

THE MANAGEMENT SPECIFICATION OF HEALTH EDUCATION IN HOSPITAL

医院健康教育贯穿于预防、治疗、护理、康复、管理等许多具体环节，
它可以提高患者的依从性，可以通过影响患者的心理发挥作用，
还是一种治疗方法，通过改变不健康的行为和生活方式增进健康。

医院健康教育 管理规范

主 编 王盛强

执行主编 王晓亮 刘丽萍

 宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE

ISBN 978-7-315-06110-8

The Management Specification of
Health Education in Hospital

医院健康教育 管理规范

主 编 王盛强

执行主编 王晓亮 刘丽萍

图书在版编目 (CIP) 数据

医院健康教育管理规范 / 王盛强主编. — 宁波 : 宁波出版社, 2018.4

ISBN 978-7-5526-3184-5

I . ①医… II . ①王… III . ①医院 — 健康教育 — 管理规范 IV . ① R193-65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 034335 号

医院健康教育管理规范

主 编 王盛强

执行主编 王晓亮 刘丽萍

责任编辑 梁建建

装帧设计 金字斋

出版发行 宁波出版社 (宁波市甬江大道 1 号宁波书城 8 号楼 6 楼 315040)

印 刷 宁波白云印务有限公司

开 本 889 毫米 × 1194 毫米 1/16

印 张 18

字 数 263 千

版 次 2018 年 4 月第 1 版

印 次 2018 年 4 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5526-3184-5

定 价 48.00 元

《医院健康教育管理规范》编委会

主 编 王盛强

执行主编 王晓亮 刘丽萍

副 主 编 梁静芝 金来伦 王 冲 竺雪红

编委成员 (按姓氏笔画排序)

王无畏 王仲夏 王智康 王新君 毛琼儿 方欢欢 邓素翰
包红亚 任秀赞 全 胜 邬玲玲 邬笔玉 庄开赞 庄彩骄
刘立志 刘芳玉 刘芳娟 刘厚先 江建军 孙碧霞 严泽军
李张员 李晓燕 吴明辉 吴爱民 何 莲 余 冰 应志斌
应晓薇 汪雪芬 沈彩糯 张 丹 张 琪 张 瑜 张国平
张素萍 陈 凯 陈 革 陈加才 陈清锋 卓葵儿 竺建辉
竺鹏东 周建芳 周玲叶 周姣桃 赵 馥 赵艳红 胡晓君
胡朝辉 俞侠健 饶爱华 施美儿 袁 志 桂剑英 夏莲芬
黄 浩 曹斌校 康 旭 康君芳 蒋 辉 程光嘉 傅 炯
裘小鸣 鲍海霞

插 图 杨鹏飞 李知璇

序

随着人类社会的进步,现代人的生活节奏越来越快,工作生活压力也越来越大,随之出现的健康问题也越来越多。世界各国对健康管理越来越重视,医务人员开展健康教育和宣传,普及卫生科学知识,帮助人们树立现代健康的生活理念势在必行。

根据国家《全民健康素养促进行动规划(2014—2020年)》的标准和要求,当前医院健康教育工作存在不少问题,如健康管理不规范,医院人员健康教育意识不强、知识缺乏,医院没有建立完善的健康教育工作制度、实施细则和考核标准等。因此,做好健康教育工作,将健康教育贯穿于整个医疗活动中,对患者的健康管理做到系统化、规范化、专业化,降低可预防疾病的发病率和死亡率,增强自我保健意识,改进和维护自身健康,是现代医学发展的必然趋势。将健康教育贯穿于三级预防的全过程,提高患者健康意识和自我保健能力、改善从医行为,有助于提高医疗质量,减少医患纠纷。

《医院健康管理规范》由几十位来自不同学科有着多年临床经验的医护专家合力编写而成。全书共13章,重点介绍了内、外、妇科等常见疾病教育和管理考核要点。疾病教育包括每种疾病的概述、病因、临床表现以及饮食、康复等指导。所述内容通俗易懂,简洁明了,帮助患者及家属提高对疾病的正确认识,使其更好地配合医务人员进行检查治疗,以促进康复。同时,康复与保健知识的宣传教育,有利于患者在日常生活中,养成健康的行为习惯,提高生活质量。

此书既可作为医护人员向患者进行健康教育及卫生知识普及的教材，也可以成为患者和健康人群学习了解疾病与康复知识的科普读物。

宁波市奉化区卫生和计划生育局党委书记、局长

童云龙

2018年3月1日



序	001
第 1 章 医院健康教育与健康促进	
健康教育的概述.....	002
医院健康教育概述.....	005
健康促进医院创建.....	014
第 2 章 患者住院须知	
入院相关常识.....	032
术前术后护理.....	034
检验、特殊检查相关配合	037
医院膳食指导.....	042
第 3 章 心血管内科常见疾病教育	
高血压病.....	052
冠心病.....	055
充血性心力衰竭.....	059

心律失常·····	061
风湿性心脏瓣膜病·····	064
心脏起搏器植入·····	065

第 4 章 呼吸内科常见疾病教育

急性上呼吸道感染·····	070
支气管哮喘·····	073
慢性阻塞性肺疾病·····	076
肺 炎·····	085
支气管扩张·····	087
睡眠呼吸暂停综合征·····	088
自发性气胸·····	090

第 5 章 内分泌科常见疾病教育

糖尿病·····	094
痛 风·····	105

第 6 章 神经内科常见疾病教育

头 痛·····	110
眩 晕·····	113
脑梗死·····	117
脑出血·····	119

痴 呆·····	121
癫 痫·····	126

第 7 章 消化内科常见疾病教育

上消化道出血·····	130
消化性溃疡·····	131
慢性萎缩性胃炎·····	133
胃 - 食管反流病·····	135
胃息肉·····	137
酒精性肝病·····	138
非酒精性脂肪性肝病·····	139
急性胰腺炎·····	141
便 秘·····	143

第 8 章 普外科常见疾病教育

阑尾炎·····	146
腹股沟斜疝·····	148
下肢静脉曲张·····	149
胆石症·····	151
乳腺纤维腺瘤·····	153
乳腺癌·····	156
甲状腺疾病·····	157
痔 疮·····	163

胃 癌·····	166
大肠癌·····	169
肝 癌·····	170

第 9 章 泌尿外科常见疾病教育

尿路感染·····	174
尿路结石·····	175
肾盂肾炎·····	177
尿毒症·····	180
压力性尿失禁·····	181
肾囊肿及多囊肾·····	182
前列腺增生症·····	184
包 茎·····	185

第 10 章 骨科常见疾病教育

颈椎病·····	188
骨质疏松症·····	191
胸腰椎骨折·····	195
腰椎间盘突出症·····	198
上肢骨折的康复训练·····	201
下肢骨折的康复训练·····	204
人工髋关节置换术后须知·····	207

第 11 章 五官科常见疾病教育

屈光不正·····	212
白内障·····	214
青光眼·····	217
翼状胬肉·····	221
鼻出血·····	222
慢性鼻窦炎·····	223
声带息肉·····	226
慢性扁桃体炎·····	227
慢性化脓性中耳炎·····	230
口腔保健·····	232

第 12 章 妇科常见疾病教育

外阴阴道假丝酵母菌病·····	236
盆腔炎性疾病·····	238
异位妊娠·····	240
子宫肌瘤·····	241
卵巢肿瘤·····	243
子宫颈癌·····	245
子宫内膜癌·····	248
盆腔脏器脱垂·····	250
人乳头瘤病毒(HPV)及 HPV 疫苗·····	252

第13章 常见疾病健康教育考核要点

高血压病医护人员健康教育考核要点·····	256
冠心病医护人员健康教育考核要点·····	257
支气管哮喘医护人员健康教育考核要点·····	258
糖尿病医护人员健康教育考核要点·····	260
脑卒中医护人员健康教育考核要点·····	262
乳腺手术医护人员健康教育考核要点·····	264
甲状腺手术医护人员健康教育考核要点·····	266
胃肠手术医护人员健康教育考核要点·····	268
肝胆手术医护人员健康教育考核要点·····	269
前列腺手术医护人员健康教育考核要点·····	271
骨折手术医护人员健康教育考核要点·····	272
白内障手术医护人员健康教育考核要点·····	273

PART 1

第 1 章

医院健康教育与健康促进

YIYUAN JIANKANG JIAOYU
YU JIANKANG CUJIN

健康教育的概述

◆ 健康教育的概念

国际上关于健康教育的概念有几十种说法,许多专家都有各自的提法,但没有统一的获得公认的,即使是在世界卫生组织的文件中对健康教育的提法也不一样。其实,我们不必一定要追求一个让全世界都承认和使用的十分准确的健康教育概念,但是作为健康教育专业人员,确实需要正确理解健康教育的内容和实质,用正确的理解来解释什么是健康教育。

国外对健康教育做出的典型介绍有这么几个:

① 健康教育是一门研究以传播保健知识和技术来影响个体和群体行为、消除危险因素、预防疾病、促进健康的科学。(第13届世界健康教育大会,1988年)

② 健康教育帮助并鼓励人们有达到健康状态的愿望,知道怎样做以达到这样的目的,每个人都尽力做好本身或集体应做的努力,并知道在必要时如何寻求适当的帮助。(在1983年第36届世界卫生组织大会专题技术会报告中正式使用;最早由世界卫生组织健康教育处处长 Dr.A.Moarefi 于1982年提出)

③ 健康教育工作的着眼点是群众和他们的行为。总的来说,就在于诱导并鼓励人们养成并保持有益于健康的生活,合理而明智地利用已有的保健设施,并自觉地实行改善个人和集体健康状况或环境的活动。(世界卫生组织《健康教育规划及评价专家会议报告》,1969年)

④ 健康和一般教育一样,关系到人们的知识、态度和行为的改变。一般说来,它致力于引导人们养成有益于健康的行为,使之达到最佳的健康状态。

(世界卫生组织《健康教育专家委员会报告》,1954年)

本书给健康教育的定义是:健康教育是以传播、教育、干预为手段,以帮助个体和群体改变不健康行为和建立健康行为为目标,以促进健康为目的进行的系列活动及其过程。向群众传播健康信息,对目标人群进行健康观、价值观的认知教育以及保健技能的培训,针对特定行为进行干预,通过这些系列工作可以有效地帮助工作对象掌握相关健康知识,树立正确的健康观和价值观,改变不正确的信念和态度,改变不健康行为和建立健康行为,避免危险因素,预防疾病,主动追求健康,提高健康水平。

健康教育是研究保健知识传播技术及针对不健康行为进行干预和教育,通过改变不健康行为和建立健康行为来促进健康的一门科学。引用一些书著中国外专家关于健康教育的论述,强调“健康教育是有计划、有组织、有系统的教育活动”,这是从完整地实施健康教育项目的角度来讲的,并不意味着没有组织的个人(如社区卫生人员等)在没有预先计划的情况下,对某些个人或群体不健康的行为进行干预,帮助目标对象实现知、信、行改变所进行的活动就不是健康教育。计划性、系统性和有组织的干预是健康教育工作的特点,不应该看成是健康教育的定义。在我们的定义中强调的是为了实现行为目标而采取的“系列活动”,也就是说不能把健康教育仅仅停留在知识传播这个基础活动上,只有把针对人们的知、信、行改变的一系列干预活动全面地实施,才能称其为健康教育。当然,要提高健康教育的效果就必须做好计划设计,有组织地将计划付诸实施,并使用好的评价技术。

◆ 健康教育的发展与现状

随着医学模式的转变,健康教育自20世纪初期逐步发展起来,健康的概念不再局限于疾病、危险因素等方面,也不仅仅是个人单一观念。1977年5月,世界卫生组织就把健康教育列为实现“2000年人人享有卫生保健”的全球性卫生战略目标,作为实施初级卫生保健的第一要素。世界卫生组织把健康教育与健

康促进、计划免疫和疾病监测定为 21 世纪疾病预防与控制的三大战略措施。

但健康教育与健康促进在世界各地的发展极不平衡,发达国家起步较早。1919 年,在美国儿童健康协会上,最早采用“Health education”一词,把健康与教育联系起来,通过教育,指导人们正确预防疾病。

美国实施健康教育计划较早。从 19 世纪末期到 20 世纪 50 年代,美国人口患病死亡率持续稳定下降。1900—1977 年,死于急性传染病的人数由 580/100000 降到 30/100000; 75 岁前死于传染病的占 1%。芬兰由于开展了规范化的健康教育活动,经过 20 年的努力,国内的心脑血管疾病较以前分别下降了 1/3 和 1/2。1979 年,美国卫生总署发表的《健康人民》文件中指出:美国人民健康的进一步改善,不只是因为增加医疗照顾及经费,而是国家重新对疾病预防以及健康促进所做的努力的结果,这是美国历史上的第二次公共卫生革命。

20 世纪 20 年代,我国早期的健康教育学者将现代健康教育理论和方法引入中国。20 世纪下半叶,我国健康教育事业由卫生宣传提升到健康教育与健康发展的阶段。20 世纪 90 年代以来,健康教育的概念得到了进一步延伸,从原来单纯以传播教育提高人们的卫生知识与良好行为,扩延到以健康教育为核心,制定相应公共卫生政策、创立支持性环境、强化社区行动与调整卫生服务方向等健康促进策略,协同促进人类健康的长效发展。随着疾病谱和医学模式的改进,改变不良行为习惯,拥有健康的生活方式,已成为现代社会预防疾病、促进健康、提高生活质量的根本途径。

从总体上看,虽然我国健康教育在近年来取得了显著进步,工作发展和业务覆盖面也有了很大提高,工作形式也日趋多样化,但仍存在参与部门少、政府投入力度小、健康教育专业人员匮乏、培训不系统、工作开展不深入等诸多问题,根本无法满足群众对健康教育知识的需求,加之工作、技术尚不够规范,考核评价体系不健全,各地的健康教育发展速度参差不齐。特别表现在东西部地区,大城市与中小城市之间,健康教育发展的深度和广度都存在明显差异。我国的健康教育、健康促进与国际发展水平存在很大的差距,应该引起我们足够

重视。目前亟待解决的问题是,如何在国外已有的经验基础上,结合国情,充分调动和发挥我们自身优势,更好地服务于人民大众。

医院健康教育概述

◆ 医院教育的概念

狭义的医院健康教育仅是指医护人员根据患者所患疾病的特点和转归情况,对患者及其家属所开展的疾病预防、治疗和康复知识的传播和教育活动。

广义的医院健康教育不仅包括对上述两种人群所开展的健康教育活动,也包括对社区居民、医院职工、机关企事业单位职工、大中小学生等不同人群所开展的社会健康教育工作,内容从疾病防治知识的传播扩展到健康行为与生活方式,以及心理知识和技能的普及。

医院健康教育与防病和保健知识的传播不同,健康教育通过提高患者及其家属的防病保健知识水平,对改善从医行为,提高患者的依从性,促进康复、减少复发都具有重要的作用,是疾病治疗的重要组成部分。在临床治疗中,除了药物处方和手术方案,健康处方的开具已逐渐在临床诊疗中得到推广应用。

◆ 医院教育的重要性

医院健康教育具有特殊的意义和作用,贯穿于预防、治疗、护理、康复、管理等许多具体环节。首先,医院健康教育是医院工作的重要组成部分,贯穿疾病防治的始终,对各项防治措施起着强大的促进作用。其次,医院健康教育是一种治疗因素。它可以提高患者的依从性,可以通过影响患者的心理发挥作用。