



世界卫生组织

A handy desk reference tool for primary level health workers

ADOLESCENT JOB AID

青少年工作指南

——基层卫生工作者参考手册



复旦大学出版社



世界卫生组织

青少年工作指南

——基层卫生工作者参考手册

原 著 世界卫生组织总部 儿童青少年健康与发展司 (CAH/HQ)
世界卫生组织东南亚地区办公室 儿童青少年健康组 (CAH/SEARQ)

主 译 谭 晖 钱 序 陶芳标

翻译人员 (按姓氏笔画排序)

王 莉	复旦大学附属妇产科医院
归绥琪	复旦大学附属妇产科医院
冯 宁	中国疾病预防控制中心妇幼保健中心
伍晓艳	安徽医科大学公共卫生学院
许 明	复旦大学附属中山医院
杨念钦	复旦大学附属中山医院
吴久玲	中国疾病预防控制中心妇幼保健中心
岑舒远	上海市计划生育技术指导所
胡世云	复旦大学公共卫生学院
胡晓宇	上海市计划生育技术指导所
钱 序	复旦大学公共卫生学院
陶芳标	安徽医科大学公共卫生学院
程 艳	上海市计划生育研究所
楼超华	上海市计划生育研究所
谭 晖	复旦大学公共卫生学院

 复旦大学出版社

原 序

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》是由世界卫生组织(WHO)儿童青少年健康和发展部(CAH)Adepeju Olukoya 博士及 Jane Ferguson 女士构思的。

本指南的研发经历了 3 个阶段。第一阶段,Olukoya 博士主持开发了第一个版本,并在博茨瓦纳、南非和赞比亚实施了现场测试。根据反馈结果,她与 Toun Dipeolou 博士、Melanie Pleaner 女士进行了适当的修订。Olukoya 博士离开 CAH 后,由 Ferguson 女士主持了本指南第二阶段的发展工作。她和 Linda Bruce 共同对前一个版本进行了修订,并在会议上,由技术专家和基层工作者进行了复审。第三阶段的工作由 V. Chandra-Mouli 博士主持,他通过组建顾问团,结合顾问团的专家意见,开发了完整的修订版(第三版)。顾问团成员由来自 WHO 6 个区域中的 4 个区域内具有青少年工作实践经验的专家组成,包括印度的 Swati Bhawe 博士、阿根廷的 Pablo Gonzalez Aguilar 博士、英国的 Jon Needham 先生和南非的 Melanie Pleaner 女士。本版采用提供服务流程的形式管理健康问题,Subidita Chatterjee 博士对此作出了巨大贡献。此后,澳大利亚 Burnet 学院皇家儿童医院的 Mick Creati 博士在印度进行了现场应用,使本指南的内容得到进一步的完善。

来自 WHO 总部和各区域办事处的 CAH 及其他部门的工作人员,为本指南的研发作出了巨大贡献,特别是东南亚地区 Neena Raina 博士和西太平洋地区 Patanjali Nayar 博士。本指南的研发还得到了 WHO 其他部门工作人员的协助,HIV 部门 Sandy Gove 博士对本书从启动到最后完成的各个阶段均给予了极大支持。另外,

一些技术专家和基层工作人员也为本书付出了辛勤的劳动。

Inís 传媒公司负责本书的校订和设计工作。Ogilvie 设计公司 Graham Ogilvie 先生为本书绘制了精美的插图。CAH 的 Dorothy Klingler 和 Anita Blavo 女士为本书做了大量的文书工作。

对于上述人员的辛勤劳动和支持,在此一并深表感谢。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的开发出版从 2002 年持续到 2009 年。这一漫长的过程确保了本指南能充分反映发展和发达国家基层的青少年卫生工作者的需求。

谨以此书献给广大的青少年卫生工作者。

译 序

Adolescent Job Aid 一书是在上海举办的“性教育及性与生殖健康研讨会”上由 WHO 西太平洋地区 Patanjali Nayar 博士所做的报告中首次介绍的。初见此书即被全书以主诉提出案例并按诊疗流程构思保健服务框架的新颖形式所吸引。后与几位同道提及此书,大家一致认为该书从内容到形式极适用于作为基层青少年卫生保健工作人员的案头手册,也可作为我国以中小學生为服务主体的校医、保健医生实际工作中所必备的指南类参考书。由此,产生了翻译此书的设想,并于 2010 年底联合复旦大学公共卫生学院、安徽医科大学公共卫生学院、中国疾病预防控制中心妇幼保健中心、上海市计划生育研究所、上海市计划生育技术指导所、复旦大学附属中山医院、复旦大学附属妇产科医院等 7 家单位中具有青少年保健工作经验的 15 位专家组成翻译组,启动了该书的翻译工作。

本书最鲜明的特点,在于它的网络状诊疗服务形式。这不仅在“四诊”过程的 HEADS 评估和性与生殖健康评估中,让卫生保健人员超越症状,将青少年作为完整个体全面了解其生态(背景)环境因素;也体现在对主诉的分类处理过程中。这种对相关及潜在健康问题引申并指向其他主诉的诊疗流程形式有助于卫生工作者超越青少年现有的主诉,分类诊断和有效处理浅表的和潜在的健康问题。

本书的第一部分由吴久玲、冯宁翻译;第二部分由谭晖、归绥琪、王莉、胡晓宇、岑舒远、许明、杨念钦、钱序、胡世云、陶芳标、伍晓艳等翻译;第三部分由楼超华、程艳翻译。陶芳标教授和我对全书进行了最后的审校,谭晖博士为本书术语和翻译风格的统一付出了

辛勤的劳动。本书的翻译过程凝聚了团队的智慧和心血。由于首次尝试多学科合作翻译,不妥之处希望使用者予以指正。

在译稿即将付梓之际,特别感谢 WHO 驻华代表处的温春梅女士、WHO 总部的王静女士和 Carla Souheil 女士在本书翻译及版权申请过程中给予的帮助和支持。感谢 NIH-Fogarty“全球卫生框架项目”(R25TW008118)对本书出版的资助。感谢责任编辑王晓萍女士以及为本书的出版付出辛勤努力的人们。

复旦大学公共卫生学院

钱 序

2012 年 1 月于上海

前言

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的定位
是一本诊疗参考手册。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的使用对象

本指南适用于为青少年提供健康促进、预防保健和基本临床服务的初级卫生保健服务工作者,包括医生、助产士、护士和医院行政人员等。

通常,卫生工作者的服务对象不仅仅是青少年,因此,本指南的编写同时兼顾了儿童、青少年以及陪同的成年人或家长的服务需要。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的编写目的

本指南为如何处理青少年遇到的或所关心的健康和发育问题,提供了详尽的指导步骤,旨在提高卫生工作者对青少年问题的识别能力、咨询技巧和转诊服务能力,促使他们对青少年问题的反应更为敏感、处理更为有效。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的内容

包括对青少年特有的常见问题的诊疗指导,其中部分内容是现有世界卫生组织(WHO)各指南中尚未纳入的(如月经初潮延迟);也包括一些非青少年特有的,但在青少年中较普遍存在的问题(如性传播感染),并针对存在这类问题的青少年提出所应给予的诊疗建议。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》与 WHO 其他指南的关系
是一致和互补的,包括以下几个方面:

- 对青少年和成人疾病的系统化管理。
- 对妊娠和分娩的系统化管理。
- 为计划生育服务者和服务对象提供的决策工具。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》内容的组织
包括以下 3 个部分。

第一部分:临床诊疗过程中青少年和卫生工作者的有效沟通。

第二部分:服务流程、沟通技巧和常见问题。

第三部分:为青少年及其父母或其他陪同成年人提供的咨询信息。

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的应用

第一步：熟悉指南各部分内容

第一部分:认真通读本部分的内容,思考对你工作的指导意义;如果可能,与同事进行讨论。

第二部分:通读本部分各问题的服务流程,选择一个你目前工作中经常碰到的问题,按服务流程逐步浏览一遍。思考“问诊”和“望、触、听诊”栏目对分类诊断的指导作用;思考其如何指导你处理每一个可能的分类诊断;最后,熟悉需要为青少年及其陪同成年人提供的咨询信息,以及对常见相关提问的回答要点。

第三部分:浏览该部分所包含的主题,选择其中一个,研读该主题中应为青少年及其父母提供的关键信息。

第二步：将指南应用于日常工作

每一个健康问题的服务流程开始于青少年及其父母的主诉。卫生工作者在按流程逐步完成“问诊”和“望、触、听诊”等过程后,也可能被指向并完成其他主诉及分类诊疗流程。循此网络状指导形式,卫生工作者分析这些主诉的分类诊断及其处理方法,提供咨询信息和解答所提问题。

通过这种流程指导方式,本指南将有助于卫生工作者超越青少年现有的主诉,进行分类诊断并有效处理青少年潜在的其他健康问题。

在使用本指南时,应首先花时间熟悉每一个主诉的服务流程和相应的咨询信息。因此,在实际工作中你将体会到哪些步骤需要较多时间,哪些步骤可以很快完成或忽略。应用举例详见图1。

第三步：注意指南应用中的局限性

本指南虽然包含了24项常见主诉的服务流程和咨询信息,但不可能涵盖青少年所有的健康问题。因此,在实际工作中卫生工作者还需要随时参考其他指南。

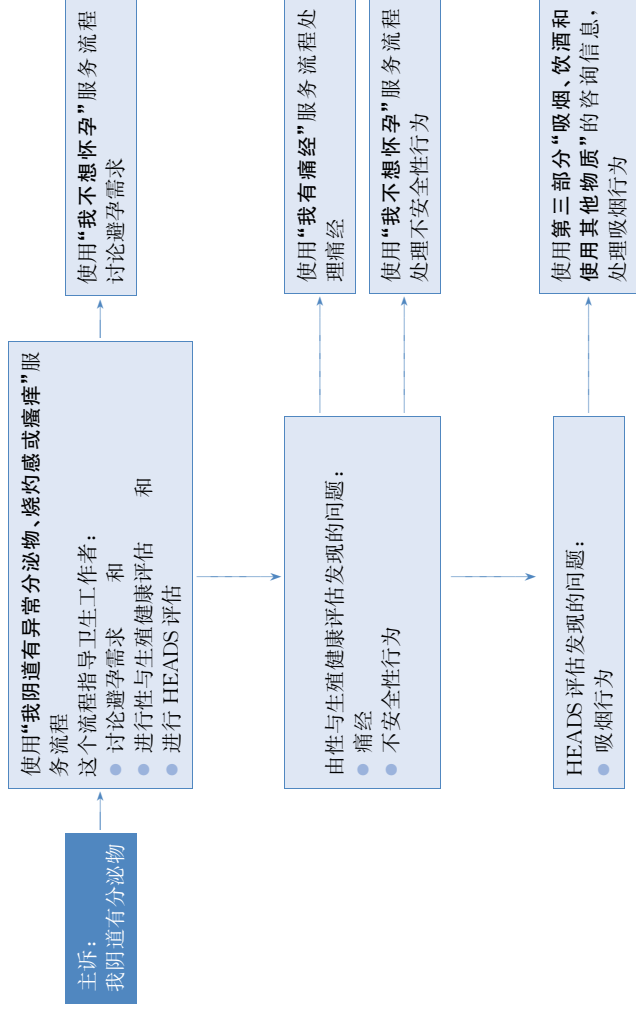


图 1 应用服务流程、沟通技巧和常见问题的要点举例

目录

原序

译序

前言

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的定位	1
《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的使用对象	1
《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的编写目的	1
《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的内容	1
《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》与 WHO 其他指南的关系	1
《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》内容的组织	1
《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》的应用	2

第一部分 青少年和卫生工作者间的临床互动 1

一、你能为青少年来访者、患者作出的特别贡献	2
二、与青少年来访者、患者建立友好关系	3
三、采集现病史	4
四、超越青少年说出的问题	5
五、进行体检	7
六、交流问题分类,解释其含义,并讨论治疗方案	8
七、应对工作中涉及的法律和政策	9
HEADS 评估表中可以获得的信息	11
性与生殖健康评估	12

第二部分 服务流程、沟通技巧和常见问题 15

发育问题

青春期发育延迟:男性	16
青春期发育延迟:女性	20

月经问题

“我有痛经”	24
“我月经经量过多”	28
“我月经周期不规律、我停经了”	32

妊娠问题

“我不想怀孕”	36
---------	----

“我怀孕了吗?” 48

“我怀孕了” 52

外生殖器问题

“我阴茎头部的皮肤有问题”(包皮问题) 60

“我的阴囊疼痛、我的阴囊受伤了”(急性阴囊疼痛) 64

“我的阴茎有分泌物排出、排尿疼痛” 70

“我的生殖器上有个疮”(生殖器溃疡) 74

“我的腹股沟有个肿块”(腹股沟肿块) 80

“我阴道有异常分泌物、灼热感或瘙痒”(针对未怀孕的女性) 84

HIV

“我会感染 HIV 吗?” 94

其他

“我腹痛” 98

“我太苍白了”(贫血或疑似贫血) 104

“我感觉总是很累” 108

“我头痛” 112

“我有皮肤问题” 118

“我太瘦或太胖了” 122

“我太矮了” 128

“我受到攻击了” 134

“我看不太清” 144

第三部分 提供给青少年及其父母或其他陪同成年人的信息 151

1. 健康饮食 153

2. 体力活动 156

3. 性行为 158

4. 情绪健康 161

5. 吸烟、饮酒和使用其他物质 164

6. 意外伤害 167

7. 暴力和虐待 170

附录 173

BMI 取值表 174

年龄别身高曲线 176

年龄别 BMI 曲线 178

推荐免疫接种程序 180

青少年工作指南

——基层卫生工作者参考手册

第一部分

■ 青少年和卫生工作者间的
临床互动

《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》本部分将介绍以下主题：

1. 你能为青少年来访者、患者作出的特别贡献
2. 与青少年来访者、患者建立友好关系
3. 采集现病史
4. 超越青少年说出的问题
5. 进行体检
6. 交流问题分类,解释其含义,并讨论治疗方案
7. 应对工作中涉及的法律和政策

一、你能为青少年来访者、患者作出的特别贡献

你需要认识到

(1) 青少年处于人生中身体、心理和社会性发生重要变化的时期。身处这些变化中的青少年会对他们身体所发生的变化存在许多疑问和好奇。通常,青少年不会主动说出他们的问题和好奇,也不会主动向有能力并且关心他们的成年人寻求答案。



(2) 同时,青春期是被普遍认为的人生中相对健康的时期,也是许多在青春期及今后生活中对健康产生不良影响行为的形成时期。况且,每年都有青少年死亡,主要死因包括意外伤害(如车祸)、故意伤害(如自残和人际暴力)以及怀孕相关原因。

(3) 作为卫生工作者,很重要的一个任务是帮助健康的青少年活得更健康,帮助有健康问题的青少年恢复健康。你可以通过以下做法来完成这一任务。

- 为青少年提供信息、建议、咨询和临床服务,帮助他们坚持采取安全

行为、纠正不安全行为(如纠正造成不良健康结局的高危行为)。

- 诊断、查明青少年的健康问题以及造成不良健康结局的高危行为,并进行管理。必要时,将他们转诊至其他卫生服务提供者或社会工作者处。

作为一名卫生工作者,还有一项重要任务是改变社区人员的观念。你可以协助社区领导和成员了解青少年的需要,使他们认识到针对青少年的需要共同开展工作的重要性。

二、与青年来访者、患者建立友好关系

1. 你需要认识到

(1) 有些来访青少年是自己主动(单独或和亲戚朋友一同)前来的。还有一些青少年是由父母或其他成年人陪同来的。因具体情况不同,青少年可能对你采取的态度不同,可能是友好的,也可能是不友好的。并且,根据问题性质的不同,青少年可能会存在焦虑或害怕情绪。



(2) 青少年在父母或监护人,甚至是配偶在场的情况下,可能不愿意透露敏感问题的信息。

2. 你应该做到

- (1) 以真诚的方式问候青少年。
- (2) 向青少年解释以下问题:
 - 你在这里是为他们提供帮助的,你会尽全力了解和满足他们的需要以及解决他们的问题。
 - 你希望他们和你能自由地交流,不必有所顾虑。

- 请他们放松心情,不要紧张和担心,因为你不会说、也不会做任何对他们不利的事情。
 - 由青少年决定,是否需要父母或是其他人员的参与。
 - 在未征得青少年同意之前,你不会将任何有关他们的个人信息告诉他们的父母或其他人员。
- (3) 如果青少年是由成年人陪伴而来的,当成年人在场时,你要向他们解释:
- 你要与青少年建立良好的工作关系。在某些阶段,你可能需要一些时间单独与青少年进行交谈。

三、采集现病史

1. 你应该认识到

- (1) 许多青少年的健康问题具有敏感性。
- (2) 当卫生工作者询问青少年敏感性问题时,如性活动或滥用药物,青少年可能不愿意透露相关的信息,因为他们担心会受到卫生工作者的责骂或嘲笑。

2. 你应该做到

- (1) 从不具有胁迫性的问题开始提问:从敏感性、胁迫性最低的问题开始展开临床问诊。《青少年工作指南》服务流程中,有许多直接的问题需要卫生工作者进行提问,借此做出诊断并进行管理。但如果你没有首先与青少年建立友好关系,当问他们“你性行为频繁吗”?那么得到回答的可能性就很低,更不用说真实答案。通常,最好的方法是,在开始询问比较敏感的问题(如性与生殖健康问题)之前,先从一些介绍性的问题开始(如青少年的家庭状况)。然后,当青少年愿意与你交谈性与生殖健康问题时,你再与他们交流这些问题比较合适,而且在开始交谈比较敏感的问题之前,最好从非胁迫性的问题开始。
- (2) 在可能的情况下使用第三人称提问:最好的提问方式是,询问青少年同伴和朋友的的活动,而不是直接询问他自己的活动。如可以问“你的朋友中有吸烟的吗?”,而不是直接问青少年“你吸烟吗?”。如果青少年回答“是”,你可以接着问“你加入过他们吗”?这个问题可以引申到其他问题,

如“你多长时间吸一次烟”？

(3) 使尴尬的问题正常化,减轻耻辱程度:非意愿妊娠或患性传播感染的青少年可能会感到尴尬,甚至羞耻。你可以通过告诉青少年“我治疗过许多与你有相同问题的年轻人”,用这样的谈话来减轻事态的耻辱程度。

1. 你应该认识到

即便是接受过充分的培训,许多卫生工作者在与他人(无论是成人还是青少年)讨论敏感话题时,也会感到不舒服。

2. 你应该做到

(1) 解决该问题的第一步是认识这个问题,而后尽量克服。你可以仔细想一想,与青少年之间的讨论尽管令你不舒服,但可以帮助你识别他们的需要并解决他们的问题,这样处理会对你的工作有所帮助。你还可以把想法和感受与同事进行交谈,这样也会对你有所帮助。



(2) 不断地学习。开始时,可以应用《青少年工作指南——基层卫生工作者参考手册》中的问题,按照上面的提示进行提问。时间长了,可以选择一些问题,使用你感觉更舒服的词和短语,以及灵活运用更放松的对话风格。随着不断的实践,你会发现怎样才能更快地解决问题,并掌握哪些问题需要花费时间,哪些问题能更快地解决。

四、超越青少年说出的问题

1. 你应该认识到

(1) 当青少年向卫生工作者寻求帮助时,他们倾向于主动说出看起来对他们是最重要的健康问题(即主诉)。但他们可能还有其他一些健康问题,

如果不直接问,他们可能就不会说出来。在这种情况下,卫生工作者容易只解决说出来的主诉(如发热和咳嗽),而不会进一步解决未说出来的问题,这样就很难了解到青少年存在的其他问题了。

(2) 另外,青少年可能因为感到尴尬而不能或是很少能主动说出某个健康问题,也可能因为对卫生工作者或者他们所处的环境感到不舒服而不愿说出来。

2. 你应该做到

你可以考虑使用对你有帮助的家庭、教育、饮食、活动、药物、性、安全、自杀(HEADS)评估表:

- 找出青少年未说出的健康和发育问题。
- 找出青少年是否存在具有产生不良健康结局的高危行为(如注射药物或有未受保护的性行为)。
- 找出环境中增加青少年产生这些行为可能的重要因素。

应用这一方法,你可以将青少年作为一个个体来全面了解,而不是仅把他们看作是存在这样或那样情况的病例。同时,也有助于你和其他卫生保健工作者及社会工作者一起,识别青少年行为和影响行为的环境因素。

HEADS 评估表中问题的安排可以使你与青少年从最没有胁迫性的问题开始讨论。该评估表从了解家庭和教育、工作情况入手,然后是饮食、活动;这些讨论完成后,最后才讨论比较敏感的问题,如药物、性行为、安全、自杀、抑郁。

HEADS 评估表的详细内容,请参见本部分结尾处的“HEADS 评估表中可以获得的信息”列表。

HEADS 是以下英文单词的首字母组成的缩略语

- 家庭(H)
- 教育、工作(E)
- 饮食(E)
- 活动(A)
- 药物(D)
- 性(S)
- 安全(S)
- 自杀、抑郁(S)

如果时间不允许完成 HEADS 评估表的全部问题,你要选择需要优先进行的评估部分。你可以优先选择与下述几方面相关的部分:

- 说出来的主诉

如果青少年在饮酒时因摔倒而受伤,你可以优先考虑 HEADS 评估表中“药物”这部分问题。