

# 智能化战争形态下军人健康促进高质量发展研究

刘弋飞

空军军医大学空军特色医学中心 北京 100142

**摘 要:** 智能化战争形态下,健康促进是保障军人可以长时间、高强度、超负荷遂行作战任务的身心基础,是落实“大健康观、大卫生观”理念的重要军事实践。以习近平强军思想等重要论述为指导方针,结合智能化战争的特点及需求,通过内容分析、德尔菲法等对军人健康高质量发展进行价值解析,从军人健康研究现状出发,解析制约当前及未来军人健康促进高质量发展的核心要素,演绎以体质健康促进为核心,心理健康、道德健康、社会适应健康促进为抓手的军人大健康观,并从主动健康、智能考核、完善人格、贴近实战、军民融合等角度探索军人健康促进由“量”转向“高质量发展”的现实向度。

**关键词:** 军人健康;健康促进;高质量发展;战斗精神;战场适应能力

党的二十大报告指出:“把保障人民健康放在优先发展的战略位置。深入开展健康中国行动和爱国卫生运动,倡导文明健康生活方式。”健康作为现代化最重要的指标,是满足人民幸福生活和美好生活向往的基础<sup>[1]</sup>。军人健康作为军队现代化的重要指标,强国必须强军,军强才能国安。智能化战争形态下强军兴军的根基在培养德、绩、勤、体、能全面发展的军事人才,军人健康水平和其生成的战斗力成正比,体质强健、人格健全、道德高尚、社会适应良好的健康状态是军人长时间、高强度、超负荷遂行作战任务的身心基础,是新质战斗力孵化的先决条件,是打赢未来智能化战争的必需保障。

## 1 智能化战争形态下军人健康促进的价值解析

海湾战争后战争形态不断变化,军人仍是国防力量核心载体,更是矢志强军的主体。在长时间高度戒备状态和实战化训练中官兵健康出现一系列社会化问题。全体官兵的健康不仅是个人发展的必然要求,更是军队现代化发展的基础条件。实现军人体魄强健和作业效能一体化,是军队战斗力提升、民族振兴的重要标志。

2025 年,新颁布《军事体育训练大纲》正式施行,标志着我军军事体育训练由以健康体能为主向以战斗体能为主转变迈出了坚实一步,对于全面提高军体训练实战化、科学化、专业化水平,具有重要意义和深远影响<sup>[2]</sup>。可见,健康是军人进行军事实践活动的基础,军人健康是民族振兴、国家富强的先决条件。健康促进作为解决健康全球化问题的重要举措,是军事全球化背景下部队推进战斗力纵深建设、

促进军人身心健康、健康意识、健康行为和健康技能等健康素养提升的刚性措施。体质健康作为军人健康的基石,通常指军人个体在遗传变异和后天获得性的基础上所表现出来的良好机能与形态等,体质健康促进是军人健康促进的基础部分和检验指标。

## 2 智能化战争形态下军人健康研究的现实困境

营区相对封闭,呈刚性管理模式,在强度高、难度高、负荷高的实战化训练中,官兵恢复不足,直接影响了训练效果,产生体质、心理和社会适应维度的健康问题,健康问题成为战斗力提升的重要制约因素。通过专家访谈、实地调研和历史数据分析,我军军人健康研究多集中在医院健康档案、健康信息、健康评估等健康管理系统,通过传统医疗干预促进军人健康。

军队健康管理是按照现代健康理念与医学模式,围绕部队健康和战斗力采取措施对官兵健康程度分析和干预的全过程<sup>[3]</sup>,满足官兵日益增长的健康需求,推动军队医院由诊疗模式向全维健康模式转型<sup>[4]</sup>。归纳外军先进经验,如北美洲重视研究心理韧性对军人心理健康的影响,他们有研究发现高心理韧性的士兵具有比较轻的创伤后应激障碍和抑郁症状<sup>[5]</sup>。完善军人体检系统信息传输与更新<sup>[6]</sup>,内部快速共享医疗信息,构建高效军人电子健康档案平台<sup>[5]</sup>。2016 年,我国军人电子健康档案系统开始试运行,是我军实践“互联网+医疗”的重要体现,群众性大练兵中“健康+体育+战斗力”等多元融合也逐渐涌现,但整个军人健康管理系统处于医疗干预的初级健康管理状态。

军队聚焦实战化训练同时，对官兵自身的健康诉求重视程度不够，不利于战斗力稳步提升。通过辨析不同健康维度对战斗力的影响，筛选出影响健康的核心要素和健康促进方案。健康和每一名军人息息相关，直接影响战斗力生成，保障军队实战化训练稳步推进。世界卫生组织指出健康是多维度的，官兵以体质健康促进为核心，心理健康、道德健康、社会适应健康促进为抓手的“大健康观”亟需普及。

其中军人心理问题日益突出，军人心理健康供给滞后。未来战场形势瞬息万变，职业需要常常使军人处于孤独、艰苦、危险场景，对军人心理构成极大压力，战斗与非战斗减员大幅增加。有证据指出，美军士兵有受创后应激障碍、创伤性脑损伤和自杀三类心理疾病为主的心理健康问题<sup>[7]</sup>。近年来，我军在执行国际维和、抢险救灾等非战争军事行动任务后，抑郁症和精神分裂症等心理健康问题成为影响我军非战斗减员的主要原因，成为推进军队发展现代化和军人健康促进高质量发展的重大风险。

### 3 智能化战争形态下军人健康促进高质量发展的现实向度

军人健康促进高质量发展是一种立足根本、掌控全局、着眼未来军人健康的发展方向和发展目标的新发展理念，旨在全面判断时代环境、充分发挥制度优势的基础上优化军人健康促进的体制结构、转换发展模式、提升发展动力的宏观战略。目前军人健康促进的重心关注点在医疗档案、疗养康复等医疗干预。虽然通过《军事体育训练大纲》倒逼军人强化体育训练，取得了一定“量”的积累。但对心理健康促进、道德健康促进和社会适应健康促进的“全生命周期主动健康”重视不足，与落实领袖“大健康观、大卫生观理念”的“高质量发展”存在组落差距。新时代强军指向中，军人健康促进应围绕“立德树人、为战育人”新时代军事教育方针，从全生命周期、大健康观念角度设计军人健康促进的高质量发展路径。

#### 3.1 主动干预，优化军队作战能力生成

科学地参与体育锻炼，尤其是选择一些健身养生项目，是治未病的有效手段之一，能在疾病尚未发生之时就做到未病先防，对于军人健康水平的提升意义重大。主动健康是通过对人体主动施加可控刺激，增加人体微观复杂度，促进人体多样化适应，从而实现人体机能增强或慢病逆转的医学模式。它强调通过对个体全生命周期行为系统进行长期连续动态跟踪，对自身状态、演化方向和程度进行识别和评估，以

选择生活方式各要素为主，充分发挥其主观能动性，以改善健康行为为主，综合利用各种医学手段对人体行为进行可控的主动干预，促使人体产生自组织适应性变化，从而达到机能提高、消除疾病、维持人体处在健康状态的实践活动和知识体系。通过主动使人体处于可控的“远离平衡态”，从而激发人体自组织能力，以达到消除疾病、促进健康的医学模式。围绕“人、武器装备、人与武器装备的结合”实施，通过多部门协同治理“人与武器质数量、体制编制科学性、军事理论和训练、指挥管理的水平、后勤保障的能力”等要素实现战斗力建设。

#### 3.2 智能考核，促进军人体能强健

习主席在 2019 年 11 月全军院校长集训班指出：“新时代教育方针，就是坚持党对军队的绝对领导，为强国兴军服务，立德树人，培养德才兼备的高素质、专业化新型军事人才。”智能化战争下对军人素养要求更高，军人健康素养水平决定了一名军人的思想、身体、社会适应等综合水平，直接影响战斗力。

针对体质健康的评估，可借鉴国内目前已出现的“智能考官”，如传统的答题卡，新兴的军事体能考核系统，军事体能考核系统依托智慧军营体系架构，可以精准采集受测官兵体能考核实时数据，自动统计分析 3000 米跑、仰卧起坐、俯卧撑、单杠引体向上，公平、公正开展测试，当场打分，不仅可以起到测试中的考核作用，还可以在考核中实时监控受测者关键身体指标起到预警作用，考核后将详细数据直观体现给测试者并上传到军事大数据库，具有一定的科学性、公平性和保密性，并且该数据还可以为后续制定科学体训计划提供重要参考和借鉴。

#### 3.3 完善人格，促进军人道德健康

培养军人，首先要培养军人的爱国情怀，要把青年军人作为爱国主义教育的重中之重，将爱国主义精神贯穿于军事职业教育全过程，推动爱国主义教育进课堂、进教材、进头脑，办好学校思想政治理论课。同时应当积极学习习近平新时代中国特色社会主义思想 and 习近平强军思想，它们是马克思主义中国化最新成果，是党和人民实践经验和集体智慧的结晶，是中国特色社会主义理论体系的重要组成部分，是全党全国人民为实现中华民族伟大复兴而奋斗的行动指南。坚持把实现中华民族伟大复兴的中国梦作为鲜明主题，深入开展中国特色社会主义和中国梦教育，大力弘扬民族精神和

时代精神,广泛开展党史、国史、改革开放史教育,加强国家安全教育 and 国防教育。

### 3.4 贴近实战,促进军人心理健康

我国心理健康教育模式一直处于医学模式阶段,主要是对患有心理疾患的军人采取治疗,服务面狭窄而被动。美国已经将心理韧性训练纳入了军事训练的课程,并且制定了心理韧性训练计划,他们已有研究实证心理韧性训练能够影响美军在基本训练战斗过程中的幸福感和态度。

军人健康建设应着眼真实战场的生死考验、高强对抗和惨烈环境,重视提升适应实战环境,着力提升身心应战能力。通过军事大数据分析、建模,紧扣打赢使命,以战争需求为牵引,创新信息化方法手段,还原体现复杂艰苦的虚拟战场环境,增强军人心理健康水平,提升战时心理应激能力。通过军事大数据的先进手段,科学、系统构造实战化心理训练课程,重视应战训练的演练,结合信息化战争的非传统技术战术训练方式,开展残酷耐受训练、抗疲劳训练、抗干扰训练、生存训练等信息化心理健康训练,提升军人心理健康水平。普及心理健康自查和调节教育,推广战时心理损伤分类、预警和现场干预技术,提高医师战斗应急防控处置能力,并进一步完善救援体系,针对不同战略目标针对性开展心理防护应激演练。

### 3.5 军民融合,促进军人多维健康建设

多维健康促进,完善军人人格是军人健康促进与健康教育的重难点,是军队政治工作所面临的重大而紧迫的现实课题<sup>[7]</sup>。军民融合背景下,军地的强强联合,双向推动大数据的应用发展,有效推动了军事大数据的整体性建设:完善升级结构、更新高新技术、创新技术手段,针对军人这一特殊群体的健康建设,提供更科学、更精准、更有实效性的大数据资源,切实推动军人健康促进科学有效发展。采用大数据技术优化军队心理健康工作小组的组织结构,增加各级军人沟通交流频率,提升健康工作有效互动和规范管理。健全健康教育人才培养,加强健康人才队伍建设,优化基层军医职业化发展路径,保障整体医师的服务质量。加强思想教育和文化建设,营造优良的部队文化氛围,关心支持军人学习健康知识,帮助他们解决实际困难,提供有利于基层军人健康全面发展的优良部队环境。

## 4 结语

智能化战争形态下军人健康促进高质量发展不仅是推进我军现代化建设的重要举措,也从实践层面对提升我军基础训练实战化、科学化、专业化水平具有重要的指导价值。瞄准未来智能化战争,应进一步立足于“军人”这一先导性作战要素,结合《军事体育训练大纲》等“任务牵引、支撑作战、科学训练、控制损伤、简明实用、便于组织”等训练原则,有利于积累先发优势,通过重塑我军现有的军事基础训练内容和考核标准,在短时间内减少训练伤、提升训练质效,将军人健康风险关口前移,为部队按纲施训提供理论参考。

### 参考文献:

- [1] 黄可越,陈典宏.为官兵训练插上“健康之翼”[N].解放军报,2024-11-18(005).
- [2] 杨磊,吴旭.全军军事体育训练转型迈出坚实步伐[N].解放军报,2025-07-11(001).
- [3] Julie Ayre, Daniel S J Costa, Kirsten J McCaffery et al. Validation of an Australian parenting health literacy skills instrument: The parenting plus skills index[J]. Patient Education and Counseling, 2020, 103(6).
- [4] 汤如,.军队健康体检与健康管理的现状和展望[J].中国临床保健杂志,2016,19(02):221-224.
- [5] Emily Bremer, Jeffrey D. Graham, John Cairney. Outcomes and Feasibility of a 12-Week Physical Literacy Intervention for Children in an Afterschool Program. 2020, 17(9)
- [6] 赵伟,董朝阳,张婷,余鸿璋,曾文峰,王云霞.美军综合健康计划应用评估[J].解放军医院管理杂志,2020,27(12):1198-1200.
- [7] 陈杨,马亦飞,刘振华,周开园,张建杰.美军航空卫生机动力量快速部署的启示[J].医学研究与战创伤救治,2024,37(05):522-525.
- [8] 孙尚雪,乔安花,王蓓,彭飞.美军战场后送途中救护体系现状及启示[J].军事护理,2024,41(04):98-101.
- [9] 张音.美军心理健康问题研究进展[J].人民军医,2015,58(02):145-146.