



21世纪复旦大学研究生教学用书



公共卫生硕士系列

总主编 姜庆五 俞顺章

M

现代健康促进 理论与实践

主 编 傅 华 李 枫

复旦大学出版社

21世纪复旦大学研究生教学用书



公共
卫生
硕士
系列

总主编 姜庆五 俞顺章

MPH

现代健康促进 理论与实践

主 编 傅 华 李 枫

复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代健康促进理论与实践/傅华,李枫主编. —上海:复旦大学出版社,2003.10
(博学·MPH 公共卫生硕士系列)
ISBN 7-309-03725-1

I. 现… II. ①傅…②李… III. 健康教育学 IV. R193

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 064708 号

现代健康促进理论与实践

傅 华 李 枫 主 编

出版发行 复旦大学出版社

上海市国权路 579 号 邮编 200433

86-21-65118853(发行部) 86-21-65109143(邮购)

fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com

责任编辑 王伟光

装帧设计 陈 萍

总 编 辑 高若海

出 品 人 贺圣遂

印 刷 上海第二教育学院印刷厂

开 本 787×960 1/16

印 张 30 插页 2

字 数 506 千

版 次 2003 年 10 月第一版 2003 年 10 月第一次印刷

印 数 1—3 100

书 号 ISBN 7-309-03725-1/R·803

定 价 46.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社发行部调换。

版权所有 侵权必究

A large, faint watermark of the Fudan University seal is centered on the page. The seal is circular and contains the Chinese characters '復旦大學' (Fudan University) around the perimeter, the year '1905' at the bottom, and a large central character '博' (Bo).

“博学而笃志，切问而近思。”

(《论语》)

博晓古今，可立一家之说；
学贯中西，或成经国之才。

复旦博学 · 复旦博学 · 复旦博学 · 复旦博学 · 复旦博学 · 复旦博学

主编简介

傅华，男，1956年11月生。1990年底毕业于上海医科大学公共卫生学院，获博士学位。1993~1994年留学法国国际肿瘤研究所(IARC)从事博士后研究。1995年12月晋升为教授，1999年6月批准为博士生导师。1999年10月~2000年2月受聘于WHO西太区办事处短期业务顾问。多次以顾问专家的身份参加WHO全球慢性病防治策略、生命全程与健康、长期保健和慢性病社区防治等专家研讨会。现为国际职业卫生理事会理事、卫生部慢性病社区综合防治专家组成员。上海市医学会卫生分委员会主任委员，上海市预防医学会公共卫生教育分委员会主任委员，上海市预防医学会慢性病防治分委会副主任委员。研究领域为社区慢性病防治。目前主要从事的研究涉及糖尿病和心脑血管疾病的社区防治、体力活动促进、吸烟与健康及慢性病自我管理。主编《预防医学》、《社区预防与保健》、《临床预防医学》和《慢性病患者如何过上健康幸福的生活》等著作，参编全国统编教材3本。

内 容 提 要

健康所面临的各种危险因素，大多与生活方式、特别是与消费方式有着很强的联系，而健康促进则是解决这些公共卫生问题的主要途径。作为一种先进的公共卫生观念，健康促进是高效率的卫生干预策略和措施，是一门综合性和应用性都很强的学科，目前已成为公共卫生实践的主流。实践必须要有理论指导，基于此目的，本书吸收了国内外有关健康促进实践和理论的最新进展，结合我们的工作经验和国内的应用实例，为我国读者介绍了健康促进实用的理论模型和实践指导。全书分为六部分。第一部分介绍了健康促进的基本概念、社会人文环境因素与健康的关系，让读者全面和准确地了解健康促进。第二到第四部分，根据目前较为流行和实用的健康促进理论，从个体水平、人际水平和社区水平三个层面阐述健康促进的各种理论模型。第五部分是理论综合应用的介绍。第六部分介绍了我国一些健康促进实践案例。全书内容新颖，理论联系实际，实用性强，是研究生、科研工作者、公共卫生和医学领域实际工作人员深入了解健康促进观念、理论和实践应用的教材和参考书。

主 编 傅 华 李 枫

副主编 傅东波

编 委(按姓氏笔画顺序排列)

马 骁 王豫穗 吕姿之

米光明 李 枫 李 洋

周 蕾 胡俊峰 胡锦华

钮文异 高燕宁 黄海波

程茂金 傅东波 傅 华

戴俊明

秘 书 李 洋

编辑出版说明

21世纪,随着科学技术的突飞猛进和知识经济的迅速发展,世界将发生深刻变化,国际间的竞争日趋激烈,高层次人才的教育正面临空前的发展机遇与巨大挑战。

研究生教育是教育结构中最高层次的教育、肩负着为国家现代化建设培养高素质、高层次创造性人才的重任,是我国增强综合国力、增强国际竞争力的重要支撑。为了提高研究生的培养质量和研究生教学的整体水平,必须加强研究生的教材建设,更新教学内容,把创新能力和创新精神的培养放到突出位置上,必须建立适应新的教学和科研要求的有复旦特色的研究生教学用书。“21世纪复旦大学研究生教学用书”正是为适应这一新形势而编辑出版的。

“21世纪复旦大学研究生教学用书”分文科、理科和医科三大类,主要出版硕士研究生学位基础课和学位专业课的教材,同时酌情出版一些使用面广、质量较高的选修课及博士研究生学位基础课教材。这些教材除可作为相关学科的研究生教学用书外,还可供有关学者和人员参考。

收入“21世纪复旦大学研究生教学用书”的教材,大都是作者在编写成讲义后,经过多年教学实践、反复修改后才定稿的。这些作者大都治学严谨,教学实践经验丰富,教学效果也比较显著。由于我们对编辑工作尚缺乏

2 现代健康促进理论与实践

经验,不足之处,敬请读者指正,以便我们在将来再版时加以更正和提高。

复旦大学研究生院
2002年6月

序 言

公共卫生硕士(MPH)是根据2002年国务院学位委员会批准设置的一个新的专业学位。MPH将成为公共卫生人才的重要职业教育形式。

MPH学位教育的目的是培养高层次卫生管理与疾病预防应用型人才的专业学位。复旦大学培养的MPH的学生应该具备广博的专业知识、创新性的科学思维;勇于开拓、善于实践;能胜任卫生行政部门与医疗机构、疾病控制与卫生监督部门的高层次卫生管理与疾病预防的重要工作。在MPH学位教育过程中,我们将注重拓宽学生的知识面,注重现代科学技术的掌握,重点培养学生分析问题和解决问题的能力。

复旦大学公共卫生学院已经开展了5年的公共卫生应用型硕士研究生的教育,今年又被确定为我国公共卫生专业硕士学位的首批试点单位。根据培养应用型研究生的经验,在MPH学位教育过程中,我们将注重理论与实践,课堂教学与课题研究相结合。

我们策划的这套教材包括MPH学位的必修课,也有根据学生各自的基础和知识结构确立的选修课。其中不少教材已经在应用型研究生教学中应用,收到良好效果。此系列教材包括:① MPH学位的“卫生事业(保健)管理”(health care management)专业方向课程,其中有卫生服务研究、卫生事业管理、卫生政策分析、医疗保险学、医院绩效管理、医学技术评估等课程。②“流行病学与疾病控制”(epidemiology and disease control)专业方向课程,其中有流行病学基础、流行病学方法、卫生统计学、统计软件介绍、计算机在流行病学中的应用、重大传染性疾病预防案例等。③“环境医学与卫生监督”(environmental health and supervision)专业方向的课程,其中有环境卫生学、职业生命科学、营养与食品卫生、卫生法学与卫生监督学、毒理学基础、卫生检验基础等。④“妇儿保健与健康促进”(women and child health and health promotion)专业方向课程,包括妇幼卫生学、儿少卫生学、健康促进研究理论与实践、家庭与社区卫生服务等。

MPH学位在我国尚处于试点时期,此套教材是我们开展MPH学位教

2 现代健康促进理论与实践

育的探索,不当之处,请读者提出批评。我们将与全国的公共卫生教育者一起,为开拓与完善我国 MPH 学位教材建设作出贡献。

姜庆五 俞顺章

2002 年 9 月

前 言

这些年来,在参加了许多健康促进的活动和实践后,深深地感觉到如果只知其然、不知其所以然,是很难把健康促进工作做好的。1999年,有幸访问了加拿大不列颠哥伦比亚大学健康促进研究所,会见了当时的所长,“格林模式”的创建人 Lawrence Green 教授,几天相互的交流使我对健康促进的认识有了一个质的飞跃。当时我就和傅东波老师商量我们必须为中国读者介绍一些实用的健康促进理论。2001年,我们开始给研究生讲授“健康促进理论”课,互动式的教学加深了对这些知识的认识,所以和李枫教授一起决定组织国内的专家把它编撰成书,奉献给有兴趣的读者,尤其是给研究生作为教材之用。

一场 SARS 的肆虐,促使我们重新去认识公共卫生。我们需要先进的技术去研制诊断试剂、疫苗和特效药,但是我们发现只要广大群众正确地认识了 SARS 的传染规律和危害,控制了传染源、切断传播途径并加强了隔离,就能有效地控制 SARS。我们能在这短短的 2 个多月,就宣布取得阶段性的胜利,靠的是后者。社会的动员,群众的参与,是公共卫生的核心和基础,这就是健康促进。健康为人人,人人健康,只有众志成城,共同构筑和夯实公共卫生这道墙,我们大众的健康才能有保障,社会和经济才能可持续性地发展。通过多年的努力,健康促进这一崭新公共卫生运动终于成为了世界公共卫生的主流。健康文化是公共卫生的底蕴,社会资本是公共卫生的支架,社会行动则是公共卫生实现的途径。这些新的理念都源自健康促进。因此,作为一名从事公共卫生的工作者来说,了解和掌握健康促进,是其基本功之一。

健康促进源于健康教育,又大大超出了健康教育的范围。它是构建在行为学、教育学、心理学、传播学、预防医学、社会科学和政治学等多学科基础上的一门跨学科的综合学科体系。健康促进理论是通过应用这些学科的知识与方法,研究人们如何控制和提高自身健康的实践而提炼出的理性认识,是解释健康行为和指导健康促进实践的系统方法。它能帮助我们理

2 现代健康促进理论与实践

解靶人群健康行为的特性,帮助解释行为和提出如何改变这些行为的建议,并指导设计、实施行为改变的计划,即对一系列的 WHY、WHAT、和 HOW 进行回答。有如一个专业厨师,因有理论的指导而不会盲目地照着菜谱去炒菜,而是根据实际情况不断更新花样,做出更可口的菜肴。所以,要做好健康促进,正确地理解健康促进理论是非常重要的。

本书不仅用较大篇幅介绍了理论,同时也介绍健康促进实践的具体方法和案例。其阅读对象是研究生、科研工作者、公共卫生和医学领域实际工作人员。

本书是全国有关专家学者齐心协力、无私奉献的结果;本室丁永明老师在编辑过程中付出了大量的劳动;许多老师给予了很多好的建设性的建议,在此一并致谢。

健康促进在我国还处于起步阶段,加上编写者的知识和经验有限,以及在编辑中的疏漏,本书难免有不少缺点甚至错误,诚恳希望各位专家、同道读者提出宝贵的批评、意见和建议。

傅 华

2003 年 10 月

目 录

第一部分 导论	1
第一章 健康促进与健康促进理论	3
第一节 健康促进	3
第二节 公共卫生与健康促进发展的历史	13
第三节 健康促进理论	19
第二章 社会因素与健康	26
第一节 健康的公共政策	27
第二节 社会网络、社会支持与社会资本	30
第三节 社会经济状况	33
第四节 社会紧张因素	38
第五节 社会因素与健康关系模型	40
第三章 人文环境与健康促进	43
第一节 健康促进的人文内涵	43
第二节 健康促进的文化构筑	47
第三节 健康促进的文化研究	55
第二部分 个体水平的行为改变理论	61
第四章 健康信念模式	63
第一节 健康信念模式产生的背景及发展简史	63
第二节 健康信念模式的理论要点	65
第三节 健康信念模式的运作框架	67
第四节 健康信念模式的实践应用	69
第五章 阶段变化理论	74
第一节 阶段变化理论产生的背景及发展简史	74
第二节 阶段变化理论的理论要点	76
第三节 阶段变化理论的运作框架	77
第四节 阶段变化理论的实践应用	81
第六章 自我效能理论	85
第一节 理论产生的背景及发展简史	85

2 现代健康促进理论与实践

第二节	基本概念及理论要点	86
第三节	自我效能的测量	88
第四节	自我效能理论应用举例	91
第五节	小结与启示	92
第三部分	人际水平的行为改变理论	95
第七章	社会认知理论	97
第一节	理论产生的背景及发展史	97
第二节	社会认知理论的基本假设	101
第三节	社会认知理论中的基本概念及对行为的解释	101
第四节	社会认知理论的应用举例	107
第五节	小结与启示	109
第八章	医患关系改变理论	112
第一节	医患关系的认识发展史回顾	113
第二节	医患关系的经典模式	114
第三节	医患关系的社会心理学机制	116
第四节	医患关系改变理论的应用举例	119
第五节	小结	120
第四部分	群组与社区水平的健康促进理论	123
第九章	通过社区组织和社区建设促进健康	125
第一节	社区组织和社区建设的发展简史	126
第二节	社区的概念	127
第三节	社区组织模型	128
第四节	社区组织与社区建设的理论要点	131
第五节	应用举例	138
第六节	小结	141
第十章	组织改变理论	144
第一节	组织改变理论中的关键性概念	145
第二节	组织改变的阶段理论	146
第三节	组织发展理论	148
第四节	组织间关系理论	152
第五节	应用举例	155
第六节	小结	160

第十一章	健康促进的创新扩散	162
第一节	创新扩散中的概念及发展简史	162
第二节	创新扩散理论的理论要点	163
第三节	应用举例	169
第四节	小结	178
第五部分	健康促进理论的实施	181
第十二章	生态学模型	183
第一节	影响行为的 3 类因素之间的关系	183
第二节	生态学模型的概念	185
第三节	生态学模型产生的理论背景	188
第四节	3 种常见的生态学模型	190
第五节	生态学模型的应用	194
第六节	小结与建议	200
第十三章	理论的综合应用模式——PRECEDE-PROCEED 模式	204
第一节	PRECEDE-PROCEED 模式简介	205
第二节	PRECEDE-PROCEED 模式应用的基本步骤	207
第三节	PRECEDE-PROCEED 模式应用举例——安全家庭项目	214
第四节	小结与启示	220
第十四章	健康促进规划设计、实施与评价	222
第一节	健康促进规划的设计	223
第二节	健康促进规划的实施	232
第三节	健康促进规划的评价	234
第十五章	健康传播技巧与材料制作	240
第一节	健康传播概述	240
第二节	传播分类及其应用	247
第三节	常用健康传播技巧	254
第四节	健康传播效果的影响因素与对策	265
第十六章	健康城市及健康社区	273
第一节	健康城市的概念、标准	274
第二节	健康城市的理论基础	276
第三节	健康城市的发展史	278
第四节	健康城市项目的实施	280
第五节	健康城市的评价	286

4 现代健康促进理论与实践

第六节	健康城市项目举例	287
第七节	健康社区	288
第八节	小结	291
第十七章	学校健康促进	293
第一节	学校阶段儿童青少年面临的健康挑战	295
第二节	学校健康促进的概念	298
第三节	学校健康促进的意义与任务	299
第四节	学校健康促进的实施内容	302
第五节	学校专题健康促进干预	306
第六节	学校健康促进的实施步骤	311
第七节	学校健康促进的效果评价	312
第十八章	职业场所健康促进	317
第一节	职业场所健康促进概念和意义	318
第二节	职业场所健康促进任务和内容	322
第三节	职业场所健康促进的实施	328
第四节	职业场所健康促进的评价	330
第五节	我国职业健康促进的发展概况	332
【案例】	上海吴泾化工有限公司实施《中国工矿企业健康促进工程》试点方案	333
第十九章	医院健康促进	339
第一节	医院健康促进的背景与发展	339
第二节	医院健康促进的实施要素	344
第三节	医院健康促进的重点实践领域	349
第二十章	公共场所健康促进	359
第一节	公共场所健康促进概念和意义	360
第二节	公共场所健康促进任务和内容	362
第三节	公共场所健康促进的实施步骤	365
第四节	公共场所健康促进的评价	369
【案例】	广东省健康城市实施细则	371
第二十一章	健康社会工作、志愿者与健康促进	376
第一节	社会工作与健康促进	377
第二节	健康社会工作的内容和领域	380
第三节	志愿者	387