

社区护理学

第二章 社区健康教育与健康促进

 主讲老师：XXX





知识目标



识记

1. 能复述社区健康教育、社区健康促进的概念。
2. 能正确列举常用健康传播模式。
3. 能简述社区健康教育评估的内容。

理解

1. 能概括不同人群的健康教育特点。
2. 能陈述健康教育程序。
3. 理解社区教育与社区促进的区别。
4. 能概括常用健康教育理论的核心内容。
5. 能总结常用健康促进理论的核心内容。
6. 能合理解释健康传播策略与模式在社区健康教育与健康促进中的应用。



《社区护理学》

第一节 概述



一、基本概念



(一) 健康教育概念

健康教育是通过有计划、有组织、有系统的各种活动，使健康信息在教育者和被教育之间传递和交流，使受教育者树立健康意识，自觉自愿地改变不良行为，建立有益于健康的行为和生活方式，消除或减轻影响健康的危险因素，从而达到维护和促进健康、预防疾病的目的。





一、基本概念



(二) 社区健康教育概念



概念

A

社区健康教育是以社区为基本单位，以人群为教育对象，以促进居民健康为目标，有计划、有组织、有评价的健康教育活动。

目的：

1. 提高社区人群的健康意识, 培养居民的健康责任感；
增进居民自我保健的知识和技能；
2. 促使居民养成有利于健康的行为和生活方式；
3. 合理利用社区的保健服务资源；
4. 减低和消除健康危险因素。

B

第二节 社区健康教育



健康相关行为



健康教育形式和对象

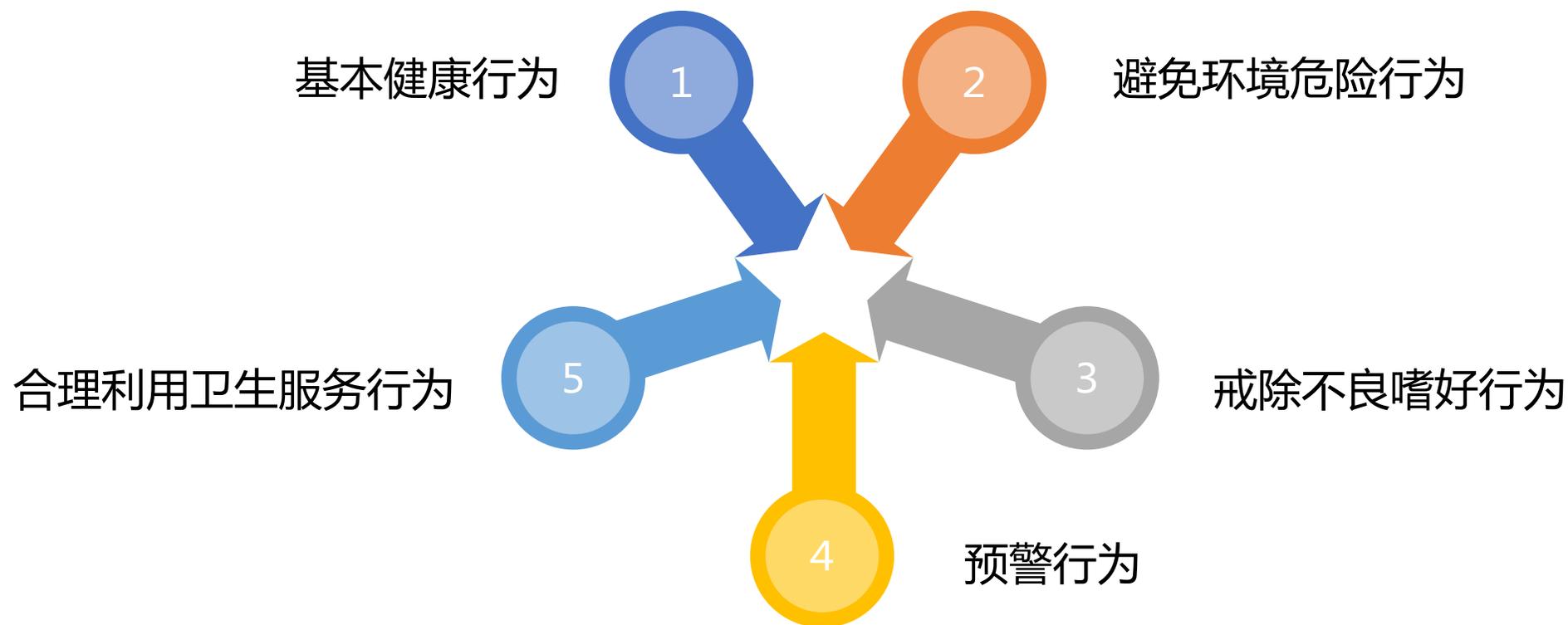




一、健康相关行为



(一) 促进健康行为





一、健康相关行为

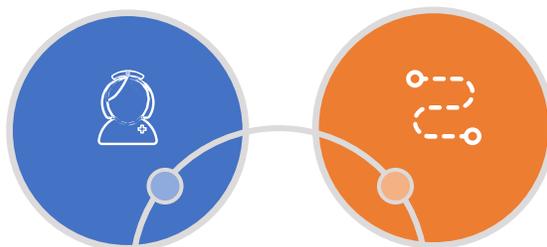


(二) 危害健康行为

概念

对自身和他人的健康造成危害的行为。

基本健康行为 01



02

致病性行为模式

- A型行为又叫“冠心病易发性行为”
- C型行为又称“肿瘤易发性行为”

疾病不良行为 03



04

违规行为



一、健康相关行为



(二) 危害健康行为



致病性行为模式



1.A型行为模式：

是一种与冠心病的发生密切相关的行为模式。有A型行为者的冠心病发病率、复发率和病死率均比正常人高出2~4倍，A型行为又叫“冠心病易发性行为”，其行为表现为做事动作快，在尽可能短的时间内完成尽可能多的工作(具有时间紧迫感)，大声和爆发性的讲话，喜欢竞争，对人怀有潜在的敌意和戒心。其核心行为表现为不耐烦和敌意。



一、健康相关行为



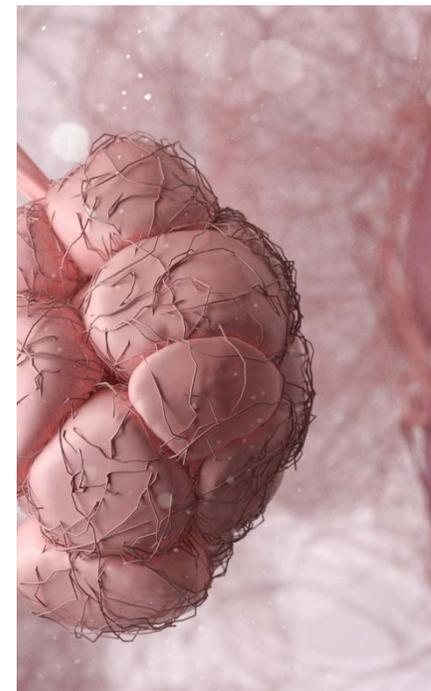
(二) 危害健康行为



致病性行为模式

2.C型行为模式：

- 是一种与肿瘤的发生有关的行为模式。
- C型行为者宫颈癌、胃癌、食管癌、结肠癌和恶性黑色素瘤的发生率比正常人高3倍左右，并可促进癌转移，使癌前病变恶化，C型行为又称“肿瘤易发性行为”。其核心行为表现是情绪好压抑，性格好自我克制，表面上处处依顺、谦和善忍，回避矛盾，内心却是强压怒火，爱生闷气。C是cancer(癌症)的第一个字母。





一、健康相关行为



(三) 影响健康行为的因素





二、健康教育形式和对象



社区健康传播：

是指社区居委会和社区卫生服务中心利用各种传播媒介和方法，为维护和促进人类健康为目的，将各种有关健康资料有策略地、有计划地与居民进行交流和分享的过程。

(1)

信息传播
的要素

(2)

社区健康教育
主要传播种类

(3)

主要健康
教育形式

(4)

社区健康
教育对象



二、健康教育形式和对象



(一) 信息传播的要素

1.传播者 指传递信息的个人(医生、护士、教育者等)和团体(报社、电台、社区卫生服务中心等), 是信息的发布者。

3.传播媒介 是信息的载体, 是传递信息的中介渠道, 主要包括书刊、报纸、宣传画、板报等

5.效果 接收者接收信息后产生的反应。

2.信息 传播者所传递的内容。

4.接受者 信息传递过程中接受信息的一方(听众、观众、社区居民)。

6.反馈 是接收者将接收信息后所做出的反应通过直接或间接途径传递给传播者的过程。



二、健康教育形式和对象



(二) 社区健康教育主要传播种类

1. 人际传播

是指人与人、个人与团体或群体与群体之间的一种直接的信息交流沟通活动，主要通过语言来完成。

2. 大众传播

是职业性的传播机构或某个医疗保健机构通过广播、电视、微信、网络、报纸等各种传播媒介对为数众多的社会群体进行信息传递的过程。



二、健康教育形式和对象



(三) 主要健康教育形式

	具体内容
1.语言健康教育	交谈、健康咨询、专题讲座、演示、讨论、案例学习。
2.文字健康教育	印刷资料、照片、图片，板报或宣传栏。
3.形象化教育	图片、照片、标本、模型。
4.电化健康教育	多媒体、vcd、DVD、电视。
5.网络健康教育	互联网、电脑、手机。
6.民间传统健康教育	民间传统艺术形式。



二、健康教育形式和对象



交谈



讨论



健康咨询



案例学习



二、健康教育形式和对象



专题讲座





二、健康教育形式和对象





二、健康教育形式和对象



印刷资料、照片、图片





二、健康教育形式和对象



板报、宣传栏





二、健康教育形式和对象



音像教材





二、健康教育形式和对象



演示





二、健康教育形式和对象



健康教育图片荟萃





二、健康教育形式和对象



健康教育图片荟萃





二、健康教育形式和对象



(四) 社区健康教育对象

1. 健康人群

2. 高危人群

3. 患病人群

4. 患者家属及照顾者



《社区护理学》

第三节 社区健康教育程序



第三节 社区健康教育程序



1

社区健
康教育评估

2

社区健
康教育评估

3

制定社区
健康教育计划

4

实施社区
健康教育计划

5

社区健康
教育评价

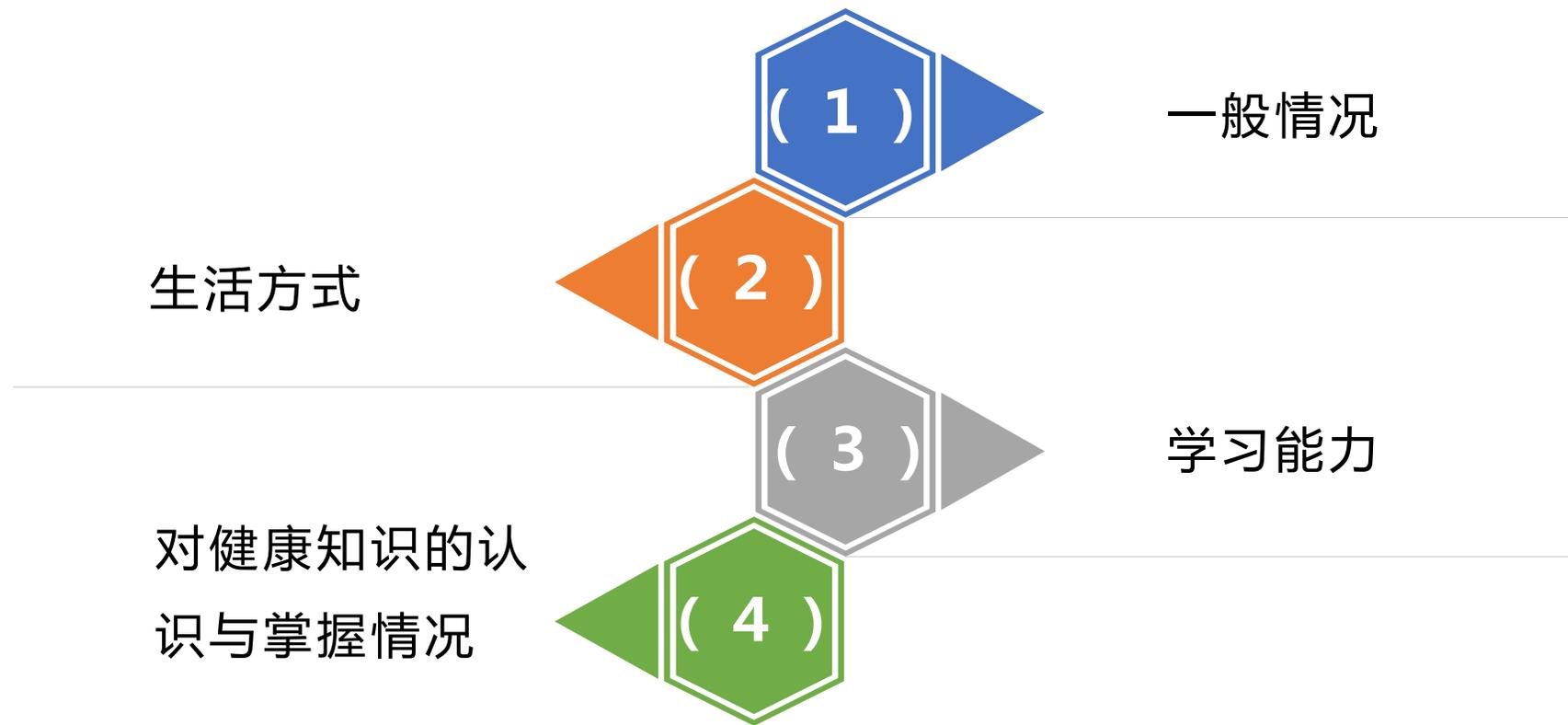


第三节 社区健康教育程序



(一) 社区健康教育评估

1. 教育对象

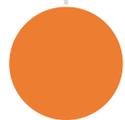




第三节 社区健康教育程序



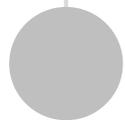
(一) 社区健康教育评估



- 2 . 教育环境
- 自然环境
 - 人文环境



- 3 . 教育者



- 4 . 医疗卫生服务资源



第三节 社区健康教育程序



(二) 确定社区健康教育问题

确定社区健康教育问题可以分以下几个步骤：

统计数据，列出社区居民现存的或潜在的健康问题。

1

选出可以通过健康教育解决或改善的健康问题，对不可干预的健康问题和行为因素导致的、可干预的健康问题进行分类。

2

分析健康问题对受教育者健康的影响程度，将问题按严重程度排列。

3

确定健康教育的优先问题，可依据“三性”进行排序。

6

找出与健康相关的各种因素，包括行为因素、环境因素、社会因素等。

5

根据目前所具备的能力及资源和社区健康教育需求，决定所开展的健康教育项目。

4



第三节 社区健康教育程序



(三) 制定社区健康教育计划

1. 设定社区健康教育的目标



(1) 总体目标--目的

计划理想的、最终的结果，是宏观的不可测量。

(2) 具体目标--目标

为实现总体目标实现的、具体的，可量化的指标。4W+2H (P51)



第三节 社区健康教育程序



(三) 制定社区健康教育计划

1. 设定社区健康教育的目标

具体目标

计划目标必须回答4个“W”和2个“H”

Who?	对准
What?	实现什么变化（知识、信息、行为、发病率等）？
When?	在多长时间实现这种变化？
Where?	在什么范围内实现这种变化？
How much?	变化程度多大？
How to measure it?	如何测量这种变化？

长期目标与短期目标



第三节 社区健康教育程序



举例

When

Who

青少年控烟计划实施一年后，某社区15~22岁青少年的吸烟

What

Where

How to measure

How much

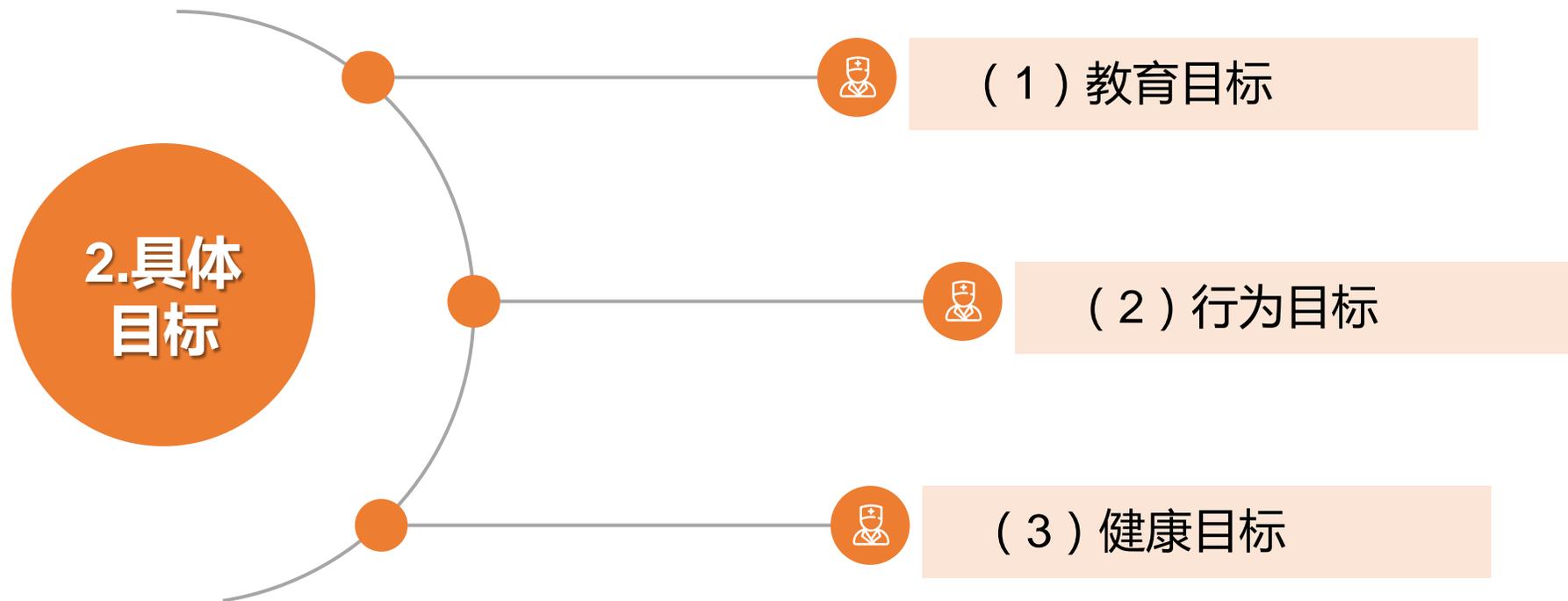
率由计划执行前的50%下降到30%。



第三节 社区健康教育程序



(一) 设定社区健康教育的目标



(二) 选择适当的社区健康教育方法



第三节 社区健康教育程序



(四) 实施社区健康教育计划

在实施过程中应注意的以下两点

(一) 争取社区领导和居民的理解与支持并做好教育前准备

1. 向社区或社区单位领导做好汇报和宣传工作，获得社区基层领导及管理者的支持。
2. 调动社会各界力量，创造执行计划的良好内外部环境。
3. 提高健康教育者知识水平，做好健康教育者的各项技能培训。
4. 树立社区居民健康教育典范，带动居民积极参与，推动工作深入发展。
5. 不断调查研究，常总结、常交流、做好经验积累。



第三节 社区健康教育程序



(四) 实施社区健康教育计划

在实施过程中应注意的以下两点

(二) 社区健康教育者应遵循的基本原则

- 1.内容、形式和时间相适宜
- 2.营造良好的教育环境
- 3.鼓励教育对象积极参与
- 4.及时进行评价



第三节 社区健康教育程序



(五) 社区健康教育评价

社区健康教育评价是将社区健康教育结果与预期目标进行比较的过程，也是全面检测、控制计划，确保方案实施成功，并取得应有效果的关键步骤，其贯穿于实施计划的全过程。

1. 评价种类

- 形成评价
- 过程评价
- 效果评价

2. 评价方法

- 观察法
- 提问法
- 问卷调查法
- 抽样评价法

3. 评价指标



第三节 社区健康教育程序



(五) 社区健康教育评价

1. 评价种类

(1) 形成评价

(2) 过程评价

(3) 效果评价

全过程

近期评价

中期评价

远期评价

知识、态度

行为

健康状况



第三节 社区健康教育程序



(五) 社区健康教育评价

2. 评价方法



观察法

01



提问法

02



问卷调查法

03



抽样评价法

04



第三节 社区健康教育程序



(五) 社区健康教育评价

3.评价指标



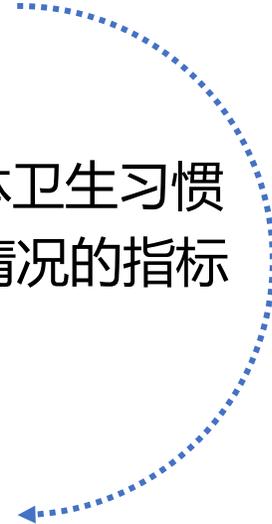
1.反映个体或群体卫生知识水平的指标



2.反映社区健康教育工作的指标



3.反映个体或群体卫生习惯或卫生行为形成情况的指标



4.反映群体健康状况的指标



《社区护理学》

第四节 社区健康促进



一、概念



(一) 健康促进概念

健康促进是指一切能促使行为和生活条件向有益于健康。改变的教育与环境支持的综合体。

1

1986年，在加拿大召开的第一届国际健康促进大会通过的《渥太华宣言》中指出：“健康促进是促使人们提高、维护和改善他们自身健康的过程，是协调人类与他们所处环境之间的战略，规定个人与社会对健康各自所负的责任。”

2

目前多用的是美国教育家劳伦斯·格林和他的团队提出的概念，即“健康促进是指一切能促使行为和生活条件向有益于健康改变的教育与环境支持的综合体。”



一、概念



(二) 社区健康促进概念



社区健康促进是指通过健康教育和环境支持改变个体和群体行为、生活方式与社会影响，降低本地区发病率和死亡率，为提高社区居民生活质量和文明素质而进行的活动。



二、社区健康促进工作方法



(一) 健康传播形式



健康宣传活动



健康巡讲活动



卫生宣传日活动

推广和普及有关健康
知识, 提高人民
健康水平。



普及防病知识活动



二、社区健康促进工作方法



(二) 倡导健康生活方式

1

全民健身运动

2

食品安全与健康
饮食

3

控烟限酒、安全
防护



二、社区健康促进工作方法



(三)影响健康促进活动的主要因素



(四)社区护士的健康促进工作

谢谢观看

THINKS

