

学校卫生人员

School health personnel
cultivate teaching material 培训教材



中国方正出版社



学校卫生 人员培训教材

教育部体育卫生与艺术教育司 编

中国方正出版社

图书在版编目(CIP)数据

学校卫生人员培训教材/教育部体育卫生与艺术教育
司编. - 北京:中国方正出版社,2002
ISBN7-80107-612-5

I. 学… II. 教… III. 中小学-学校卫生-教材
IV. G637.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 081979 号

方正书局出品

学校卫生人员培训教材

教育部体育卫生与艺术教育司 编

责任编辑:郭 治

责任校对:丁新丽

责任印制:郑 新

出版发行:中国方正出版社

(北京市西城区平安里西大街 41 号 邮编:100813)

发行部:(010)66124758 门市部:(010)63094573

编辑部:(010)83085204 出版部:(010)66510958

网址:www.fzpress.com.cn

责编 E-mail:www.fzgz001@yahoo.com.cn

经 销:新华书店

印 刷:北京振兴源印刷有限公司

开 本:787×1092 毫米 16 开

印 张:28.25

字 数:718 千字

版 次:2002 年 10 月第 1 版 2003 年 9 月第 2 次印刷

(版权所有,侵权必究)

ISBN7-80107-612-5

定价:50.00 元

(本书如有印装质量问题,请与本社出版部联系退换)

学校卫生人员培训教材

编辑委员会

主 任:杨贵仁

副主任:廖文科

委 员:(按姓氏笔画)

马 军 马冠生 孙江平 季成叶

余小鸣 陈晶琦 周 凯 林琬生

张 芯 张 冰 赵德才 徐岫茹

续美如 谢谋宏

统 稿:林琬生 季成叶

前 言

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确指出：“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想”。《学校卫生工作条例》规定：学校卫生工作的主要任务是：监测学生的体质健康状况、对学生进行健康教育、开展学生常见病、传染病防治工作、改善学校教学卫生环境等。因此，学校卫生是保障学生健康的一项十分重要的工作，是学校工作的重要组成部分。随着素质教育的全面推进，加强学校卫生的管理、提高学校卫生工作的质量，保障学生身心健康发展，已成为教育改革和发展的必然要求。

校医、保健教师和学校卫生保健机构的卫生人员是开展学校卫生工作的重要力量，他们的素质及业务水平是确保学校卫生工作有效开展、各项学校卫生措施贯彻落实及提高学校卫生服务质量的关键。为了提高广大学校卫生人员的素质，增强他们的现代健康观念，拓宽与更新他们的知识面和知识水平，加强其职业道德与素质，使其能主动适应基础教育改革和发展需要。我们组织儿少卫生、食品卫生与营养、心理健康教育等有关方面的专家共同编写了这本培训教材。

本教材在编写中充分考虑到了学校工作的特点，在保证科学性和系统性的基础上，力求使教材内容做到：理论与实践结合、知识深度与广度结合，以及尽可能地反映学校卫生领域最新的研究成果、实践经验。

本教材是教育部体育卫生与艺术教育司组织编写的第一本学校卫生人员培训教材，我们希望通过本教材的应用，使广大学校卫生人员了解学校卫生在学校教育中的地位，了解国内外学校卫生发展趋势，掌握学校卫生工作技能，并具有较强的健康教育和学校卫生教学与科研能力，使其成为能主动适应素质教育需要的合格的学校卫生工作者。

由于时间及编者水平所限，不足之处在所难免，希望读者在使用过程中提出宝贵意见与建议，以便再版时修改。

学校卫生人员培训教材编辑委员会

2002年10月16日

目 录

第一章 学校卫生任务与管理

第一节 学校卫生工作的意义、目标和任务	1
一、学校卫生工作的意义	1
二、学校卫生目标和任务	2
第二节 学校卫生的相关法律、法规	3
一、国家制定的与学校卫生有关的法律	3
二、教育与卫生行政部门制定的法规、规章	5
三、与学校卫生有关的标准	8
第三节 学校卫生的管理	9
一、学校卫生的行政管理	9
二、学校卫生机构	10
第四节 学校卫生机构和工作人员的职责	11
一、校医院	11
二、中小学卫生保健所	11
三、卫生室(校医室)	12

第二章 儿童少年生长发育

第一节 儿童生长发育的一般规律	13
一、生长发育的概念	13
二、生长发育的一般规律	14

第二节 青春期生长发育	17
一、青春期概念	17
二、影响生长发育的激素	18
三、青春期形态发育	20
四、青春期功能发育	21
五、青春期的发育	22
第三节 影响生长发育的因素	24
一、营养因素.....	24
二、体育锻炼因素	24
三、疾病.....	25
四、生活制度	25
五、季节和气候	26
六、环境污染	26
七、家庭因素	27
八、社会因素	27
第四节 生长发育评价	28
一、等级评价法	29
二、曲线图法	34
三、相关回归评价法	45
第五节 生长发育测量方法	46
一、身体形态测量	46
二、生理功能测量	50

第三章 儿童青少年心理发展及心理卫生

第一节 心理与健康	54
一、心理健康的重要性	54
二、中小学生对心理疾病的易感人群	55
三、认识现代心身疾病	56
四、心理健康的标准	57
第二节 中小学生对心理特征与心理卫生	58
一、小学生心理特征	58
二、中学生心理特征	59

三、学校心理卫生问题的重要性	60
第三节 中小学生常见心理问题及影响因素	62
一、小学生常见心理问题	62
二、中学生常见心理问题	63
三、中小学生心理问题的影响因素	64
第四节 中小学生心理疾病及心理咨询	66
一、心理症状的基本概念	66
二、心理疾病	67
三、学校心理咨询	68
四、儿童行为指导	70
第五节 学校心理健康教育与心理辅导	71
一、学校心理健康教育的目的	71
二、学校心理健康教育的原则与方法	71
三、学校心理辅导的原则与方法	72
四、学校心理辅导人员的素质要求	74
第六节 指导学生掌握自我心理调适的技能	75
一、如何协调日常人际关系	75
二、如何消除情绪障碍	76
三、培养良好的个性心理品质	78

第四章 膳食营养与食品卫生

第一节 中小学生的营养需求	81
一、我国中小学生营养、膳食摄入现状	81
二、膳食营养素参考摄入量	83
三、中小学生的营养需求	84
四、中小学生运动、考试时的营养需求	97
五、平衡膳食	98
第二节 中国居民膳食指南和平衡膳食宝塔	100
一、中国居民膳食指南	100
二、学龄儿童和青少年的膳食指南	102
三、中国居民平衡膳食宝塔	103
四、健康饮食行为的培养	105

第四节 学校营养午餐	109
一、学校营养午餐	109
二、我国的学校午餐	109
三、实行学校营养午餐的意义	110
四、营养食谱的设计	110
第五节 食品卫生与食物中毒	114
一、食品卫生	114
二、常见的食物中毒	115
第五节 学校集体用餐的管理与卫生监督	121
一、学校集体用餐的管理	121
二、学校集体用餐的卫生监督	123
三、校医在学校集体用餐管理和卫生监督中的作用	124
四、GMP 和 HACCP 在学校集体用餐中的应用	124

第五章 教育过程卫生及学校建筑设备卫生

第一节 学习卫生	128
一、学习和记忆的基本概念	128
二、大脑皮层的功能活动特性及其卫生意义	129
三、脑力工作能力的变化规律	130
四、影响脑力工作能力的因素	131
五、作息制度卫生	132
第二节 体育锻炼卫生	133
一、学校体育工作	133
二、学校体育工作的卫生要求	134
三、体育锻炼的基本原则	136
四、体育课的合理组织	137
五、体育课的健康分组及医务监督	137
第三节 学校建筑和设备卫生	138
一、学校、教室布局及卫生要求	138
二、教室采光及照明	140
三、教室微小气候及其他卫生设备	141

四、学校课桌椅卫生及监督管理·····	143
五、教学用品卫生·····	147

第六章 学校健康教育和健康促进

第一节 学校健康教育 ·····	150
一、学校健康教育的基本概念和目标·····	150
二、学校健康教育的内容·····	151
三、学校健康教育的方法·····	152
四、健康信息的传播方式·····	156
五、学校健康教育的评价·····	156
第二节 学校生活技能教育 ·····	159
一、生活技能教育的概念和内容·····	159
二、学校生活技能教育和健康促进·····	161
三、学校生活技能教育的方法·····	163
四、学校生活技能教育的应用原则·····	164
第三节 健康促进学校 ·····	165
一、健康促进学校的概念·····	165
二、健康促进学校的起源和发展·····	166
三、健康促进学校的特点和优势·····	167
四、健康促进学校的内容·····	167
五、世界卫生组织的健康促进工作奖励制度·····	168
六、迎接挑战 开展健康促进学校·····	169
七、健康促进学校工作展望·····	170

第七章 青春期健康教育

第一节 概述 ·····	172
第二节 青春期的健康教育 ·····	173
一、青春期的健康教育原则·····	173
二、青春期常见的性卫生问题·····	175
三、预防性侵犯·····	181

第三节 学校预防艾滋病、性病健康教育	182
一、艾滋病.....	182
二、性病.....	185
三、学校预防艾滋病、性病健康教育	188
第四节 预防药物滥用	192
一、吸烟.....	193
二、酒精滥用.....	194
三、毒品.....	195
四、学校预防药物滥用教育.....	197

第八章 学生常见病及传染病防治

第一节 学生常见疾病的防治	199
一、近视眼.....	199
二、弱视.....	204
三、沙眼.....	206
四、牙周病.....	207
五、营养不良.....	209
六、肥胖.....	210
七、贫血.....	211
八、蛔虫病.....	213
九、碘缺乏病.....	214
十、青春期睡眠障碍.....	215
十一、脊柱弯曲异常.....	215
第二节 学校传染病的预防和管理	216
一、传染病的预防和管理.....	216
二、流行性感冒.....	218
三、病毒性肝炎.....	219
四、细菌性痢疾.....	220
五、流行性腮腺炎.....	221
六、肺结核病.....	222

第九章 成年期疾病的早期预防

一、成年期疾病的发病情况·····	225
二、成年期疾病早期预防的依据·····	226
三、高血脂症及动脉粥样硬化·····	226
四、高血压·····	229
五、单纯性肥胖·····	232
六、建立健康的生活方式·····	235

第十章 学校急救

第一节 概述·····	237
一、概念·····	237
二、意外伤害流行状况·····	238
三、意外伤害预防·····	238
四、学校现场急救的意义·····	239
五、急救电话·····	239
第二节 学校急救的基本方法	
一、现场心肺复苏 ABC ·····	240
二、止血·····	242
三、创面的处理和包扎·····	244
四、伤病员搬运·····	248
五、洗胃和催吐·····	250
第三节 常见学校意外伤害·····	251
一、淹溺·····	251
二、电击伤·····	252
三、软组织损伤·····	253
四、骨折及其固定·····	254
五、烧伤和冻伤·····	258
六、颅脑损伤·····	259
七、眼外伤·····	260

八、耳鼻、呼吸道异物	262
九、动物、昆虫伤害	263
十、急性中毒	265
十一、体育活动损伤	268
十二、常见运动性疾病	273
第四节 学校常见危重急症	276
一、中暑	276
二、昏厥	277
三、休克	278
四、昏迷	280
第十一章 学校卫生科研方法和工作技能	
第一节 学校卫生资料的收集	282
一、调查设计	282
二、现场检测中的质量控制	287
三、资料检验中的质量控制	288
四、学校场所卫生状况的资料收集	289
五、学生常见病防治档案	291
第二节 学校卫生数据统计分析	293
一、数据资料汇总	293
二、描述计量资料的统计指标	296
三、描述计数资料的统计指标	298
四、因病缺课、休学统计指标	300
五、监督、监测资料趋势分析	301
第三节 学校卫生工作评价	304
一、生长发育和营养评价	304
二、健康教育效果评价	306
三、学校公共场所卫生状况评价	309
四、学生常见病防治效果评价	311
第四节 论文撰写方法	314
一、撰写工作报告	314
二、监测报告和检测报告	315

三、阅读和撰写综述·····	318
四、撰写科研论文·····	321

附录 I 学校卫生相关法律、法规及部门规章

1、中华人民共和国未成年人保护法·····	330
2、中华人民共和国义务教育法·····	336
3、中华人民共和国教育法·····	338
4、中华人民共和国传染病防治法·····	346
5、中华人民共和国食品卫生法·····	352
6、国家教委、卫生部关于实施《学校卫生工作条例》的通知·····	359
7、国家教委、国家体委关于实施《学校体育工作条例》的通知·····	364
8、中小学生健康教育基本要求(试行)·····	368
9、国家教委关于印发《中小学卫生保健机构工作规程》的通知·····	373
10、教育部关于印发《高等学校医疗机构工作规程》的通知·····	376

附录 II 与学校卫生有关的标准

1、小学生一日学习时间·····	379
2、中学生一日学习时间·····	379
3、中小学生体育锻炼运动负荷·····	380
4、学生营养午餐营养供给量·····	381
5、中小学生健康教育规范·····	384
6、中小学生健康检查表规范·····	388
7、儿童少年血红蛋白筛检·····	391
8、标准对数视力表·····	393
9、儿童少年脊柱弯曲异常初筛·····	395
10、中小学校建筑设计规范·····	397
11、采光测量方法·····	399
12、室内照明测量方法·····	400
13、中小学校教室采光和照明卫生标准·····	401
14、中小学校教室采暖温度标准·····	402
15、中小学校教室换气卫生标准·····	403

16、电视教室座位布置范围和照度	404
17、学校课桌椅卫生标准	406

附录Ⅲ 学校卫生常用器械及检验正常值

1、中、小学卫生室器械与设备配备目录	407
2、常用临床检验指标正常值	409

附录Ⅳ 儿童青少年身高标准体重筛查标准

第一章 学校卫生任务与管理

教学目标

1. 掌握 (1)学校卫生的意义、目标和任务;
(2)学校卫生的主要法律、法规、标准;
(3)中小学卫生保健所或卫生室的职责。
2. 了解 (1)与学校卫生有关的法律、法规、标准;
(2)学校卫生的管理体系。

教学时数: 授课 4 学时, 自学 4 学时

第一节 学校卫生工作的意义、目标和任务

一、学校卫生工作的意义

学校卫生是保护和增进学生健康的学科, 是预防医学的组成部分, 它的工作对象是在校的大、中、小学生。在教学和科研单位, 学校卫生又叫做儿童少年卫生, 后者的工作对象更为广泛, 包括了幼儿园的儿童和 25 岁以下的青少年。学校卫生和儿童少年卫生两者有许多共同处, 但是有所不同, 学校卫生是就工作对象所在的学习环境而言, 更着重于学生在学校的学习和生活环境的研究; 儿童少年卫生是就工作对象自身而言, 更强调了对工作对象的研究。

学生是一个特殊人群, 特殊性一方面表现在人群庞大, 我国大中小学生约有 2.2 亿; 另一方面学生是正在成长的年轻的一代, 他们具有极强的可塑性。许多研究资料表明, 个体在成年后的健康状况与儿童青少年时期生活环境、生活方式及生理、心理状况有着密切的关系。目前, 严重危害我国人群健康的心脑血管疾病和部分恶性肿瘤与从儿童少年时期开始的不健康的生活方式关系更为紧密。这一时期的体质和健康状况是决定人的一生体格、体质发展的关键阶段, 是成年期健康的基础, 并将关系到我国人口的健康素质, 关系到民族昌

盛和国家富强。由此可见作好学校卫生工作的重要性。

二、学校卫生目标和任务

教育部和卫生部共同发布的《学校卫生工作条例》规定,学校卫生的目标是提高学生的健康水平。提高学生的体质健康水平,应该通过分析学生与教育和生活环境之间的关系,发现影响学生身心发育和健康的各种内外因素,利用和改善外界环境条件,减少和控制消极因素,提出相应的卫生要求和积极的卫生措施。

《学校卫生工作条例》还规定了学校卫生工作的主要任务有四方面:①监测学生健康状况;②对学生进行健康教育,培养学生良好的卫生习惯;③改善学校卫生环境和教学卫生条件;④加强对传染病、学生常见病的预防和治疗。

(一)学生体质健康监测

学生体质健康监测是指采用抽样调查的方法确定一定数量的学校和目标人群,按统一技术标准对学生生长发育和常见疾病等进行长期的连续观察。通过体质健康监测掌握学生体质健康的变化趋势,既可以为学校卫生保健宏观管理提供资料和依据,又可以促进基层学校卫生工作的改善,使学校卫生工作制度化、规范化。体质健康监测资料也是研究学生体质健康状况,提出保健措施并进行评估,指导卫生服务,促进和保护儿童青少年健康的科学依据。

根据监测的时间间隔和监测的规模,学生体质健康监测可以分成2类。

一类是间隔时间较长、规模较大、在全国范围内进行的学生体质健康监测。我国分别于1985年、1991年、1995年和2000年,进行了4次这一类型的监测或调查研究,都是由教育部牵头,国家体育总局、卫生部、国家民委等部门领导的。每次调查样本数大都在30万人以上,涉及到除台湾省外的各省、自治区和直辖市,涉及的民族众多,调查监测指标广泛包括多项形态、机能、运动能力指标以及近视、龋齿、缺铁性贫血等。今后,将每5年进行一次监测。

另一类是间隔时间短,样本量较小,固定在部分省、自治区、直辖市的少数学校的体质健康监测,由教育部或卫生部的业务主管部门负责。每2年1次或每年1次(卫生部),涉及的指标包括身高体重、6种学生常见病、因病缺席情况及意外伤害情况等。

(二)学校健康教育

《学校卫生工作条例》规定学校必须对学生进行健康教育,开展学校健康教育既是教育学生的需要,也是保障学生身心健康发展的重要组成部分,学校健康教育是学校卫生工作的主要内容。通过学校健康教育使学生掌握卫生知识,转变卫生观念、养成卫生行为和提高自我保健能力。在学校中开展健康教育具有以下3个特点:①受教育群体数量大而稳定;②学生的可塑性强,通过教育改变行为的效果好;③学校具有完整而系统的教育体系,有利于健康教育的实施。因而通过学校开展健康教育是最理想、最具有潜力、可能取得最佳效果的途径。学校健康教育的内容,要根据学生年龄和年级确定,具体内容在卫生部、原国家教委、