

浅谈微信在健康与教育中的应用

贺艳 张瑞修 王婷

滁州城市职业学院

DOI: 10.12238/mef.v4i7.3919

[摘要] 目前, 微信的月活跃用户超过10亿, 已经成为世界上最受欢迎的社交媒体平台之一。基于操作简单、信息传递方便快捷等特性, 微信在医院和学校被广泛应用。本文对微信在医疗健康和学校教育中的应用进行分析, 探讨其目前的成果与可能存在的问题, 希望为医学院校的学生提供更加便捷有效的学习模式, 也为其将来更好的适应临床工作提供参考。

[关键词] 微信; 健康; 教育

中图分类号: R473

文献标识码: A

Talking about the Application of WeChat in Health and Education

HE Yan, ZHANG Ruixiu, WANG Ting

Chuzhou City Vocation College

[Abstract] Currently, WeChat has more than one billion monthly active users and has become one of the most popular social media platforms in the world. Based on the characteristics of simple operation, convenient and quick information transmission, WeChat is widely used in hospitals and schools. This article analyzes the application of WeChat in medical health and school education, discusses its current achievements and possible problems, and hopes to provide medical college students with more convenient and effective learning model, as well as reference for their future better adaptation to clinical work.

[Key words] WeChat; health; education

1 微信在医疗健康中的开展

在我国, 由于目前全国各地医院缺乏互联互通的系统, 医生很难进行医疗咨询, 也很难获得患者的持续随访信息。此外, 传统的获取持续随访信息的方法并不能适用于慢性病患者, 比如高血压、糖尿病和冠心病患者。他们可能因时间冲突、地理距离、交通问题或经济问题而失去随访和就医的机会。而慢性疾病的长期特点和持续监测的频繁需求又是至关重要的。我国倡导对慢性病进行综合课程干预和管理, 鼓励预防、治疗、教育有效结合, 教育患者加强自我管理、改善生活习惯, 以防止病情恶化, 最终控制和减少整体医疗费用。慢性病管理是卫生服务的重要组成部分, 然而, 随着电子健康的发展, 人们就医的方式发生了变化, 这也为临床慢性病患者的健康带来了福音。

微信在我国是一款非常受欢迎的社交应用。它操作简单, 可以提供多种功能, 如文字和语音信息、免费语音和视频通话、群聊、订阅公众号等。许多研究也报道了微信在疾病健康管理中的有效性。广州的一项随机对照试验表明, 通过微信进行6个月的自我管理干预(健康教育、健康促进、群聊、血压监测)可以有效地帮助患者降低血压, 提高自我管理的有效性。相关健康教育知识可通过微信官方账户上的文章获得。在阅读完每篇文章后, 他们完成一个小测验。研究人员会告诉参与者正确的答案并给予相应的解释, 以帮助他们巩固自己的知识。此外, 研究人员还会在群组聊天中发送文章和测验, 鼓励患者提出问题, 分享个人经历, 报告自己的血压以及讨论生活方式。他们还可以选择在任何时候通过微信消息与研究人员进行私人聊

天。微信干预组患者被要求自报血压, 这提高了血压监测频率, 微信也提供了一个记录信息的平台。健康教育可提高微信干预组高血压患者的高血压知识, 改变高血压患者的行为。医生通过群聊(发送健康教育的文字、图片、语音、视频信息)、公众号(发送健康教育的文章、视频)或在线健康讲座, 很容易为患者提供健康教育。同时, 患者可以通过群聊或私人聊天在线及时咨询健康问题。微信的群聊为高血压患者交流血压自我管理经验创造了良好的环境。医生也可以通过私人聊天为不同的患者提供个性化的建议。这提高了患者对血压控制的信心, 有助于血压的控制。因此, 对于高血压或高血压前期的参与者, 微信干预可能有助于他们建立健康的生活方式。

另一项研究表明, 通过微信平台对糖尿病患者进行健康教育, 可以改善血

糖的控制。研究人员将106名糖尿病患者随机分为两组。微信干预的患者通过与医护人员进行微信沟通,在血糖自我监测、合理饮食、运动处方、遵医嘱服药以及糖尿病患者体重控制等方面得到了更好的教育。他们发现微信组患者空腹血糖,餐后2小时血糖和糖化血红蛋白水平低于常规治疗组。因此,充分利用微信的功能来治疗糖尿病可能是最好的选择。目前微信的现有功能多用于糖尿病的管理,而缺乏统一的标准,建议开发专门的微信小程序以便取得较好的效果。同时,微信在血糖控制方面的有效性仍需要进行大规模的随机对照试验。

长期药物治疗是冠心病治疗和二级预防的重要组成部分。随着移动技术的发展,一些研究人员尝试使用微信作为一种措施来帮助冠心病患者服用他们的的心脏保护药物。利用评估冠心病患者的健康率、药物依从性评分、收缩压、舒张压四个结局变量,评价微信干预的可行性。他们发现干预组的药物依从性要比对照组改善的更多。

2 微信在教育教学中的开展

作为医学专业的学生,想要更好的投身医疗健康事业中,并更好的为患者服务,学校教育也是至关重要的。微信除了促进和提供卫生健康服务外,它在教育教学中也发挥着重要作用。鉴于微信能够有效传播信息并促进传统课堂之外的交流,可以帮助学生在课前提供反馈,教师收到反馈信息后可以及时调整课程内容,同时,还可以实现学生与教师课后的互动。微信被认为是一种重要的教育工具。

比如以微信为工具,实现纯在线教育,用规划好的学习计划来组织网络教

育,以促进网络自学在大学教育中的应用。在微信公众号中建立在线学习和教学活动的模块,包括学生和教师的接口。带有学生界面的微信公众号支持在线学习者访问课程介绍、记录学习笔记、进行自学评估和课程评估,并提交作业。微信倡导学生之间的互动,在公众号上通过学生之间的小组讨论解决个人学习问题。微信在在线教育中的应用,有助于提高学生的自主学习能力、批判思维能力、创新能力和沟通能力,与传统课程学习相比,学生的考试成绩也会有所提高。

而在混合教学模式研究中,微信通过提供一种方便的课前信息共享方式,延长了课程时间,如在课前使用微信个人账号和公共账号可以很好的促进学生学习活动。学生之间的在线讨论由教师使用个人账号指导,而课程信息的传递和学生与教师之间的互动评论则通过公共账号进行。另外,微信还支持课堂上的学习活动。教师通过微信个人账号分享练习视频,或通过微信公共账号发送小组讨论话题。对于通过个人账号进行的即时聊天允许教师及时评估,并在课堂上向学生提供直接反馈。同时,个人账号中建立的小组也允许学生上传练习作业和进行同伴评估。因此,微信在课程中促进了学生与学生、学生与教师的互动。此外,微信还允许学生和教师在课程结束后进行问答活动并分享信息,从而将教学互动扩展到课堂之外。通过微信个人账号,学生以案例分析为重点持续进行讨论,有利于课后学生与教师之间的问答活动。在课后通过微信公共账号向学生提供模拟练习、在线测试、学习资源和预习课程材料,再次扩展了

教学互动,加强了教育效果,使知识得到进一步的强化与巩固。

3 结语

在现有的研究中,我们发现结合微信教育和面对面教育的混合式教育在学校中更为常见,而医院则采用混合式教育和纯微信教育相结合的策略。微信打破了传统枯燥的文本信息交换模式,增加了使用者对信息的兴趣。同时,微信通过有效整合群体沟通功能,提高了沟通效率,这些都使微信有潜力成为一个促进广泛学科教育的工具。但是,微信应用于健康与教育的研究还很很不统一、不系统,未来还需要更多的研究与实践以扩大和完善微信的使用。

基金项目:

2020年滁州城市职业学院青年教师项目(编号2020qnxm06)。

[参考文献]

- [1]朱敏,阳灿.基于微信平台对糖尿病患者的健康管理[J].广州医药,2020,51(01):92-95.
- [2]梁继娟,李天煜,谢子颖,等.“互联网+”背景下微信平台在高等医学院校课堂教学中的应用[J].电脑知识与技术,2020,16(23):149-150.
- [3]蔺芳芳.微信在中职内科护理教学中的探索与研究[J].中外交流,2019(47):81.
- [4]林泉峰,张晓萍,李俊燕,等.微信在高职药专业教学中的应用分析[J].人文之友,2020(15):190.

作者简介:

贺艳(1988--),女,汉族,安徽滁州市人,助教,硕士,研究方向:内科(消化)。