

# “互联网+”模式下的的大学生健康管理研究进展

赵秀玲 王红艳 刘倩 曹露<sup>通讯作者</sup>

(甘肃省平凉市甘肃医学院 甘肃 平凉 744000)

**摘要:** 通过查阅当前国内外期刊中关于“大学生健康管理”研究的文献,并对文献资料进行统计整理,归纳分析出互联网模式下关于大学生健康管理研究的现状、运营模式及健康管理对策方法和路径,反映大数据环境下大学生健康管理的研究进展和学术动态,同时探讨大学生健康管理模式,为分析大学生健康状况及其影响因素、提升大学生健康水平提供科学依据以及后续研究提供学术线索。

**关键词:** 医学院校; 新生; 信息素养; 文献综述

《健康中国 2030 规划纲要》经中央审议颁布,要求将健康教育纳入国民教育体系,把健康教育作为所有教育阶段素质教育的重要内容,建立学校健康教育推进机制。2017 年,党的十九大报告提出了实施“健康中国战略”,更是指出国民健康目标的实现关系到我国国民未来的发展。作为提高当代大学生体质健康和心理素质的主体工作者,我国各大高校的健康教育工作任重而道远。本文旨在探究如何通过建立一套完整有效的高校健康管理体系,促进提升当代大学生的体质及心理健康<sup>[1]</sup>。健康管理是对个体或群体的健康进行全面监测、分析、评估、提供健康咨询和指导以及对健康危险因素进行干预的全过程<sup>[2]</sup>。

## 1 国内外研究现状

### 1.1 国外

美国是最早关注健康管理的国家,1975 年美国的密歇根大学建立的世界上第一个健康管理中心。在现阶段发展中,美国通过医疗保障机制有效的控制美国发生疾病高风险人群,达到世界先进水平。美国高校学生健康管理值得我们借鉴和学习<sup>[3]</sup>。

### 1.2 国内

20 世纪 60 年代,我国首次提出了健康管理的理念,最初的健康管理模式是:对病人的健康状况做出简单的分析与评估,并指导病人进行自我的健康保健来提升自身的免疫力<sup>[2]</sup>。随着“互联网+”战略的不断推进,我国的医疗行业迎来了“互联网+”医疗时代<sup>[4]</sup>。目前,医疗大数据已在优化资源配置、解决信息孤岛问题、辅助决策应用等方面呈现出巨大作用,进一步探讨和分析其在“互联网+”医疗环境下的价值和潜力将更具意义<sup>[5]</sup>。

程靖<sup>[6]</sup>等的研究表明大学生健康自我评价对健康自我管理具有显著影响。健康自评越好的大学生健康自我管理能力及各维度得分越高,自评健康水平高的大学生可能具有更强的健康信念,更加注重自身健康,而健康自评差的大学生缺乏足够的动机。钟勇<sup>[6]</sup>等的研究表明除先天的遗传因素外,影响大学生体质健康的因素还包括后天的生活环境、卫生习惯、饮食与营养、体育锻炼等。杨梅<sup>[7]</sup>等的结果表明在校大学生营养知识掌握情况和饮食行为较差。性别和专业是影响大学生营养 KAP 得分的主要因素。

### 1.3 健康管理现状需求

大学生是国家未来发展的重要人力资源。要塑造符合新时代要求、满足社会可持续发展需要的大学生,除了要培养知识技能之外,还要加强健康管理<sup>[8]</sup>。近年来,国内大学生身体素质普遍不佳。尽管“绿色健康”观念不断深入人心,但青少年肥胖率、近视率、抑郁率、患病率等还是呈逐年攀升趋势<sup>[9]</sup>。同时,青少年尤其大学生身体素质整体下滑,社会适应能力持续下降,心理承受力日益薄弱。进入社会后难以自如应对工作强度和人际关系,心理压力得不到有效排解,大学生抑郁自杀事件层出不穷。

### 1.4 构建健康管理体系的必要性和可行性

高校健康管理体系的构建与发展符合社会发展需要,同时也体现了高校的社会责任。高校大学生健康管理是以促进学生的身心健康为目的的,管理体系不是简单的管理与被管理一一对应的关系,

它包括与大学生身心健康有关的诸多因素<sup>[10]</sup>。高校本身所具有的资源与功能,保证了它能够担当此重任<sup>[11]</sup>。

## 2 大学生健康管理模式

### 2.1 基础管理模式

郭盈盈等将大学生的中医健康管理理论模式初步概括为:在“多环节切入+状态调整+线性干预”基础上,融合修身-安心-好学-乐动-纠偏为一体的大学生健康管理模式<sup>[12]</sup>。

### 2.2 构建高校健康管理 APP 等网络管理工具

刘晨<sup>[13]</sup>等的研究表明健康管理 APP 等网络工具的构建需要高校配置学生健康管理专业人才,对学生体质健康情况管理平台收集到的数据进行数据分析统计后,依托手机 APP,或微信公众号、高校官网等进行健康数据的发布、健康行为的指导、健康运动的考核及各类健康活动的策划组织等。其主要内容除了日常的管理工作,还可以进行内容拓展。此外,可根据当代大学生的兴趣爱好,策划形式多样的运动类 APP,吸引并督促学生走出宿舍参加锻炼,并将此类成绩与期末体测挂钩。最后,此类网络工具还可与其它健康类软件、活动设施等进行关联。

### 3 大学生自我健康管理能力评价指标

高校大学生健康评价指标是构建评价指标体系的基础,而高校大学生健康评价指标体系则是世界各地根据自身发展水平制定的用于评估各高校大学生健康的具体的操作框架,也是高校间大学生健康水平比较的基础<sup>[13]</sup>。大学生自我健康管理能力是指大学生管理自身健康所具备的能力。

郭盈盈<sup>[14]</sup>等的研究以知行模式和 WHO 健康促进策略为理论依据,借鉴重庆市市民健康自评指标体系(生理、生殖、体质、饮食、行为、心理)、石展望学者关于大学生健康生活方式评价指标体系(饮食、运动锻炼、睡眠、药物与烟酒、社会健康、心智情况)的指标设置情况,从健康认知、健康技能、意志品质和行动度 4 个方面设置指标。

### 3 管理对策及方法

#### 3.1 构建以高校为主体的大学生健康管理体系

高校具有丰富的教育资源,能够对大学生的健康认知和行为产生重要影响,是促进大学生健康的重要平台。因此,以高校为主体,通过构建健康管理体系以转变教育理念、改善大学生生活方式,实施健康干预等将成为解决大学生健康问题的重要切入点<sup>[15]</sup>。

#### 3.2 健康教育与管理相结合的具体方法

建立大学生健康工作专职部门,对健康教育和资源进行整合;制定管教结合具体工作方案,建立分支机构分工联动机制;制定发展性评价标准,建立跟踪预警机制;加强健康观念宣传,提升师生和校领导的健康理念<sup>[16]</sup>。

## 4 小结

《“健康中国 2030”规划纲要》中提出,未来十年的健康主题是:“要覆盖全生命周期,针对生命不同阶段的主要健康问题及主要影响因素,确定若干优先领域,强化干预,实现从胎儿到生命终

(下转第 96 页)

(上接第 94 页)

点的全程健康服务和健康保障,全面维护人民健康。”这表明,健康管理是以健康为中心,长期连续、周而复始、螺旋上升的全人、全程、全方位的健康服务,包括从生命之初到终结的各个环节。在大学生健康管理教育中,主要包含着大学生的生理健康与心理健康,而随着“互联网+”时代的不断深入发展,现阶段中大学生的身心健康却存在着诸多的实际性问题,本研究通过查阅总结近 5 年文献,分析大学生健康状况及其影响因素、为提升大学生健康水平提供科学依据和实践工具。

#### 参考文献

[1] 中国食物与营养[J].农产品市场,2021(04):64.  
[2] 孔鹏磊.“互联网+”医疗环境下健康医疗大数据的应用[J].产业与科技论坛,2020,19(15):61-62.  
[3] 刘晨.“健康中国”视角下我国大学生健康管理体系构建现状及发展探讨[J].吉林工程技术师范学院学报,2020,36(07):55-57.  
[4] 万华军,熊巨洋,彭莹莹,贾二萍,黎相麟.健康中国视角下我国大学生健康问题及管理策略[J].医学与社会,2020,33(03):55-58.  
[5] 王临凤.大学生健康管理服务体系构建研究[D].电子科技大学,2020.  
[6] 谭清立,吴洋鉴.手机 APP 在我国大学生健康管理中的应用现状与前景探讨[J].微量元素与健康研究,2020,37(02):67-70.  
[7] 张澜,董泽保.高校大学生健康教育与管理方法及路径研究[J].锦州医科大学学报(社会科学版),2019,17(03):73-75+79.  
[8] 程靖,刘淑聪,郭梦娜,陈怡.杭州市大学生健康自我管理能

力及影响因素[J].中国学校卫生,2018,39(09):1310-1313.

[9] 谢超杰.大学生健康管理服务体系的构建及初步实践[D].华南理工大学,2018.

[10] 张澜,任静.美国高校大学生健康管理现状及启示[J].湖南工业职业技术学院学报,2017,17(06):103-105.

[11] 钟勇,王文蕾,高进超,刘亚男,杜康力.运动和营养知识态度行为对大学生健康生活方式的影响[J].中国学校卫生,2017,38(11):1621-1625.

[12] 潘晓洁,郑晓,赵慧宁,靳珍珍,郑建中,张持晨.大学生健康管理能力评价指标体系框架研究[J].卫生软科学,2017,31(08):16-19.

[13] 游顶云,蔡乐.云南省健康医疗大数据的应用前景、挑战及对策研究[J].云南科技管理,2017,30(01):14-16.

[14] 郭盈盈,何裕民,倪红梅.大学生中医健康管理模式及方法探讨[J].南京中医药大学学报(社会科学版),2016,17(04):268-272.

[15] 王维,张澜.高校健康管理体系的构建与发展研究[J].辽宁大学学报(哲学社会科学版),2016,44(01):42-47.

[16] 单蔚.高校实施大学生健康管理的简析[J].网络财富,2010(14):42+44.

2020 年大学生创新创业训练项目

作者简介:赵秀玲(1963-)女,甘肃平凉人,本科,副教授,从事护理教学工作。通讯作者简介:曹露(1983-)女,甘肃平凉人,本科,讲师,从事护理教学工作。