

# 当下我国高校医务室开展健康教育的意义与具体措施新探

程海艳

(湖南科技学院, 湖南 永州 425199)

**摘要:** 高校是为社会输送高质量人才的重要场所, 健康教育则是高校医务室工作的重要内容, 健康教育对于学生的成长和发展具有不可替代的作用, 这也为高校医务室提出全新的要求。高校健康教育工作如何适应改革发展的需求, 并为学校的广大师生提供优质的服务, 成为当前工作重点。基于此, 文章对高校医务室开展健康教育的意义与具体做法展开分析和研究, 阐述了高校医务室开展健康教育的意义, 探索出高校医务室开展健康教育工作的作用, 分析出当前高校医务室健康教育中存在的问题, 在此基础上提出了高校医务室开展健康教育的具体做法, 以供参考。

**关键词:** 高校医务室; 健康教育; 意义; 措施

在新时代背景下, 大学生健康教育具有不可替代的重要价值, 增强大学生的自我保健意识, 培养大学生的健康素养, 是一项意义深远的工作。为此, 学校健康教育应始终坚持一切为学校学生和教职工的原则, 并通过开展健康教育工作, 构建更加完善的高效医疗、卫生保健机制, 为学生和教职员工的卫生保健工作提供保障。

## 一、当下高校医务室开展健康教育的意义

当下高校医务室开展健康教育的意义具有重要的意义, 具体而言, 主要包括以下几点:

### (一) 完善健康教育模式, 提高学生身体素质

在新时代背景下, 人们对健康教育的需求不断增强, 高校医务室工作不仅仅涉及到为学生和教师提供医疗服务, 还包括宣传健康教育领域的知识, 完善高校健康教育的基本模式。高校医务室开展健康教育, 致力使学生丰富关于健康教育领域的知识、引导他们全面发展。高校学生综合素质包括了道德素质、身体健康素质和相关专业素质等要素。其中身体健康素质是其他素质得以发展的基础, 高校开展健康教育工作应立足于学生的实际情况, 帮助学生构建全民健康意识, 并知道基本的保健技巧, 通过健康教育充分认识到自我健康对于生命的价值, 从而使学生形成正确的生活态度和行为方式, 达到提高身体素质的最终目标。

### (二) 帮助预防重大疾病, 保障学生身体健康

高校医务室开展健康教育工作, 能够使高校学生正确认识疾病, 并让他们做好流感防范, 并且避免因为流感病毒遭受侵袭, 尽可能地降低高校广大师生患病的概率。健康知识的传播不应局限于校园之中, 还会直接传播到家庭和社会的范围内。这就需要高校医务室加强与患病学生的沟通和处理, 积极配合医务人员的工作, 尽量避免出现交叉感染的问题, 这样也能够降低流感病毒的传播范围。与此同时, 医务室通过与患者进行情感交流, 能够舒缓患者个人的内心压力, 增强患者治愈疾病的决心。

高校医务室通过开展健康教育工作, 有助于帮助学生正确认识疾病, 并且在医务室的督促下改变不利于健康的行为习惯, 这样能够为公共医疗工作的开展奠定坚实的基础。学校医疗卫生状况的改善, 不能只通过基础的设施保障, 还需要通过开展各类健康教育知识, 让学生正确认识疾病, 并形成健康向上的生活习惯和生活方式, 学生通过增强自我保护意识, 维护高校的卫生状况, 保障身体健康。

### (三) 促进卫生事业发展, 提高学生幸福指数

随着社会的高速发展, 社区卫生服务工作受到更多人的肯定和支持。国家颁布了《卫生改革决定》, 明确了卫生服务的具体

职责与分工。高校医务室则是社区服务的具体延伸, 它有助于推动国家卫生事业的发展。高校医务室的健康教育工作开展, 不应仅仅停留在宣传生理健康知识的层面, 还需要为学生提供科学有效的心理健康干预。只有通过对学生进行积极的心理健康支持和干预, 才能让学生形成不怕吃苦的良好品质, 以积极向上的心态解决各类问题, 调动学生的学习积极性, 让学生以更好的状态面对生活中的各类艰难困苦, 取得学业上的进步, 更好地获得幸福感。

## 二、当下高校医务室开展健康教育中存在的问题

### (一) 健康教育人才短缺

当下, 我国高校健康教育人才短缺。正如2021年12月23日, 第十四届中国健康教育与健康促进大会暨专业技术培训上, 中国健康教育中心李英华研究员所指出的, 当下我国健康教育人才队伍人员数量不足, 结构和分布不合理, 素质和能力有待提高, 特别是基层健康教育人才严重短缺、能力不足, 难以满足人民群众日益增长的卫生与健康服务需求。因此, 加强健康教育专业能力建设研究, 为人民健康、国家强盛提供有力的健康教育专业人才支撑显得尤为重要和迫切。高校设置了医务室, 但是医务室的专业医务人员欠缺, 且对于健康教育的内容和意义了解不多, 无法满足健康教育的需求。

### (二) 医务人员职责不明

目前, 高校医务室的人员主要包括医生、护士和药剂师, 他们分别负责疾病治疗、协助医生工作以及药物配备等任务。然而, 缺乏健康教育人员是一个现实问题。实际上, 高校医务室的任务涵盖健康教育、治疗、保健、疾病预防、康复以及计划生育等多个领域。医务室人员的工作不仅是治疗疾病, 还需要开展健康教育工作, 以帮助学生和教师认识到预防疾病的重要性。

### (三) 健康教育内容单一

健康教育可以采用多种形式, 包括口头语言教育、文字教育、多媒体教育以及传统教育。然而, 在高校医务室的实际开展中, 健康教育形式相对单一, 主要以口头语言教育为主。然而, 通过口头形式传达的教育内容可能难以被学生充分理解, 导致教学效果不佳的问题。

### (四) 教育时机存在问题

为了更有效地开展健康教育, 应根据不同时期的特点进行针对性的教育。许多疾病具有周期性和季节性, 因此在疾病高发期进行健康教育可以提高人们对疾病防治的重视和主动性。举例来说, 春季容易发生荨麻疹, 学生们在这个时候更容易关注疫苗相关问题。在入学体检时, 为学生免费接种麻疹疫苗, 但有些学生可能并不重视或愿意接受, 这反映了人们在患病与健康状态下的

不同选择。因为关注焦点的不同,处理方式也会有所差异。学校医务室的健康教育工作应保障及时性,选择合适的契机对学生进行健康教育宣传是一种更好的方式。

### 三、高校医务室开展健康教育的具体措施

在经济社会时代背景下,健康教育工作具有不可取代的重要意义。在高校教育工作中,增强大学生的自我保健意识,培养大学生的健康素养,是一项意义深远的工作。为此,学校健康教育应始终坚持一切为学校学生和教职工的原则,科学开展健康教育工作,这就需要从以下几方面出发:

#### (一) 加强组织建设,提高医务人员素质

建立并完善高校健康教育体系,是高校医务室开展教育工作的必要内容。提高医务人员对健康教育的认识,并营造良好的教育氛围。同时,应构建和完善健康教育相关的氛围,建立相应的应急预案,组织工作人员参与到学习演练活动中。只有加强高校医务工作人员的培训力度,才能提高高校医务人员的专业认识,增强医务工作人员的专业素养,扩大工作范围,将工作模式向有效的方向转变。

#### (二) 科学制定计划,密切联系生活实践

在充分了解学生的个性化特点和需求,结合学生的个性和需求的基础上,制定相应的教学计划。健康教育一定要有针对性,强调重难点。在教学中,学生是学习的主导者,这就要求医务室的健康教育员注重引导学生阅读健康教育材料,了解健康教育的目的。引导学生解决健康教育中的问题,合理制定健康教育方案,保障教育的科学有效性。高校应结合固定的教育时段制定健康主题教育计划。选择恰当的教育时机是取得良好教育的关键。对于疾病不同的时期,认知程度也是不一样的。很多疾病具有季节性、发病周期性的特点,医务室的健康教育者应在疾病的高发期进行宣传教育。学生对疾病防治的积极性和迫切性也会提高。据工作开展的实际,调整健康教育的内容。结合无烟日、世界环境日、爱牙日和艾滋病等宣传日,开展各项宣传和服务工作。

#### (三) 丰富教育内容,完善教育形式

健康教育的内容较多,其中营养教育也是一个重要的部分,这就需要直接、间接地改善个体与群体的知识、态度、行为,并通过营养信息的交流和行为的干预,帮助个体和群体掌握食物与营养健康领域的知识,帮助个体掌握更多和食物相关的知识,拥有更加健康的生活方式,消除影响健康的膳食营养危险因素,改善个人的健康状况,预防发生各类疾病,真正提高人们的健康水平和生活质量。

教育的途径会直接影响教育的最终成效,这就需要根据目标人群的特点选择最佳的教育途径,根据教育的内容和教育对象群体选择合适的教育形式。有的教育内容更加适合集体授课。例如高校每年都会举行军训活动,一般都是在暑期前后,此时的气温高、湿度大、气候闷热,学生会在军训时出现大量的汗,会出现头晕、胸闷和恶心的问题。他们可能会通过大量饮水来降温解决中暑的问题。然而,这种情况下,反而会加重他们的不适,甚至会出现面色苍白、手脚麻木的问题,这样也会加重症状。这就需要在军训前开展健康教育工作,告知他们适当补充一些淡盐水,并做一些基本的防晒工作,防止出现晒伤、汗液对眼睛损伤的问题。这一类的教育能够让他们在军训期间用到,一般会具有良好的教育效果。而有的教育则适合单一、小范围的教育,包括女生的生理期教育、青春期教育问题,这就需要他们了解到这些知识,从医学和心理层面进行疏导,给他们提供更多的正向支持。

高校医务室应始终坚持以人为本的教育理念,并鼓励教师进行深度沟通,合理确定教育的方法和形式。现阶段,传统的健康教育方式已经无法满足学生的需求,高校应不断丰富教育教学的方法,创新教学实践模式,才能更好地满足学生的需求。为了保障健康教育开展的成效,高校医务室还需要通过组织开展健康、卫生习惯和心理健康领域的讲座,将健康教育渗透到高校师生学习、工作和生活之中,更好地提升心理健康教育的成效。在高校医务室开展健康教育时,若要从本质调动学生参与健康教育的积极性,高校医务室可以组织各种类型的健康知识竞赛,以比赛的方式激励学生的学习,达到提高学生健康知识水平的目标。

#### (四) 改善教学评价,瞄准终身发展

健康教育工作的开展以学生为中心,以学生的终身发展为目标,它并不是医学领域的疾病治疗。如果将学生视作患者,则会使学生在心理上产生不良情绪。而面对当前高校教育工作中出现的问题,应明确健康教育的评价标准:第一,正确理解健康教育工作的任务,充分挖掘学生的学习潜能,提高学生的情感价值,提高社会适应性。第二,健康教育人员应具备专业的素质能力,既要承担教育工作,又需要作为学生健康的负责人。第三,健康教育应以学生的健康发展为核心,通过健康评估的方式,通过科学有效的咨询引导学生认识到健康的价值,掌握更多的知识。

对健康教育进行评价主要包括五个方面:首先是形成评价,即在实施健康教育计划前进行回顾和审视,确保前期工作的有效性。其次是过程评价,确保计划项目有效执行,评估执行率和覆盖率等指标。第三是效应评价,评估健康教育项目对目标人群健康行为和影响因素的影响。第四是结局评价,长期评估项目对目标人群健康状况和生活情况的影响。最后是总结评价,综合形成、过程、效应和结局评价,总结项目成效。评价形式应根据具体情况选择,综合考量各方面因素。

### 四、结语

综上所述,随着我国社会经济的高速发展,当代人群的生活质量不断提高,人们在健康领域提出全新的要求。高校教育阶段,医务室的工作不能仅仅停留在提供医疗卫生设施的领域,还需要更加注重健康知识宣讲。与此同时,医务室应充分认识到自身在健康教育领域承担的义务,针对健康教育工作的开展意义展开深层次探究,更好的落实健康教育工作,确保学生能够通过参与健康教育活动,提高个人的健康素养,为日后的成长和发展打下牢固的基础。高校医务室应做到与时俱进,开拓创新健康教育工作的方式和方法,开展健康教育课程教学,为提高学生健康素养付出个人的贡献。

#### 参考文献:

- [1] 郑婷. 高校医务室对大学生开展饮食健康教育的实践与探索[J]. 中国食品工业, 2023(05): 108-109+113.
- [2] 何翔, 王瑞明. 医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生的改善分析[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(73): 360+362.
- [3] 李英. 浅谈高职院校医务室开展健康教育的重要性[J]. 实用医学研究, 2020, 1(3): 65-66.
- [4] 庄严. 学校医务室开展健康教育探析[J]. 文存阅刊, 2021(30): 106, 105.

作者简介:程海艳(1979-10),女,汉族,湖南永州人,本科,湖南科技学院医务室主管护师。