

Health Promotion Programs
From Theory to Practice

健康促进项目

—— 从理论到实践

主 译 顾沈兵

主 编 [美] CARL I. FERTMAN
[美] DIANE D. ALLENSWORTH



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

健康促进项目

——从理论到实践

主 编 [美] CARL I. FERTMAN

[美] DIANE D. ALLENSWORTH

主 译 顾沈兵



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

图书在版编目(CIP)数据

健康促进项目——从理论到实践/(美)费曼(Carl I. Fertman), (美)艾伦斯沃思(Diane D. Allensworth)主编;顾沈兵主译. —上海:第二军医大学出版社, 2015. 12

书名原文: Health Promotion Programs: From Theory to Practice

ISBN 978-7-5481-1163-4

I. ①健… II. ①费… ②艾… ③顾… III. ①健康教育—教材 IV. ①R193

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 251823 号
著作权合同登记号(图字): 军-2014-199 号

出版人 陆小新
责任编辑 叶 婷

健康促进项目

——从理论到实践

主编 [美]CARL I. FERTMAN

[美]DIANE D. ALLENSWORTH

主译 顾沈兵

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

发行科电话/传真: 021-65493093

<http://www.smmup.cn>

全国各地新华书店经销

江苏天源印刷厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 24.25 字数 42 万字

2015 年 12 月第 1 版 2015 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-1163-4/R·1894

定价: 65.00 元

译者名单

(按章节顺序排名)

顾沈兵	上海市健康教育所
单家银	上海市健康教育所
魏晓敏	上海市健康教育所
尉晓霞	上海市健康教育所
胡亚飞	上海市健康教育所
刘惠琳	上海市健康教育所
董建树	上海市健康教育所
赵加奎	上海市黄浦区健康教育中心
董悦青	上海市健康教育所
周曦斓	上海市浦东新区疾病预防控制中心
王淮娟	上海市浦东新区疾病预防控制中心
李 丹	上海市嘉定区疾病预防控制中心
王 剑	上海市健康教育所
陈 德	上海市健康教育所
周亦男	上海市健康教育所
吴佳倩	上海市徐汇区疾病预防控制中心

作者简介

主 编

Carl I. Fertman,匹兹堡大学教育学院健康和身体活动部,副教授;青少年最大化潜能计划(MAPS),执行董事。

Diane D. Allensworth,肯特州立大学教育学院,名誉教授。

章节作者

Kelly Bishop Alley,美国疾病控制和预防,健康教育专家。

Neyal J. Ammary-Risch,美国国立卫生研究院,美国国家眼科研究所,国家眼科健康教育计划,副主任。

M. Elaine Auld,社会公众健康教育,首席执行官。

Jean M. Breny Bontempi,南康涅狄格州立大学公共卫生部,副教授。

Kelli McCormack Brown,佛罗里达大学健康教育与行为系教务处,教授,副院长。

Frances D. Butterfoss,东弗吉尼亚医学院儿科系,教授;联盟工作,总裁。

Huey-Shys Chen,新泽西医学与牙科大学护理学院,副教授。

W. William Chen,佛罗里达大学健康教育与行为系,教授。

Sara L. Cole,中央俄克拉荷马大学,兼职教师。

Katherine Crosson,卫生保健研究与质量中心,质量改进和患者安全,副主任。

Joseph A. Dake,托莱多大学健康科学与人类服务学院卫生和康复服务部,副教授。

Michael C. Fagen,伊利诺大学芝加哥分校公共卫生学院社区健康科学,临床助理教授。

Andy Fournay,加利福尼亚州公共卫生部,公共卫生研究所,评估专家。

Regina A. Galer-Unti,瓦尔登大学,教员。

Cezanne Garcia,家庭-护理中心学院,高级项目和资源专家。

Melissa Grim,雷德福大学,运动、体育、健康教育科,助理教授。

Jim Grizzell, 加州州立理工大学, 健康教育家。

Tyra Gross, 复活节海豹路易斯安那州, 支持协调员。

Michael T. Hatcher, 美国疾病控制和预防物质及疾病登记处, 毒理学和环境医学机构有毒科, 环境医学和教育服务处, 首席执行官。

Leonard Jack Jr., 路易斯安那泽维尔大学药学院临床和行政事务部, 教授; 少数民族裔健康研究中心, 主任、副院长。

Camara Phyllis Jones, 美国疾病控制和预防协调中心, 国家慢性病预防和健康促进中心成人与社区卫生处, 研究总监。

Laura Linnan, 北卡罗来纳大学教堂山分校, 全球公共卫生分校人类行为和教育部门, 副教授。

Sara Lynch, 路易斯安那州立大学公共卫生学院健康科学中心, 学生。

Edward Mamary, 圣何塞州立大学卫生科学系, 教授。

Francisco Soto Mas, 德克萨斯大学埃尔帕索翻译西班牙健康研究计划, 健康教育副教授。

Carlen McLin, 迪拉德大学公共卫生部, 副教授。

Angela D. Mickalide, 家居安全局, 教育和宣传总监。

Barbara MkNelly, 加利福尼亚州公共卫生部公共卫生研究所, 研究科学家。

Kimberly L. Peabody, 詹姆斯·麦迪逊大学健康科学系, 助理教授。

Daniel Perales, 圣何塞州立大学卫生科学系, 教授。

James H. Price, 托莱多大学健康科学与人类服务学院卫生和康复服务部, 教授。

Regina McCoy Pulliam, 北卡罗来纳大学-格林斯博罗, 副教授。

Kathleen M. Roe, 圣何塞州立大学卫生科学系, 教授。

Jiunn-Jye Sheu, 佛罗里达大学健康教育与行为系, 助理教授。

David A. Sleet, 美国疾病控制和预防意外伤害预防科, 副主任。

Karen A. Spiller, 马萨诸塞州蓝十字蓝盾跳起来: 围棋项目, 经理。

Marlene K. Tappe, 曼凯托明尼苏达州立大学卫生科学系, 副教授。

Louise Villejo, 得克萨斯大学 M. D. 安德森癌症中心病人教育厅, 主任。

Britney Ward, 西北俄亥俄医院会卫生规划署, 助理署长。

Jennifer Wieland, 西雅图运输部, 助理交通规划师。

Allison Zambon, NOVA 研究公司, 健康传播专家。

前言

人们对健康促进项目的需求无处不在,无论是在医院、工厂、企业、学校,还是在日间护理中心、政府机关,或是在教堂、诊所、社区中心,甚至是当地卫生部门,我们无时无刻不在思考着如何改善我们的生活、工作和娱乐,如何不断提高我们的生产力。如果你正在或计划在健康教育、公共卫生、医疗护理或任何与健康相关的领域工作,你很有可能在某一时间参与到健康促进项目相关工作里。在这个过程中,你会使用你的临床和专业知识,甚至你大学时代的学习经验,来制定和实施一项健康教育计划,用以改善个体或群体的健康状况,降低人们发生疾病的风险或帮助他们恢复健康。也许你将要成为健康促进项目团队的一份子,在刚开始听说可以通过一个计划来改善或促进人们健康的说法时,会让你觉得这是一个宏大高远的工程。尽管健康促进项目的想法似乎富有吸引力和相当值得实施,但把想法变成现实还确实需要专业人员的不懈努力。换句话说,实践中常常“知易行难”,知道一件事情需要做很容易,但有效地设计并实施一个方案,真正实现某些特定预期结果,或帮助特定人群切实改善他们的健康状况,是一个非常复杂的过程。

在美国和世界各地,公共卫生、健康教育、健康促进等领域的本科生、研究生培养工作已经蓬勃发展了半个多世纪。每年,数千名具有本科甚至更高学历的学生被培养出来,进入到学校、企业、医疗机构、社区组织和政府工作部门。

公众健康教育协会(SOPHE),作为首屈一指的健康教育和健康促进专业的培训和工作机构,认为亟需一本著作,用以提高健康教育与健康促进领域中本科教育的专业水平。越来越高的慢性病发生率、不断增加的医疗费用、越来越多样化的人口结构,以及健康教育工作队伍的老化,都要求我们培养新一代的健康促进人才。SOPHE 提供了这本手册,它将理论和操作相结合,通过分步讲解,展示如何构建、实施和评估健康促进项目。SOPHE 希望,不管是通篇学习还是参考其中某些章节,都能够帮

助那些在健康教育、健康促进、社区卫生、公共卫生或健康相关领域(如环境健康、体育活动、专职医疗、护理、医药等)工作的本科生们,甚至能对那些想要学习构建健康促进项目技术、知识和技能的专业人士也有所帮助。学习并获得有效的健康促进项目的计划、实施和评估能力,从而有助于促进健康、促进行为改变和社会变革,并消除健康差距。本书概括性地介绍了多年来健康教育与健康促进领域的研究经验和具体工作,同时还收集整理在不同项目工作的 SOPHE 成员的经验。本书也体现了 SOPHE 为了提高个体和社区生活水平所做的职业准备和继续教育方面的使命和义务。

我们要感谢诸多参与编写本书的 SOPHE 成员,他们在健康教育、公共卫生、社会学、人类学、心理学、护理学、药学、体育、营养学、职业卫生等多个领域的辛勤工作和宝贵经验,为本书增添了光彩。他们无私地为健康促进项目构建提供了他们各自领域内的知识和实践经验。通过本书将教育、引导、激励、促进学生和专业工作人员在成功构建健康促进项目上的探索,从而帮助他们能够面对今天甚至将来的健康事业的挑战。

关于本书

健康促进工作能够帮助人们引领社会和经济生活,在预防疾病发生并有效促进人群健康方面有着广阔的空间。本书旨在通过对健康促进项目实施理论和实践两方面的讲解,达到有效指导健康促进方案规划、执行和评价的目的。本书的基本前提之一是强调在研究和实践的基础上指导健康促进项目的规划、实施和评价。其次,本书希望通过回顾在学校、社区、单位和医疗机构开展健康促进项目的机会,推动和发展健康促进项目。本书还满足了追求健康教育事业以及护理、医学、公共卫生和专职医疗领域的学生和专业人士在健康促进项目上的实际需求。

1950 年以来,SOPHE 一直是健康促进领域的领导机构。本书充分反映 SOPHE 为满足其成员、未来的成员,乃至更广泛应用领域的需求,提供优质产品和服务的承诺。本书的写作始终坚持完整、负责和透明的原则,编写过程中的每一步均通过编写组的充分讨论。团队合作、分工协作以及思维的多样性、发散性是每个章节写作的基础。将每个人每天都在做的工作写作成书并不是一个简单的工作,写下你当下的想法,让同行去充分阅读和讨论并提出意见更是一项具有挑战性的工作。本书的写作

充满了创新性和创造力,这令本书更贴近读者的需求,并且使得本书具有较好的延展性。

谁需要阅读本书

本书适用于三类人群。第一类是那些主修或选修健康教育、健康促进、社区健康、公共卫生或环境卫生、体育活动和教育、专职医疗、护理等与健康相关领域的本科生;第二类是那些处于职业生涯中的年轻实践者、管理者、研究者和第一次负责教学、设计或负责健康促进项目的教师;第三类是没有健康领域相关教育背景但从事或有可能管理健康促进相关工作的人(如学校管理人员和校长、人力资源主管、学生事务管理人员、非营利组织董事会成员、社区工作人员、企业和健康管理组织的工作人员或雇主等)。

内容概要

本书共分五个部分。第一部分为健康促进项目的基础内容,包括健康和健康促进的概念,健康促进的历史变革,健康促进项目开展场所及项目实施过程中的利益相关方。应该注意的是健康促进项目计划、实施和评估过程中起指导性作用的两个方面:首先是消除健康不公平,其次是健康理论和模型的应用。第二、三、四部分分别阐述了健康促进项目计划、实施和评估的具体执行步骤,并提供了详细操作指导。借助实践和案例分析帮助读者更好地理解每一个阶段的内容,同时也提升了项目设计和开展循证健康促进项目的技巧。第五部分阐述了学校(从小学到大学)、医疗机构、工作场所和社区四类场所的健康促进项目工作内容。每一章都包含了特定场所的健康促进项目工作内容。

每一章开始部分列出详细的学习目标,描述该章节的主题内容和框架,每个章节最后部分的专业术语,可以当作整本书的阅读参考,用于加深对项目计划、实施和评估中各个概念的理解。

从贯穿全书的实践案例中可以看到,健康促进项目应当建立在人们对人们所处的文化、社会和环境因素的深入了解,对目标受众的信念、认

知、态度、行为、行为改善会遇到的障碍以及他们所生活的文化、社会、自然环境的深刻领会的基础上。本书参考了健康教育领域的前沿理论和模型,因此对于健康教育项目的参与者来说,通过理论、模型和方法来指导项目的设计、实施和评估就显得尤为必要。

每一章以实践和问题讨论结束,可以帮助读者更好地使用专业术语,增强互动。所有章节有机联系,同时各自的内容独立成章,完整论述对应的主题。

本书的特色内容

- 学习目标
- 练习与讨论
- 专业术语

编者的话

作为编者,我们希望对预防疾病和促进健康作出一些贡献。我们相信,通过充分学习健康促进方案规划、执行和评价的理论和实践方法,将能够让更多民众和团体享受到健康带来的益处,鼓励更多学校、企业、医疗机构和社区成为健康促进场所。我们感谢这些 SOPHE 成员撰写的这些宝贵知识,也感谢他们为促使个人、社区、团体和组织健康结局的改变所做的贡献。

非常荣幸地能有这个机会受到 SOPHE 董事会、执行人员、工作人员和会员们的信任和委托来主编本书。SOPHE 通过促进健康促进理论发展和研究、提供卓越的职业准备与实践,倡导有利于健康的公共政策,始终致力于所有人的健康和消除健康不公平。SOPHE 和其成员鼓励和支持那些致力于改善人们健康的数以千计的专业人士。我们衷心希望本书能够有助于实现这些目标,引领人们走向更为健康的世界。

致 谢

《健康促进项目——从理论到实践》是团队的成果。我们要感谢 Jossey-Bass 出版社编辑 Andrew Pasternack、副主编 Seth Schwartz 对本书的支持；我们要感谢每一章的作者以及他们所在的单位和家庭；我们还要感谢匹兹堡大学教育学院健康与运动计划青少年潜能计划的工作人员对本书文字校对工作的支持和努力；我们要感谢健康与运动计划部主席 John Jakicic 博士对本书写作提供的帮助和支持；同时我们要感谢阿勒格尼人社部的工作人员为本书提出的意见和支持。

最后，感谢众多始终致力于全世界人民健康的 SOPHE 会员、工作人员、董事们，谢谢。

Carl I. Fertman

宾夕法尼亚州，匹兹堡

Diane D. Allensworth

佐治亚州，亚特兰大

2010 年 2 月

SOPHE 简介

公众健康教育协会(Society for Public Health Education, SOPHE)成立于1950年,是一个非营利性的专业组织。

SOPHE 的使命是提供全球领导地位的职业健康教育和健康促进,通过健康教育理论的发展和研究,推动健康的社会发展。其卓越的专业准备和实践,并且倡导公共政策,有利于健康和卫生公平的实现。

SOPHE 是专门致力于健康教育和健康促进独立的专业机构。

SOPHE 会员将健康教育的原则和实践推广到众多的场所中,这些基础场所包括中小校、大学、医疗卫生机构、工作网站、自愿卫生机构、国际组织和联邦、州和地方政府。

目 录

第一部分 健康促进项目基本概念 1

1 什么是健康促进项目 3

- 1.1 健康、健康促进和健康促进项目 4
- 1.2 健康促进项目的历史背景 7
- 1.3 《健康公民》：一项促进健康的全国性国家个体共建项目 11
- 1.4 健康教育与健康促进 13
- 1.5 健康促进场所 15
- 1.6 健康促进项目中的利益相关者 18
- 1.7 总结 20
- [练习与讨论] 21
- [专业术语] 21
- [参考文献] 22

2 健康促进项目旨在消除健康不公平 25

- 2.1 人群基本特征和健康不公平 26
- 2.2 了解种族和民族对健康的影响 32
- 2.3 消除少数民族健康不公平策略 33
- 2.4 总结 43
- [练习与讨论] 43
- [专业术语] 44
- [参考文献] 45

3 健康促进项目常用理论 50

- 3.1 健康促进项目中常用理论 51

- 3.2 个体水平常用理论 52
- 3.3 人际水平常用理论 56
- 3.4 群体水平常用理论 58
- 3.5 健康促进项目设计常用模式 62
- 3.6 健康促进理论和设计模式的应用 68
- 3.7 总结 72
- [练习与讨论] 72
- [专业术语] 73
- [参考文献] 74

第二部分 制定健康促进项目计划 79

4 健康促进项目参与者的需求 81

- 4.1 需求评估定义 82
- 4.2 健康需求评估的实施 87
- 4.3 提升需求评估 88
- 4.4 利用收集一手数据的方法和工具 88
- 4.5 利用二手资料的工具和方法 94
- 4.6 调查结果的报告和共享 97
- 4.7 总结 103
- [练习与讨论] 103
- [专业术语] 104
- [参考文献] 105

5 确定建立项目内容 107

- 5.1 确定项目的使命、总目标和具体目标 108
- 5.2 制定项目目标 109
- 5.3 确定项目的干预措施 112
- 5.4 选择健康促进材料 115
- 5.5 使用循证干预措施 116
- 5.6 发展有效的政策和规章 122
- 5.7 向项目实施过渡转移 127
- 5.8 总结 129
- [练习与讨论] 130

[专业术语] 130

[参考文献] 131

第三部分 实施健康促进项目 133

6 实施工具、项目成员及预算 135

6.1 项目计划到行动计划 136

6.2 逻辑模型的准备工作 138

6.3 使用甘特图引导项目执行 141

6.4 项目执行中的应变预案 143

6.5 高质量项目人员的招募和管理 146

6.6 项目预算和财务管理 149

6.7 总结 153

[练习与讨论] 154

[专业术语] 155

[参考文献] 155

7 宣传与倡导 157

7.1 为项目的倡导制定议程 158

7.2 倡导是健康促进工作者的基本职责 160

7.3 健康政策倡导成功案例 161

7.4 熟练使用倡导语言 162

7.5 形成倡导联盟 166

7.6 倡导常用方法 168

7.7 科学技术对倡导的影响 173

7.8 总结 174

[练习与讨论] 174

[专业术语] 175

[参考文献] 175

8 有效传播健康信息 178

8.1 健康促进项目中的健康传播 179

8.2 为场所制定传播计划 185

8.3 对概念、信息和材料进行开发和预试验 191

- 8.4 总结 197
- [练习与讨论] 198
- [专业术语] 198
- [参考文献] 199

9 拓展项目资金来源 202

- 9.1 项目资金来源 203
- 9.2 筹资随项目参与者与场所不同而发生变化 206
- 9.3 专项拨款计划书的撰写 208
- 9.4 与投资者保持联系 213
- 9.5 资金筹集 215
- 9.6 与董事会成员协作 217
- 9.7 总结 219
- [练习与讨论] 220
- [专业术语] 220
- [参考文献] 221

第四部分 健康促进项目评价和维持 223

10 什么是健康促进项目评价 225

- 10.1 项目评价的定义、类型和术语 226
- 10.2 评价框架 231
- 10.3 评价设计 234
- 10.4 数据收集与分析 236
- 10.5 评价报告 237
- 10.6 评价和项目设计 240
- 10.7 实施评价 242
- 10.8 总结 245
- [练习与讨论] 246
- [专业术语] 246
- [参考文献] 247

11 创新领导力和可持续性 249

- 11.1 加速和控制项目改变 250
- 11.2 吸引项目参与者并获得支持 253

- 11.3 资格认证 259
- 11.4 增强项目影响力和可持续性 262
- 11.5 总结 264
- [练习与讨论] 264
- [专业术语] 264
- [参考文献] 265

第五部分 不同场所的健康促进项目 269

12 学校健康促进项目 271

- 12.1 学校健康促进的合理性 272
- 12.2 学校健康促进的角色演化 273
- 12.3 学校健康促进当前角色 274
- 12.4 资源和工具 280
- 12.5 挑战 286
- 12.6 职业机会 287
- 12.7 总结 289
- [练习与讨论] 289
- [专业术语] 290
- [参考文献] 291

13 卫生保健机构中以患者为中心的健康促进项目 296

- 13.1 卫生保健机构中的项目角色演变 297
- 13.2 卫生保健机构的有效项目 301
- 13.3 卫生保健机构中的项目资源 305
- 13.4 卫生保健机构健康促进面临的挑战 310
- 13.5 卫生保健机构的职业机会 313
- 13.6 总结 315
- [练习与讨论] 315
- [专业术语] 316
- [参考文献] 316