



军校学员健康管理模式基本构想的探讨

张东丹

(陆军炮兵防空兵学院 江苏南京 210000)

摘要: 军校学员作为我国军队的重要后备力量,其身体素质及健康状况对于我国未来的战斗力具有十分重要的影响,因此在军校培养学员的过程中对学员实施的健康管理工作是必不可少的。这一工作主要包括学员健康状况的了解、监测、评估及干预等多个方面,对提高我国军队战斗力、促进强军强国目标的实现具有重要意义。以此为基础,本文就军校学员健康管理模式的建立进行了简要探讨和分析,以期对军校学员健康管理的进一步科学化起到一定的参考作用。

关键词: 军校学员;健康管理;模式构想

中图分类号: R256.12

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187(2018)06-287-01

一、收集学员身体素质档案以了解其健康状况

(一) 对基本身体素质体检档案予以收集

体检是检验学员基本身体素质的重要途径,其中一般性体检的检验结果可以将学员的身高、体重、血压、脉搏、心率等基本生命体征反馈给军校学员健康管理负责人员,而基本体检则可以通过内外科、耳鼻喉科、体液及X光、心电图等检验方式进一步地对学员身体内部状态予以反馈。因此收集学员的体检档案应当是健康管理模式中的首要工作,是了解学员身体素质状态的基础。

(二) 对特殊疾病检验结果资料予以收集

虽然基本身体素质体检档案能够对学员的身体素质予以初步反馈,但是为了更加全面地了解学员的身体素质,避免传播性疾病、重型疾病或心理疾病等特殊疾病在学员内部的出现,军校在对学员进行健康管理的过程中还应当对学员的特殊疾病专门检验结果予以收集,并合理组织乙肝等特殊疾病疫苗的接种及心理疏导讲座的开展,以对特殊疾病起到及时预防的作用。

二、监测学员身体素质状况以减少其健康隐患

(一) 对慢性健康隐患因素予以监测

要想实现军校学员健康管理的有效实施,单是依靠特定时间所进行的身体素质及特殊疾病检验报告是远远不够的,因为某些慢性疾病的发展具有一定的时间和过程,因此对学员的身体素质实施实时检测以防止健康隐患的出现同样是十分必要的。慢性疾病的监测力度应当主要集中在尼古丁及乙醇依赖、肥胖以及“三高”等多发性疾病上,但同时也不可忽视其全方位、多角度地执行。

(二) 对体能训练所受损伤予以监测

除了有效的健康管理之外,合理适当的体能训练也是增强军校学员体魄、保障其身体健康的重要途径。但是部分军校学员由于在体能训练的过程中未充分按照科学的方式进行训练的开展,由此可能导致身体组织或者器官不同程度的损伤,对身体健康造成负面影响。因此为了避免伤势的严重化,本文认为对学员体能训练所受损伤予以严密监测也是十分必要的。

三、评估学员身体素质状况以定位其身心状态

(一) 针对体检资料评估身体状态

前文提到,无论是一般性体检还是特殊疾病的检验都是反映学员身体素质状况的重要载体,因此在军校进行学员身心状态定位的过程中,需要将体检资料作为身体状态评估的重要依据。并根据体检资料中所显示的具体状况对不同学员的身体素质进行评分处理,一旦发现健康隐患则应当及时采取相应的解决措施,防止学员的身体受到进一步的损伤。

(二) 针对心理测试评估心理状态

身体状态的定位固然是军校学员健康管理的重要内容之一,但是值得注意的是,除了身体方面的状态评估之外,军校还应当对学员的心理状态予以评估,从而保障学员在具有强健体魄的同时具有较强的心理素质,防止学员心理疾病的出现。心理状态的评估无法以体检资料为依据,因此在评估的过程中军校应当制定能够反映学员心理状况的心理测试问卷供学员填写,并最终根据测试结果进行心理状态的评

估。

三、干预学员的身体素质状况以提升其健康水平

(一) 对学员健康状况重视程度予以干预

虽然军校所组织的学员健康管理工作及所建立的管理模式能够对学员的身体素质起到良好的监测及促进的作用,但是从根本上来说,学员自身才是最了解自身身体状况的人,因此增强学员对自身健康状况的重视程度是使得健康管理工作事半功倍的关键所在。而具体地来说,针对学员自身健康状况重视程度的干预方式主要有开展健康教育讲座、组织健康教育课等。

(二) 对学员的生活方式及习惯予以干预

生活方式及习惯是影响身体健康状况的因素之一,因此军校要想干预学员的身体素质状况并引导其向着健康的方向发展,对其生活方式及习惯予以干预就是必要采取的手段之一。首先,军校可以对学员的作息时间予以干预,严格规定学员在科学的时间范围内进行作息;其次,军校可以规范规范学员的饮食,在保障饮食营养的同时实施戒烟限酒规定;另外,军校还可以科学合理地为学员设置运动及训练任务,使得学员在运动中获得更加强健的体魄。

(三) 对学员的心理素质状态予以干预

坚定的思想意识及强大的心理素质是军人在战斗过程中不从思想上畏惧敌对势力的关键,因此为了保障军校学员素质的全面发展,除了应当对其机体健康予以管理和干预之外,适当的心理干预也是不可缺少的。心理的干预应当从引导和评测两个方面进行,其中引导指的是通过开展讲座等方式对学员进行普遍的心理状态引导;而评测则是对每个学员进行心理状态评估,从而方便针对存在心理问题的学员作出进一步地疏导工作,帮助其克服心理方面的难关。

四、对健康管理效果予以总结并改进其中缺陷

一个完整的健康管理模式除了应当对学员的身体素质状态予以全面了解、监测并针对其中存在的健康隐患采取一定的干预措施之外,还应当定期对上述工作的效果予以总结评估,并积极找出其中存在的问题并及时予以解决,由此才能实现健康管理模式的不断优化,促进我国军校学员体能素质的不断提高。

总结:

总的来说,军校在对学员进行健康管理的过程中,应当充分关注对学员身体素质的了解、监测、评估及干预等工作的执行,并在工作执行的过程中定期进行效果地检验,使得健康管理模式不断地得到改进,以获得更好的管理效果。

参考文献:

- [1]杨积顺,孙金海,刘继勇,龚楚楚,程传苗.军队健康管理策略进展[J].解放军医院管理杂志,2017,24(09):874-876.
- [2]于冬梅,遇存英,张喆,许顺雄.军校学员健康管理模式基本构想[J].人民军医,2016,59(07):686-687.
- [3]张彦琦,易东,石凯,伍亚舟,刘岭,谢莎丽.军队健康管理体的构建[J].解放军医院管理杂志,2012,19(02):132-133.