

健康教育应用在妇女保健中的作用分析

罗春桂

大理州弥渡县人民医院 云南弥渡 675600

〔摘要〕目的 探索健康教育应用在妇女保健中的作用。方法 择取 80 例中年妇女随机划为观察组（40 例中年妇女）和对照组（40 例中年妇女），给予对照组妇女常规妇女保健，给予观察组妇女在常规妇女保健基础上的健康教育，对比分析妇女健康知识掌握度和自我保养能力评分。**结果** 观察组妇女健康知识掌握度高于对照组（ $P < 0.05$ ）；观察组妇女生理护理、安全意识、饮食运动以及心理状态评分高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 常规妇女保健基础上的健康教育可提高妇女健康知识掌握度并提高其自我保养能力，是值得推广使用的一类妇女保健指导方法。

〔关键词〕 健康教育；妇女保健；临床作用

〔中图分类号〕 R173 **〔文献标识码〕** A **〔文章编号〕** 2095-7165 (2021) 02-073-02

众多周知，现代中年妇女身体素质不高，不仅慢性病发病率居高不下，而且各类妇科疾病也严重影响其身心健康。健康教育是妇女保健中不可或缺的重要环节，可帮助中年妇女保障身心健康，享受美好生活^[1]。故在常规妇女保健基础上应当给予中年妇女科学的健康教育。目前，健康教育方案已在临床中得以应用并取得不错的护理反响^[2]。故本文将对健康教育的应用方式进行如下分析，并探究其临床应用效果。

1 资料和方法

1.1 基本资料

病例挑选时段：2018 年 1 月 -2019 年 1 月。

筛选标准：（1）妇女对本次试验知情且自愿参与，参与前签署知情同意书。（2）妇女体检资料齐备，过往病史清晰。

排除标准：（1）患有精神障碍、认知障碍的妇女。（2）患有其他恶性疾病或家族遗传疾病的妇女。

病例一般资料：中年妇女共 80 例，随机分为观察组和对照组，其中：对照组共有 40 例妇女，年龄区间（40-50）岁，平均年龄（45.56±2.41）岁；观察组共有 40 例妇女，年龄区间（42-50）岁，平均年龄（45.53±2.39）岁。组间资料对比， $P > 0.05$ 。

1.2 操作方法

对照组：实施常规妇女保健，给予妇女常规体检、用药指导、生理护理等基础保健项目，同时进行被动式知识宣教和心理疏导。

观察组：在对照组基础上实施健康教育，由妇女保健医师牵头，选拔 8 名具有专业妇女保健经验的医疗人员组成专业的健康教育小组，根据妇女体检结果分析其高发病和易发病，同时了解妇女的生活习惯、生活环境和性格特征，综合多种信息制定科学的健康教育方案，具体来说：（1）知识宣教：使妇女了解 40 岁以后可能出现的各类疾病（包括慢性病和妇科病），介绍妇女保健知识，同时给予妇女精细化指导，叮嘱其在衣、食、住、行各个方面加强注意并对其进行详细指导。（2）心理疏导：使妇女适应角色转变，自觉调整身心状态，转变生活态度，建议其参与有

益身心的集体活动，培养听音乐、绘画等爱好，与家庭成员和睦相处，从而有效预防更年期心理疾病。（3）生活指导：给予妇女科学指导，注意个人卫生，尤其要注意阴部护理和乳房护理，为此可制作并分发健康教育知识手册，采取口头宣教+视频宣教方式，同时实施一对一健康咨询，耐心细致解答妇女的疑问，为其制定科学的体检计划，同时应针对目前常见的妇科疾病进行详细讲解，督促妇女保持良好的生活习惯，健康饮食勤于运动。

1.3 观察指标

（1）统计妇女健康知识掌握度，包括完全掌握、部分掌握、未掌握几个指标，掌握度 = 完全掌握率 + 部分掌握率。（2）统计自我保养能力评分，包括生理护理、安全意识、饮食运动以及心理状态几个指标，各项指标评分 0 分 -100 分，分值与妇女生活质量水平呈现正相关。

1.4 统计学处理

文中计数（ χ^2 检验）、计量（t 检验）资料用 SPSS20.0 软件处理， $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果分析

2.1 妇女健康知识掌握度

结果：观察组妇女健康知识掌握度高于对照组（ $P < 0.05$ ）。见表 1。

表 1：妇女健康知识掌握度 [n(%)]

组别	例数	完全掌握	部分掌握	未掌握	掌握度
观察组	40	28 (70.00)	10 (25.00)	2 (5.00)	38 (95.00)
对照组	40	14 (35.00)	16 (40.00)	10 (25.00)	30 (75.00)
χ^2	-	-	-	-	6.2745
P	-	-	-	-	0.0122

2.2 自我保养能力评分

结果：观察组妇女生理护理、安全意识、饮食运动以及心理状态评分高于对照组（ $P < 0.05$ ）。见表 2。

表 2：自我保养能力评分 [$\bar{x} \pm s$] (分)

组别	例数	生理护理评分	安全意识评分	饮食运动评分	心理状态评分
观察组	40	83.72±7.19	90.72±3.19	86.26±7.27	93.28±2.08
对照组	40	77.56±6.41	86.56±2.41	79.18±6.31	88.44±4.18
T	-	4.0446	6.5808	4.6515	6.5563
P	-	0.0001	0.0000	0.0000	0.0000

3 讨论

健康教育即由专业的妇女保健团队制定科学方案，立足知识宣教、心理疏导以及生活指导等健康教育措施全面提升护理效果，提高妇女健康知识掌握度并提高其自我保养能力^[3]。总的来说，针对中年妇女的健康教育方案重在精细、全面、科学，根据妇女

可能出现的疾病进行针对性健康教育，知识宣教可提高妇女的健康意识，为其进行自我保养奠定良好基础，心理疏导和生活指导可从心理、生理两个层面引导妇女保持良好的身心状态，可利于预防各类并发症，保障身心健康。

（下转第 75 页）

吸科、感染科等，更要重视新冠肺炎中医诊疗的规培课时规划。针对中医科室医师，需要适当加强西医方面的规培内容，提高中医医师的中西医结合抗疫水平。中西医防疫规培课程中，严格依照国家制度文件要求，开展相关诊疗培训内容。同时在规培中，适当引进中医护理理念，如情志护理等，提升住院医师在疫情特殊时期下与患者的沟通能力，进一步优化医师服务质量与服务水平，全面提升住院医师的岗位胜任力^[7]。

6 加强思想政治规培

(1) 设立思政微课程：由规培领导小组牵头，规培中心课程思政导师作为教学主体，结合当下疫情现状与时事，进行思想政治规培教育。以微信为教学平台，制作相应微课程。课程内容需深度围绕习近平总书记抗疫指导战略方针，响应习总书记“做党和人民信赖的好医生”这一口号，深入院、科各部，深化思政微课程体系，方便医师随时利用碎片化时间浏览微课程，追求思想政治进步。(2) 医教协同：住院医师的规培教学实施主体为各位规培导师。在后疫情时期，新医风医德被提升到新的高度，抗疫英勇事迹典型人物被广泛宣扬，如“吹哨人”李文亮医生，及本次抗疫的领军者之一钟南山院士等。他们在各自岗位发挥光与热，恪尽职守，为中国疫情防控工作作出巨大贡献。将这些典型案例与思想政治课程相结合，有助于引起住院医师共情，重塑其对新医风医德的再认识，在思政课程教学中，塑造其优秀品格。规培过程中，规培导师需要以身作则，言行时刻体现新医风医德要求；在思政课程中弘扬忠诚于党、忠诚于人民、高度奉献、敢为人先的抗疫精神；在抗疫工作中团结同事，不做“孤胆英雄”，在特殊时期更要依靠集体的力量，为身后群众构筑起一道坚实的防疫城墙^[8]。

7 小结

新冠疫情始于 2019 年末，并迅速在全球流行，造成数以万计的人员死亡。中国疫情控制之所以能够领先于世界其他国家，最大倚仗在于人民群众的自律自觉，以及医务人员的无私奉献。在后疫情时期，临床工作者更不应该掉以轻心，仍旧需要警钟长

鸣。住院医师作为未来抗疫的有生与中坚力量，需要继续重视并不断强调对此类医务群体的规培教育。不仅要重视住院医师业务能力的培养，同时也需强调其精神内涵的塑造。通过本次疫情，大家也需意识到，住院医师的规范化培训不仅要强调主要科室的业务规培，更需关注传染病与公共卫生服务技能的培训，以更好地应对当前已知疫情，及将来未知的、更严峻的疫情反扑。未来，笔者还将继续关注住院医师的规范化培训，基于疫情防控视域下，不断探索规培新模式、新理念，致力于打造一支高素质、高水平的住院医师队伍，守护群众健康。

[参考文献]

- [1] 张水娟, 郭发刚, 蔡瑜, 等. 全科住院医师规范化培训医生职业认同感现状调查及相关因素分析[J]. 中华全科医师杂志, 2019, 18(1):71-73.
- [2] 崔永, 王天佑. 从美国住院医师培训看中国住院医师规范化培训的挑战和方向[J]. 中国肺癌杂志, 2016, 19(6):321-327.
- [3] 陈淑玲, 吴苏伟, 杜雪平, 等. 疫情下对全科专业住院医师规范化培训的思考与建议[J]. 中国全科医学, 2020, 23(28):3503-3507.
- [4] 徐京杭, 祁祯楠, 董爱梅, 等. 全科医学住院医师规范化培训传染科轮转的经验与思考[J]. 中华全科医师杂志, 2020, 19(2):161-163.
- [5] 姜睿, 王永晨, 姜礼红, 等. 全科住院医师规范化培训考核体系的应用与评价研究[J]. 中国全科医学, 2020, 23(25):3212-3215, 3219.
- [6] 徐翊, 李秀容, 范翀, 等. 从新型冠状病毒肺炎疫情看全科医师规范化培训[J]. 中国高等医学教育, 2020, 34(6):58-59.
- [7] 吴春艳, 宋迎春, 傅晓璇, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间住院医师职业认同感和职业忠诚度状况研究[J]. 中华医学教育杂志, 2020, 40(9):688-691.
- [8] 张玲燕, 洪云霞, 傅松龄. 2019 冠状病毒病疫情下儿科住培医生思想政治工作的思考[J]. 中国高等医学教育, 2020, 34(5):54-55.

(上接第 71 页)

- [1] 叶任高, 陆再英, 内科学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005
- [2] 赵娜, 郭治昕, 赵雪, 等. 丹参的化学成份及其药理作用研究进展[C]// 全国制药工程科技与教学研讨会. 中国药学会, 2006.
- [3] 王卓, 朱宝长, 徐楠楠, 等. 丹参提取物对高脂血症地鼠糖脂代谢的影响[J]. 时珍国医国药, 2009, 20(5):1067-1070.

- [4] 杨志刚, 陈阿琴, 俞颂东. 三七药理研究新进展[J]. 上海中医药杂志, 2005, 39(4):59-62.
- [5] 潘洪平. 银杏叶制剂药理作用和临床应用研究进展[J]. 中国中药杂志, 2005, 30(2):93-96.
- [6] 杨丽华, 马春. 枳椇子对实验性血脂异常大鼠的调脂作用[J]. 中国老年学, 2009, 29(23):3108-3109.
- [7] 雷燕妮, 张小斌. 杜仲叶总黄酮降血脂作用研究[J]. 西北大学学报(自然科学版), 2015, 45(5):777-780.

(上接第 72 页)

综上所述，通过对比，发现排班制带教的效果要优于一对一带教，护生的工作能力、责任心及积极性都有了明显提升，对其今后的临床护理工作帮助颇多。

[参考文献]

- [1] 高晶晶. 不同护理带教方式在脾胃科临床护理带教中的应用

- [1] 杨志刚, 陈阿琴, 俞颂东. 三七药理研究新进展[J]. 上海中医药杂志, 2005, 39(4):59-62.
- [2] 潘春艳, 赖响清, 刘连春. 责任制护理教学管理应用于手术室临床带教的效果分析[J]. 中国药物与临床, 2020, 20(10):1750-1752.
- [3] 曾广霞. 一对一带教模式在内科护理带教中的应用效果[J]. 临床合理用药杂志, 2020, 13(22):178-179.

(上接第 73 页)

通过上述结果可以看到，相较于对照组，观察组妇女健康知识掌握度高于对照组且自我保养能力评分高于对照组，这说明对中年妇女来说，在常规妇女保健上加用健康教育更加科学有效，故可对中年妇女给予健康教育，从而有效提升护理质量。综合分析，健康教育可满足中年妇女的护理需求，是妇女保健中不可或缺的医学措施^[4]，本次试验由于妇女例数有限，故有分析不足之处，仍需对健康教育进行更加深入的研究^[5]。

[参考文献]

- [1] 李琳. 妇女健康教育在妇女保健工作中的应用效果研究

- [1] 中国医药指南, 2019, 017(014):85-86.
- [2] 栾泽红. 健康教育在妇女保健中的作用分析[J]. 饮食保健, 2020, 007(011):223-224.
- [3] 尤金燕. 孕期妇女保健实施高血压、糖尿病家庭健康教育的临床分析[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 007(008):194, 196.
- [4] 左晓琴. 妇女健康教育在妇女保健工作中的应用现状及效果观察[J]. 保健文汇, 2018, 000(005):194.
- [5] 黄文玲. 健康教育在社区妇女保健中的干预效果研究[J]. 中外女性健康研究, 2020, 000(002):19-20.