

# 论健康教育在疗养院护理工作中的应用

游丹丽 张瑞英

空军杭州特勤疗养中心疗养二区

DOI:10.12238/bmtr.v4i6.5698

**[摘要]** 疗养院健康教育有助于疗养人员加强对健康护理工作的认识,并养成科学文明的健康生活习惯,提升疗养人员的身体素质。本文重点分析了疗养院健康教育中存在的主要问题,并就如何在疗养院护理工作中开展疗养人员的健康教育进行了探索,希望为疗养院健康护理工作质量的提升提供一些意见上的参考。

**[关键词]** 疗养院; 健康教育; 护理工作

**中图分类号:** R197.7 **文献标识码:** A

## Application of Health Education in Nursing Work in Sanatorium

Danli You Ruiying Zhang

The Second Convalescent Area of Hangzhou Secret Service Convalescent Center of the Air Force

**[Abstract]** Health education in sanatorium helps convalescents to strengthen their understanding of health care, develop scientific and civilized healthy living habits, and improve their physical quality. This paper focuses on the analysis of the main problems existing in health education in sanatorium, and explores how to carry out health education for sanatorium staff in nursing work in sanatorium, hoping to provide some suggestions and references for improving the quality of nursing work in sanatorium.

**[Key words]** sanatorium; health education; nursing work

随着社会和医学技术的发展,疗养院整体护理水平也得到了明显的提升,对疗养人员实施个性化的健康教育越来越受到社会各界的关注。个性化健康教育是指疗养院通过制定有计划、有组织、有系统的教育活动,使疗养人员树立起健康的意识,改变不健康的生活习惯,并养成良好的生活方式,从而在疗养院的护理工作中保持身心健康。通过对疗养人员进行健康教育可以更好的了解其基本情况,有针对性地采取护理工作,帮助疗养人员选择和养成健康的生活行为方式。健康教育的重点是以人为本,因人而异,根据不同疗养人员的不同情况采取不同的护理工作。将健康教育运用到疗养院的护理工作中,有效地提高了护理工作效率,提升了疗养人员对疗养院工作的满意度。

### 1 疗养院健康教育现状分析

#### 1.1 医学理念没有彻底转变

近年来,医学技术取得了非常大的进步,但是疗养院在健康教育上并没有与时俱进,仍在沿用传统的生物医学模式,对于健康教育的新模式缺乏正确认识,对健康教育也没有引起足够的重视。现代医学的总体要求是无病早防、有病早治、治中有防、保健康复。由此可见,健康教育在医学界占有至关重要的位置,是将卫生知识和健康行为紧密连接的纽带,疗养院可以通过制定有计划、有组织、有系统的护理工作和教育模式,帮助疗养人

员自愿自主地改变不健康的生活习惯和行为,将潜在的影响健康的因素消除掉,减少疾病的发生。

#### 1.2 对健康教育的内涵理解不深入

目前,社会上有一部分人对疗养院存在片面认识,认为疗养院是保健组织机构,没必要进行专门的健康教育,认为健康教育就是通过黑板报、公告栏粘贴材料来进行卫生知识的宣传,其实这些都是错误的认识。健康教育的本质是通过有计划、有组织、有系统的教育活动,强化认识养成健康的行为,减少和消除危险因素,降低疾病的发生率,保证身心健康。健康教育涉及到许多学科,如人类学、心理学、教育学、医学等。

#### 1.3 没有形成完善的健康教育机制和组织机构

近年来,随着健康教育和整体护理逐渐完善深入,疗养院各级领导和护理人员对健康教育越来越重视。各级领导也将健康教育作为护理工作的重中之重,并给予了大量的人力、财力、物力支持。但是对于健康教育机制和组织机构的组建方面还存在一定不足,疗养院仍在沿用医疗工作中健康教育的规章制度,没有结合疗养院的具体工作制定相应的健康教育机制和制度,疗养计划和健康教育授课指导都缺乏专人负责,疗养人员仅是通过阅读、浏览健康教育宣教手册等资料了解健康教育知识。

#### 1.4 健康教育科学体系建设不完善

健康教育涉及到的学科众多,具体包括心理学、行为科学、预防医学等。在疗养院开展健康教育过程中,需要结合现实情况和疗养人员的特点,制定合理的健康管理内容,加强高血压、糖尿病、中风等老年常见病的预防。但是一些疗养院在疗养护理工作中过分采用自然疗养方式,将景观疗养和人文疗养的功能放大化。疗养院并没有基于“大健康”视觉下建设完善的健康教育管理体系,未能采取健康体检、健康评估、健康治疗、行为干预、健康指导这一科学合理的疗养程序。

### 1.5 健康教育方式和手段单一

在疗养院进行健康教育可以采取口头教育、书面教育等各种形式,疗养人员之间还可以进行互动教育等方式,多种教育方式可以最大限度保证健康教育效果,调动疗养人员的学习积极性。另外,通过门诊、住院、保健治疗等各环节的针对性健康教育,再充分利用疗养院内的自然景观、人文环境等展开全面的健康教育,以此有效保证疗养院健康教育的效果,提升工作人员的业务水平和综合素质。如今,传统的疗养健康教育方式已经不能满足“大健康”时代人们对于健康教育的要求,疗养院要结合时代发展需求,增加疗养健康教育管理中的科技含量,借助互联网技术、新媒体教学设施等丰富疗养健康教育的方式和手段。

## 2 健康教育在疗养院护理工作中的应用过程

健康教育是疗养院护理工作的重要组成部分,对提高疗养人员对疗养院的满意程度发挥着重要作用。在具体的健康教育实施过程中,本文根据疗养人员疗养整个过程分别采取问卷调查、健康评估、疗养方案制定、健康教育指导等方式,保证了健康教育的有序、有效开展。

### 2.1 问卷调查

待疗养人员进入疗养院后可以召开疗养见面会,向疗养人员详细介绍疗养院的基本情况和疗养计划以及周围环境等,使疗养人员对疗养环境和疗养过程有初步认识,然后对疗养人员进行身体状况做一个详尽的调查问卷,并在填写问卷过程中和疗养人员进行简单的互动,让疗养人员放松心情,对疗养院产生信心。

### 2.2 健康评估

疗养院根据调研问卷的结果以及疗养人员之前的既往病史和体检结果等信息,安排医护人员对每一位疗养人员进行全面的健康评估。健康评估的内容主要包括疗养人员的心理状态、身体情况、生活习惯等,从而为每一位疗养人员制定专属的健康教育计划。

### 2.3 方案制定

完成问卷调查和健康评估后,主管医师即可制定疗养人员专属的健康教育方案了,日后即根据健康教育方案开展具体的个性化健康教育。健康教育方案涉及到的内容主要有:疾病的病因及发病机制、临床表现及并发症、治疗方案和心理指导、生活指导、安全和运动指导等。

### 2.4 健康教育指导

主管医师在对每个疗养人员制定专属健康教育方案时,需要综合分析疗养人员的基本情况,如疗养人员的文化水平、工作内容、生活方式习惯等,进而制定其可以理解和接受的治疗方案。如疗养院主管医师对于文化水平高、理解能力强的疗养人员可以采用口头传授的教育形式,对于一些文化水平低、接受能力差的疗养人员可采取通俗易懂的讲授方式,将教育重点通俗易懂地讲授给疗养人员。对于一些存在听力障碍的疗养人员,可以借助图片、图形等对教育内容反复宣讲,以方便其理解和记忆。与此同时,护理人员还要将健康教育的内容在护理工作中淋漓尽致地体现出来,如在对疗养人员进行身体检查时,可以为其讲解体检的目的和意义,以及体检的过程和注意事项等;在为疗养人员进行打针吃药时,还可以为其讲解药物的作用和可能会出现的不适反应等;在日常的护理工作中,护理人员还要注意和疗养人员的交流沟通,及时了解掌握疗养人员的心理状态,并进行适当的心理指导。另外,在日常的生活中还需要对疗养人员的不良行为和习惯等进行纠正,实时提供一些有助于睡眠、运动的健康知识。

### 2.5 效果评价

在对疗养人员进行“一对一”的健康教育后,通过发放健康知识教育问卷的方式对疗养人员的知识掌握情况进行了解。同时,也会随机选择疗养人员进行提问,以进一步明确疗养人员对健康教育的掌握程度,进而做出准确客观的分析和评价。

### 2.6 随访

在疗养人员进入疗养院前,相关人员需要对其信息予以详细登记,并在其出院后的三个月内以电话或是微信的方式进行随访。随访内容主要是了解疗养人员出院后的饮食起居、身体情况以及近期的体察情况。借助随访的方式,进一步掌握健康教育的效果,增强疗养人员与护理人员的沟通和交流,更好的明确疗养人员的需求,不断优化服务水平。

## 3 健康教育在疗养院护理工作中的应用途径

### 3.1 规范疗养健康教育机制

首先,建立健全疗养院健康教育组织机构,明确机关各业务部门工作职责和分工,建立健全健康教育管理制度;

其次,对年度疗养健康管理活动进行科学规划,完善疗养健康教育计划,制定完备的《健康教育工作手册》。有针对性地制定门诊健康教育计划、住院疗养人员健康教育计划、随机健康教育计划等。

最后,建立健全疗养、康复、理疗各学科建设,健全疗养健康管理质量评估体系,严格按照疗养健康管理质量标准规范疗养健康教育活动全过程。

### 3.2 科学统筹疗养健康教育

疗养院全体均需对健康教育工作予以高度重视,实现健康管理工作的科学统筹。具体来说,可以从完善组织机构、培养康复疗养人才以及优化康复理疗基础设施等几个方面入手,以此为健康管理工作的有效开展提供重要的条件支持。另外,还需要针对不同疗养人员的不同疗养需求,制定个性化的疗

养方案,强化健康教育的各个环节。确保统筹工作的科学性,且完全副覆盖到从组织领导到计划安排、从人才培养到经费投入的各个环节和层面,以此提高健康教育工作的效果,为疗养人员提供更好的服务体验。

### 3.3 丰富健康教育手段

通过多渠道的宣传方式丰富健康教育手段,使疗养人员可以更多的获取健康知识,并在生活中有意识地约束自己,戒掉不良的生活习惯。例如,疗养院可以在企业公众号、院内健康宣传橱窗或是自身的广播电台,进行健康知识的宣讲与普及。尤其是针对一些患有糖尿病、高血压、高血脂等慢性病的疗养人员,更需要时时督促其摒弃抽烟、酗酒等不健康的生活方式。同时,疗养院还可以为疗养人员进行心理健康咨询,或是在网上严格甄选健康知识讲座进行播放,并倡导疗养人员学习太极拳、太极剑以及现代舞等健康体疗方式。通过一线护理人员的图文宣传、口头讲解以及示范训练,采取阶梯座谈式、娱乐锻炼式、感情交流式、出院嘱托式进行疗养健康教育,切实用活“小教员”,抓好“大健康”。

### 3.4 实现健康教育需求的个性化

疗养院接收的疗养人员除在职中高级干部外,大部分以离退休老干部为主,而慢性非传染性疾病(如冠心病、高血压病、高脂血症、2型糖尿病等)是常见的疾病类型,其他少数疾病还有慢性胃炎、高尿酸血症、痛风、前列腺疾病、颈椎病等。而特勤疗养人员属于特殊人群,并以集体形式疗养,因而特勤疗养人员的健康教育涉及面广,涵盖内容多,要求做到系统性、连续性。通常老年疗养人员表现出固执、易怒,不易合作,不同疗养人员的个性特征、生理和心理特质、工作性质以及文化状况,都要求疗养院做到按照个性化需求开展健康教育。

### 3.5 系统化评估健康教育效果

疗养健康管理活动的质量是衡量疗养院各学科建设水平的重要指标,且也事关疗养人员的身心健康。为此,需要疗养院系统化评估健康教育效果。在实际的工作中,从效应评价与结果评价入手进行科学准确的评估。

首先,效应评价。又被称为中期或是近期效果评价,是指疗养人员在接受健康学习后,其对所学知识、技能、行为改变情况进行判断和评价的过程。

其次,结果评价。也称远期评价,是指疗养人员在接受健康学习后,对其身体健康与生活质量变化情况进行判断。

借助健康教育,可以使疗养人员在院期间深入意识到健康生活习惯的重要性,学会在日常生活中约束自我养成健康的生活习惯。因此需要系统化评估疗养人员健康教育前后知识掌握情况、态度与行为改变等方面,以此真正发挥健康教育的作用。

### 3.6 注重服务的人性化

疗养人员来自不同的岗位与单位,在年龄、文化程度与身份上都有着明显的区别。因此,疗养院要注重服务的人性化,秉承以人为本的理念,充分发挥护理人员在健康教育中的重要作用,全面细致的掌握疗养人员的身体情况、生活习惯、情绪变化以及性格爱好等,借此构建良好的疗护关系,更好的服务于疗养人员。

因此护理人员需要注意服务的态度,应做到和蔼可亲、语气温和、有耐心。对于年纪较大的老年疗养人员,应反复讲解,可采取口头或书面提问形式,强化健康教育的效果。例如,如果疗养人员为在职干部或是空勤人员,可以为其宣传限酒、戒烟、运动锻炼、防病知识等内容;如果是老干部群体,则需要进行饮食、作息、戒烟酒和保健知识的宣传。服务只有做到因人而异,确保服务的个性化,才能更好的提高健康教育的效果。

## 4 结语

综上所述,为切实加强疗养人员的保健服务效果、使其享受到更好的疗养服务,需要疗养院重新审视自身的工作现状,找到现阶段存在的主要问题,进而从“大健康”时代特征出发,采取有针对性的解决措施,全面满足疗养人员的具体需求,创新健康教育机制和方法,最终科学持久的开展好健康管理活动。

### [参考文献]

- [1]于明霞.健康教育在疗养院护理工作中的应用研究[J].实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(13):2.
- [2]王丽,黄明慧,彭小欣,等.健康教育在疗养院护理工作中的应用体会[J].饮食保健,2020,7(23):241.
- [3]张晓晗.连续护理模式在军队疗养院老年慢性病中的应用价值探析[J].养生保健指南 2021,(5):163.
- [4]李慧敏.细节护理管理在疗养院离退休干部疗养中的应用[J].中国民间疗法,2014,22(2):89.