



社区健康教育

主编 陆 江 林 琳

北京大学医学出版社

社区健康教育

名誉主编 段小贝

主 编 陆 江 林 琳

主 审 吕姿之 侯培森 房楚光

编 写 组 (按姓氏笔画排列)

丁 鸿	刘 渠	朱 斌	陆 江	李水明
张绍强	林 琳	林文婕	林凯平	胡鹏飞
徐良玉	蒋丽娟	彭子日	彭宏斌	

北京大学医学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

社区健康教育/陆江, 林琳主编. —北京: 北京大学医学出版社, 2010. 5
ISBN 978-7-81116-749-8

I. ①社… II. ①陆… ②林… III. ①社区医学—健康教育 IV. ①R193

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 054875 号

社区健康教育

主 编: 陆 江 林 琳

出版发行: 北京大学医学出版社 (电话: 010-82802230)

地 址: (100191) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

网 址: <http://www.pumpress.com.cn>

E - mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷: 北京溢漾印刷有限公司

经 销: 新华书店

责任编辑: 蔡 涓 责任校对: 杜 悦 责任印制: 郭桂兰

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 23.5 插页: 2 字数: 572 千字

版 次: 2010 年 5 月第 1 版 2010 年 5 月第 1 次印刷 印数: 1~3500 册

书 号: ISBN 978-7-81116-749-8

定 价: 75.00 元

版权所有, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

序

健康是人类最基本的权利。良好的健康素质是社会经济发展的重要资源，关系到千家万户的幸福安康。如果失去了健康，智慧不能表现、文化无从施展、力量不能战斗、财富变成废物、知识无法利用；如果没有了健康，经济难以繁荣，文明无从进步、社会无法和谐、家庭难以和睦。

上个世纪的一百年，是人类物质文明与精神文明建设成就辉煌的时代，聪慧的人类在与自然斗争的过程和对历史的反思中，悟出了“社会发展应以人为本，人的发展要以健康为本”的真谛。健康素质的提高，是实现全民族整体素质的提高和人的全面发展的基础，也是经济社会发展的基础。

进入 21 世纪以来，社区卫生服务顺应时代的潮流，把人的健康置于 21 世纪发展工程的核心地位，正在全国各地方兴未艾，蓬勃发展。社区健康教育与健康促进作为社区卫生服务“六位一体”的重要组成部分，已成为普及健康知识，倡导健康文明的生活方式，促进社区居民健康的一个重要手段。如果人们把社区卫生服务比作是托起 21 世纪人人享有卫生保健的基石，那么，我们说：社区健康教育就是通向人人享有卫生保健的桥梁。

随着社会发展和人民生活水平的提高，人们更加关注自身的健康和生活质量。保护和促进居民健康，采取社区健康教育推广和促进就是最经济、最直接、最有效的方式之一。如何培养一批基层社区健康教育与健康促进工作的专业队伍，加强健康教育理论的学习，知识的更新和技能的强化培训更是任重道远。《社区健康教育》一书贴近实际、立足社区，突出实用性、操作性和简明性的特点，相信能够成为社区健康教育与健康促进的工作指南，在提高社区卫生工作人员健康教育的水平和技能，在发展社区健康教育与健康促进工作方面，发挥积极和重要的作用。

段小贝



2010 年 仲春于深圳

前 言

社区健康服务是卫生领域中最基础、最前沿的一项工作，而社区健康教育既是社区健康服务的主要内容，又是重要措施。

为了提高社区卫生工作者的健康教育专业水平，拓展社区健康教育与健康促进工作，迎接世界大学生运动会在深圳市龙岗区召开，我们特组织力量编写了这本工具书，供社区卫生工作者使用。

本书采用论说文的手法，遵循理论联系实际的原则，将社区健康教育相关的问题分为上下两篇进行论述。上篇为概论，重点论述社区健康教育的重大意义、基本内容和实施方法，以及计划的制订、实施和评价等；下篇为各论，主要介绍城市社区和农村社区，以及重点人群和重点场所的健康教育。力求论点明确，论据充分，论证合理；力争内容全面系统，方法具体实用，文字通俗易懂，实例有益借鉴。

在书稿编成后，承蒙北京大学公共卫生学院吕姿之教授、中国疾病预防控制中心侯培森副主任和深圳市人民医院原副院长房楚光主任医师进行主审和修订；在编写过程中，多承深圳市健康教育与促进协会、深圳市疾病预防控制中心以及龙岗区健康教育所、龙岗区妇幼保健院、龙岗区慢性病防治院和龙岗区南岭医院的大力支持和帮助；刘渠、李水明、林文婕和丁鸿等同志参加查询资料与校对工作；在此，一并表示衷心的感谢！

由于时间仓促、水平有限，书中错漏难免，敬请批评指正。

深圳市龙岗区疾病预防控制中心

2010年3月

主 编 简 介



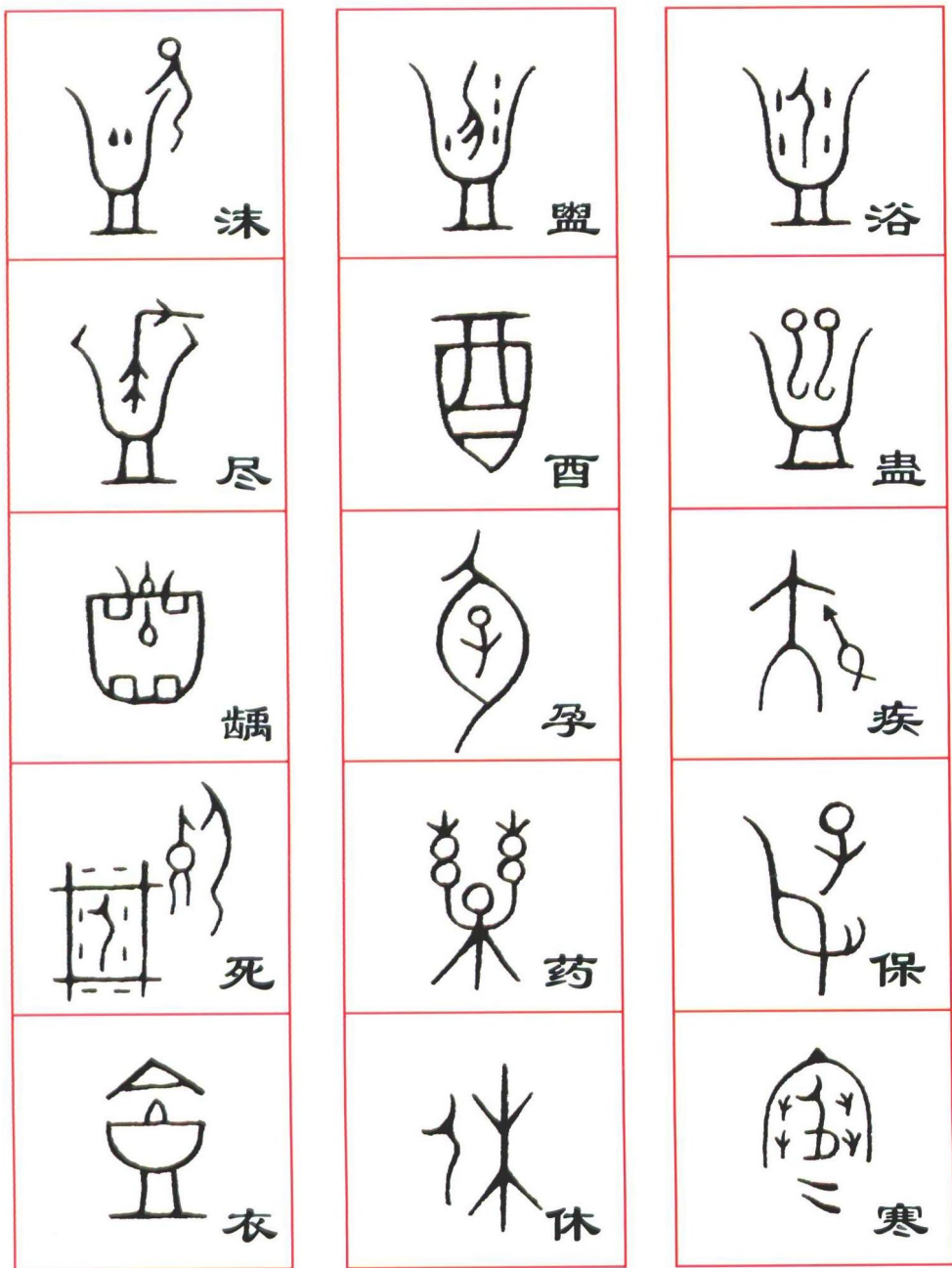
陆 江 1937 年生于贵州龙里，广东药学院健康教育客座教授、科普作家。历任深圳市健康教育与促进协会会长、中国健康教育协会常务理事。38 年间，发表妇幼卫生、社区健康服务与健康教育方面的论文 80 多篇，出版医学科技与科普图书 5 部，发表科普文章 200 余篇，先后受聘为卫生部基层卫生与妇幼保健司和广东省卫生厅的妇幼卫生与社区健康教育服务专家组成员。2008 年，荣获全国健康教育 30 年“金牛奖”奖章。



林 琳 1964 年生于广东揭阳，主任医师、中山大学、四川大学华西公共卫生学院，广东药学院兼职副教授。现任龙岗区医学会预防医学分会副主任委员，《现代预防医学》、《华南预防医学》杂志编委。一直从事初级卫生保健、疾病预防控制和健康教育工作。主持完成的多项科研项目，分别荣获“2003—2005 年深圳市龙岗区科技进步一等奖”和“2007—2009 年度科技创新奖”。

献 给

**在社区健康教育岗位
工作的战友**



彩图 1 与生命健康相关的部分甲骨文
 (临自岛邦男编《殷墟卜辞综类》、倪海曙编《中国文字的故事》)

彩图 2 马王堆三号汉墓出土帛画《导引图》
(引自 1974 年《人民画报》)



目 录

上 篇 概 论

第一章 社区与社区健康	1
第一节 社区	1
一、社区的概念	1
二、社区的要素	1
三、社区的作用	2
四、社区的类型	2
第二节 社区居民与社区健康	4
一、社区居民	4
二、社区健康	5
第二章 健康教育与社区健康教育	18
第一节 健康教育	18
一、健康教育的概念	18
二、健康教育的特点	19
三、健康教育与健康促进	21
第二节 社区健康教育	23
一、社区健康教育的概念	23
二、我国社区健康教育的由来	23
三、社区健康教育的对象	26
四、社区健康教育的任务	27
五、社区健康教育的分类	27
六、社区健康教育的原则	27
七、社区健康教育与相关学科	29
八、社区健康教育工作者的素质	29
九、社区健康教育的作用	30
十、社区健康教育的内容	33
第三章 健康教育的方法	42
第一节 健康教育方法的发展	42
一、健康教育方法的演变	42
二、健康教育方法的创新	44
第二节 健康教育方法的分类	44

一、语言教育法	45
二、文字教育法	53
三、形象教育法	75
四、电化教育法	78
五、综合教育法	84
六、健康教育方法的选择	93
第四章 社区健康教育的计划及研究	98
第一节 社区健康教育计划的制订	98
一、健康教育计划的分类	98
二、社区健康教育计划的制订	104
第二节 社区健康教育计划的实施	109
一、政府加强领导、部门协调合作	109
二、完善健教网络、建立支持系统	112
三、居民人人参与、开发社区资源	112
四、针对各类人群、开展技能培训	115
五、制作宣教材料、配备适当设备	116
六、采用多种形式、开展健教活动	117
七、注重质量监测、促进工作落实	119
第三节 社区健康教育计划的评价	123
一、评价的程序	123
二、评价的标准	123
三、评价的种类	124
四、评价的报告	126
第四节 社区健康教育的研究	132
一、调查研究	132
二、文献研究	141
三、实验研究	142
四、观察研究	143
第五章 健康教育论文的撰写	144
第一节 健康教育论文的要求与体裁	144
一、健康教育论文的基本要求	144
二、健康教育论文的常见体裁	145
第二节 健康教育论文的格式与写法	146
一、健康教育论文的格式	146
二、健康教育论文的写法	147
第三节 图表、照片在健康教育论文中的运用	154
一、表格的运用	154
二、图形的运用	156

三、照片的运用	164
概论部分主要参考文献	165

下 篇 各 论

第六章 社区重点人群健康教育	167
第一节 社区妇女的健康教育	167
一、妇女的生理、心理和社会特点	167
二、社区妇女健康教育的意义与目标	170
三、社区妇女健康教育的指导原则及实施方法	171
四、社区妇女健康教育的内容	173
五、社区妇女健康教育的评价	179
第二节 社区儿童的健康教育	180
一、儿童生理和心理特点	180
二、儿童健康教育的意义与目标	182
三、社区儿童健康教育的指导原则	184
四、社区儿童健康教育的内容	186
五、社区儿童健康教育的效果评价	187
第三节 社区老人的健康教育	188
一、社区老人的生理、心理特点	188
二、社区老人健康教育的意义	189
三、社区老人健康教育的原则	189
四、社区老人健康教育的内容	190
五、社区老人健康教育的方法	191
六、社区老人健康教育的实施	191
七、社区老人健康教育的评价	192
第四节 社区伤残人士的健康教育	192
一、社区伤残人士的生理、心理特点	192
二、社区伤残人士健康教育的内容	193
三、社区伤残人士健康教育的实施	194
四、社区伤残人士健康教育的评价	195
第五节 社区传染病防治工作中的健康教育	195
一、传染病简介	196
二、社区传染病防治工作中健康教育的意义	197
三、社区传染病防治工作中健康教育的内容	198
四、社区传染病防治工作中健康教育方法的选择	200
五、社区传染病防治工作中健康教育的实施	201
六、社区传染病防治工作中健康教育的评价	208

第六节 社区慢病防治工作中的健康教育	208
一、慢病简介	208
二、社区慢病防治工作中健康教育的意义	211
三、社区慢病防治工作中健康教育的内容	211
四、社区慢病防治工作中健康教育的方法	212
五、社区慢病防治工作中健康教育的实施	212
六、社区慢病防治工作中健康教育的评价	218
第七章 社区重点场所健康教育	224
第一节 托幼机构的健康教育	224
一、托幼机构健康教育的对象与目的	224
二、托幼机构健康教育的任务与目标	224
三、托幼机构健康教育的方法	225
四、托幼机构健康教育的内容	226
五、托幼机构健康教育的评价	230
第二节 中小学校的健康教育	230
一、中小学校健康教育的意义	230
二、中小学校健康教育的目标	232
三、中小學生生理、心理特点	233
四、中小学校健康教育的内容	238
五、中小学校健康教育方法的选择	245
六、中小学校健康教育的评价	248
第三节 家庭健康教育	249
一、家庭健康教育的特点	249
二、家庭健康教育的意义	249
三、家庭健康教育的内容	249
四、家庭健康教育的方法	253
五、家庭健康教育的评价	255
第四节 工厂企业的健康教育	255
一、工厂企业的特点	255
二、工厂企业职工面临的健康问题	256
三、工厂企业健康教育的意义	257
四、工厂企业健康教育的内容	258
五、工厂企业健康教育方法的选择	260
六、工厂企业健康教育的实施	262
七、工厂企业健康教育的评价	265
第五节 社区机关、事业单位的健康教育	268
一、社区机关、事业单位健康教育的意义	268
二、社区机关、事业单位健康教育的内容	269

三、社区机关、事业单位健康教育方法的选择	270
四、社区机关、事业单位健康教育的实施	270
五、社区机关、事业单位健康教育的评价	271
第六节 社区医疗、保健机构的健康教育	272
一、社区医疗、保健机构健康教育的特点	272
二、社区医疗、保健机构健康教育的意义	274
三、社区医疗、保健机构健康教育的内容	276
四、社区医疗、保健机构健康教育的实施	279
五、社区医疗、保健机构健康教育的评价	279
第八章 城市社区健康教育	281
第一节 城市与城市居民	281
一、城市	281
二、城市居民	282
第二节 城市的特点与健康问题	283
第三节 城市社区健康教育的目标	286
第四节 城市社区健康教育的内容	287
一、基本内容	287
二、特殊内容	290
第五节 城市社区健康教育的方法	291
一、几种常用的方法	291
二、几种成功的方式	292
第六节 城市社区健康教育的实施	293
第七节 城市社区健康教育的评估	301
第八节 城市中心工作与健康教育	302
一、卫生城市创建活动中的健康教育	303
二、城市“初级卫生保健”达标活动中的健康教育	306
三、城市社区卫生服务中的健康教育	308
四、“相约健康社区行”活动在全国展开	309
第九节 城市社区健康教育工作实例	312
第九章 农村社区健康教育	322
第一节 农村特点与健康问题	322
第二节 农村社区健康教育的目标	324
第三节 农村社区健康教育的内容	324
一、基本内容	325
二、特殊内容	325
第四节 农村社区健康教育的方法	328
一、方法的选择	328
二、具体的做法	329

第五节 农村社区健康教育的实施..... 334

第六节 农村中心工作与社区健康教育..... 348

 一、农村“初级卫生保健”活动中的健康教育 348

 二、亿万农民健康促进行动中的健康教育 358

各论部分主要参考文献..... 361

上 篇 概 论

第一章 社区与社区健康

第一节 社 区

一、社区的概念

社区（community）一词，最早是由德国社会学家滕尼斯（Tendinanel Tonnis）于1887年提出的。他认为社区应包括五个要素，即人口、地域、生活服务设施、特有文化背景和生活方式的认同及有一定的生活制度和管理机构。

20世纪30年代，我国社会学家费孝通先生等，将“社区”的英文转译为中文，并将中外学者曾赋予社区的种种含义进行归纳，提出两种认识：一种认为社区是具有归属感和共同生活方式的人们自愿组成的社会群体，例如美国的华人社区；另一种则认为社区是在某一地域范围内共同生活、相互依赖的有组织的人群，如我国农村的某某乡、某某村。我国社会学家近些年来研究认为，采用地域性含义比较切合我国实际。社区应该是相对独立的，有领导、有组织的一个地域性小社会，是由一定数量、具有共同意识、独立管理系统和服务设施，具有相同习俗和生活规范的社会人群结合而成的一个生活共同体。

20世纪后半叶，世界卫生组织则认为：一个有代表性的社区，其面积约为5~50平方公里，其人口数大约在10万~30万。

1999年，我国出版的《辞海》（1910页）已将“社区”词条进行了规范，即“社区是以一定的地域为基础的社会群体。社区的要素是：①有一定的地域；②有一定的人群；③有一定的组织形式和共同的价值观念、行为规范以及相应的管理机构；④有满足成员的物质和精神需求的各种生活服务设施”。从此，社区一词在我国有了规范的概念。

二、社区的要素

构成一个社区应具备以下要素：

1. 地域要素 地域系指人们共同生活的地理范围，为人们提供必要的活动场所、环境和资源，是人们参与社会生活的条件和基础。一般来说，社区居民的主要活动大都集中在特定地域，构成社区相对的地理界限。

2. 人群要素 人和人群是社会的基本构成要素，是社区的主要条件。它凭藉一定的

生产联系和社会关系形成有组织、有目标的群体。而家庭、机关、单位、团体为满足人们生活所需，分担不同的社会职能，相对独立地参与本区域的经济、政治、文化、卫生和其他社会活动。社区人口数量视社区类型和所在地而定，目前，深圳一个社区拥有的人口多在3万~5万之间。

3. 生活要素 由于社区自身的经济、社会构成及文化传统的状况以及社区生产和生活的社会体制、规模、习俗和管理上的要求，在社区特定的社会范围和生活方式中生活的人们，必须要逐渐形成某些共同意识和目标。只有这样，社区人群才能和睦相处、相互依存。

4. 心理要素 情感上、心理上的归属感十分重要，因为有了归属感，社区才有凝聚力。“我是某某社区的居民”的自觉称谓，是由于人们长期生活在所属社区形成的一种行为，它包括互助互敬、平等相待，只有这样才会具有安全感、保障感和自豪感，从而，对所在社区产生一定的感情和责任。

三、社区的作用

社区是社会的一个缩影，社会中的各种现象和特征可通过社区反映出来，因此，发挥社区的功能对社会十分重要。社区作用主要包括：

1. 社区的环境功能 社区为人群提供从事生产和日常生活的基本环境，人群的社会活动也多在所属的社区范围内进行；社区内的机关、团体、学校、医院、作坊、商店等社会机构有着特定的社会功能，为社区提供协调、稳定的服务，保障社区人群的基本生活需求。

2. 社区的政权功能 社区是最基层的政权单位，贯彻政府各项方针政策，代表群众的基本利益，同时又与群众建立密切关系，反映群众的需求和意愿；动员群众参与社区各项活动，推动社会进步，形成一种良好的社会风尚，促进社会主义精神文明建设的发展。

3. 社区的制约作用 社区内的行政管理体系、管理制度、文化习俗、社区群体意识与行为规范等在不同方面制约和干预着社区人群的生活和行为，发挥着督促人们遵守社会规范，维护社会秩序，具有提高社会公德及惩罚违反社会准则行为的作用。

4. 社区的凝聚作用 社区可促进社区成员之间的协作和支持；通过社区组织和动员，可激发社区群众的归属感和责任感，实现个人、家庭、社区团体的自助与互助。

四、社区的类型

社区的分类尚无统一的标准。西方社会学按照社区形成的过程，把社区分成自然型社区和规划型社区。学者认为在生产落后、分工简单的古代社会，主要以自然型为主，如乡村、小市镇。随着生产及社会的发展，社区的形成及发展日益受到人类规划的控制，这就使社区逐步变成以规划型为主了。

我国目前常用的社区分类是以社区的社会、经济、人口和文化环境为依据，分为城市社区、农村社区两大类。随着我国经济的发展，特别是乡镇企业的逐步遍及，目前有人提出第三类社区，即“集镇社区”，它介乎于城、乡社区之间，具有一些独特之处，已引起人们的关注。