫生部2001年颁布实施的部军标为评价依据，健康教育覆盖率达100%，知晓率达90%，较前分别提高了8%、5%，健康教育成效显著。

4 讨论

4.1 沟通技巧是做好健康教育的关键 护士是健康教育的主要力量，必须有良好的语言表达能力和交流技巧。语言是护士用来教育指导病人的主要工具，恰当的语言表达可获得病人发自内心的信任，因此必须不断提高语言的表达能力和语言修养。在临床实践工作中护士语言表达能力强、人际关系良好的护士对病人健康教育都做得比较好。

4.2 护理人员必须有高度社会责任感 健康教育的目的是提高全社会人员的健康水平，因此要对全体社会成员宣传卫生知识，那就必须有较强的社会责任感，否则事事与我无关，那是不能参与这项工作的。

4.3 提高自身业务素质 护士如没有良好的业务知识，就不能针对某一疾病说出有针对性的道理，因此必须加强学习，认真接受各方面的知识，多读书，提高自身修养。

4.4 加强护生健康教育学习 为了保证护士健康教育能力的不断提高，必须加强护生在校期间的培训，使其从走上护理岗位的第一天起就能有深刻的理解和认识，主动积极去完成这项工作，培养责任感和使命感。

在更新护理观念、开展整体护理的今天，通过我们的实践，对健康教育的重要性有一定的认识和重视。我们必须运用自己所具备的知识，刻苦钻研业务，认真按护理程序的要求完成各项护理工作，加强护理管理，宣传有关疾病的治疗、护理和预防保健知识，达到促进健康、恢复功能的目的，使整体护理朝健康方向进一步发展。

参考文献

- 1 赵书友. 中国人民解放军健康教育教材. 北京: 解放军出版社, 1994: 85
- 2 李树贞. 医院护理管理培训教材. 北京: 解放军出版社, 2001: 51
- 3 左月燃. 对护理专业开展健康教育的认识和思考. 中华护理杂志, 2000; 35(6): 325~327
- 4 于卫华, 李志菊. 影响住院患者健康教育效果的多因素分析. 实用护理杂志, 2000; 16(3): 53
- 5 姜秀兰. 对老年病人进行健康教育的方法. 实用护理杂志, 1999; 15(7): 63

(责任编辑: 王建国)