

广州市越秀区社区健康教育的实践与探索

何敏聪 赖晓凤 张东胜 李红伟

(广州市越秀区社区教育学院一院,广东广州 510000)

摘要: 社区健康教育在促进社区居民健康,改善社区居民生活质量,以及在健康社区的建设中发挥着重要的作用。针对越秀区社区健康教育工作开展中面临的一些困难,广州市越秀区社区教育学院一院通过社区健康教育项目“健康直通车”的实施,将健康教育融入社区教育中,探索出有效促进社区健康教育发展的实践路径,通过对“健康直通车”项目实施成效的分析,提出了进一步推动越秀区社区健康教育发展的建议。

关键词: 社区健康教育; 社区教育; 健康社区

中图分类号: G77 文献标识码: A 文章编号: 1674-0408(2020)01-0095-05

健康是个人生存发展、家庭幸福、事业有成和富国强民的重要保障。广州市越秀区社区教育学院一院结合越秀区的实际情况,将实施健康中国战略在越秀落地,将健康融入社区教育中,有效开展社区健康教育工作,引导居民树立“人人健康、健康为人人”的核心健康观,增强社区居民的健康意识和自我保健能力,逐步自觉采取健康行为方式,维护和促进自身健康,从而提升社区居民的健康素养水平和生活品质^[1]。

一、社区健康教育的内涵和作用

社区健康教育是指利用社区资源,以社区为单位,以社区居民为教育对象,针对不同的人群,有组织、有计划开展健康教育活动与过程,发动和引导社区居民树立健康意识,关心自身、家庭和社区的健康问题,积极参与社区健康教育活动,自觉养成良好的健康卫生行为和生活方式,以提高社区居民自我保健能力以及健康水平,从而最终达到提高居民健康素养水平和生活质量的目标。^[2-3]

依托社区教育平台,立足社区居民的健康需求,将健康教育融入社区教育中,深入开展有计

划、有组织、有系统的社区居民健康教育活动,对于促进社区居民健康以及在健康社区的建设中发挥着重要的作用。一是能引导社区居民树立健康意识和改变健康观念。通过健康教育,使社区居民更加关注自身、家庭和社区的健康问题,并积极参与社区健康教育活动。二是能提升社区居民自身的健康素养水平。通过普及卫生健康、保健养生和疾病预防等知识,提高社区居民的健康素养水平,促使社区居民自觉改变传统健康认知观念、不良卫生行为和生活习惯,自愿养成良好健康的生活方式,努力提高自我保健的能力和水平,最终达到提升生活品质的目标。三是把健康教育内容融入社区教育活动,能丰富社区教育的内涵,助推社区教育发展,扩大社区教育的社会辐射效应和影响力,营造人人关注、人人参与的健康社区氛围。

二、越秀区社区健康教育的发展现状

近年来,越秀区在开展社区健康教育工作取得了一定的成效,但是也面临着一些困难,主要表现在以下几个方面:

收稿日期: 2019-09-08

基金项目: 广州市社区教育服务指导中心 2018 年度社区教育项目: 打造越秀居民美好生活品质——“健康直通车”的培育与提升(编号: 2018SQJY011)。

作者简介: 何敏聪,女,广州市越秀区社区教育学院一院主任,讲师。

社区健康教育无法满足社区居民多层次、多元化的健康需求。部分社区健康教育的主要内容都是上传下达,或者是根据简单的健康记录资料进行设置,缺乏调查了解居民的健康需求,以及欠缺对社区健康教育活动开展的内容和形式进行相关的效果评价和总结。

社区健康教育普及程度较低,社区居民参与度不高。社区健康教育活动的开展不能使社区居民充分感受到参与健康教育活动的益处,大多数居民仍处于“知行不一”的状态,虽然自我健康管理意识不断增强,但健康生活与行为素养提升相对迟缓。

社区健康教育的方法和形式单一,缺乏说服力和感召力。随着城市的发展,人群结构趋向复杂化,传统、单一,且缺乏针对性的健康教育内容、宣传方式和传播途径,无法使社区居民对社区健康教育产生兴趣,达不到有效激励居民改变观念和行为的目的是,良好的意识态度没有转化成健康生活方式的行动力。

社区健康教育工作人员队伍专业技术水平不高。随着居民对健康问题的关注程度越来越高,在健康方面的投入也越来越多,其对健康教育的内容、健康教育的形式和传播途径的期待也越来越高,进而对社区开展健康教育工作人员的综合素质和专业性提出了更高的要求。街道、社区、基层社区卫生机构从事社区健康教育工作人员专业知识和技能较缺乏,影响社区健康教育有效开展。

综上所述,要满足新时代人民群众日益增长的多样化的健康需求,提高人群健康素养水平,就需要大力推动健康融入社区教育,建设社区健康教育品牌,以社区人民群众健康需求为导向,探索符合越秀区实际的社区健康教育实践路径^[4-5]。

三、“健康直通车”社区健康教育项目实践路径

越秀区社区教育学院一院以“建设幸福越秀”为核心任务,围绕社区居民关心关注的热点健康问题,秉承创新、协调、绿色、开放、共享的发展理念,从2014年开始与越秀区健康教育所(健康教

育培训部)共同打造的“健康直通车”社区健康教育项目,将健康教育融入社区教育中,整合利用社区教育优质资源,并以此为平台,通过外引内联,多部门协作的长效工作机制,充分调动社区力量和个人参与健康教育活动的积极性,探索出有效促进社区健康教育发展的实践路径。

(一)完善组织管理机制,健全健康教育网络

社区健康教育是对社区居民的健康相关行为和生活方式进行教育,其范围和内容覆盖广泛,涉及个人、家庭、群体身心健康,贯穿于整个社会发展的各个方面。因此,社区健康教育是一项多部门合作的综合体现,做好社区健康教育的关键是由政府主导,积极与社区卫生机构、社会团体及各单位协作,动员社区每个家庭和居民的积极参与。

越秀区社区教育充分依托区内行政资源链接上的优势,建立了社区教育三级工作网络,即“越秀区社区教育学院一、二院——街道社区分院(行业培训机构)——居委社区分教点(社区学校)”。“健康直通车”项目是由区社区教育学院一院和区健康教育所共同合作打造,在区健康教育所挂牌越秀区社区教育学院健康教育培训部,以社区教育三级工作网络为基础,建立完善覆盖辖区内街道、社区、居委会、医院、学校、企事业单位的健康教育工作网络,发挥各自的资源优势,合理分工。

(二)以社区居民需求为导向,开发多元化的健康教育课程

社区健康教育的主要受众群体是广大的社区居民,其实施必须以社区居民需求为导向。为深入了解和掌握社区居民的健康需求、关注的健康热点问题,越秀区社区教育学院一院定期采取座谈交流、发放调查问卷等形式深入各街道分院进行社区居民健康需求专项调查。通过调查及时了解掌握社区居民最关注的健康热点问题,最感兴趣的卫生知识点,最受欢迎的接受健康教育的方式和途径,为“健康直通车”的课程开发和设置提供了第一手的资料。例如农林街分院针对越秀区人口老龄化,老年人占比较大的特点,专门聘请中山大学北校区的专家教授定期举办疾病预防、中老年人保健、生殖健康知识等专题培训讲座;针对越秀区是基础教育强区,辖区内中小学校较多,聘

请辖区内老干部、老战士、老专家、老教师、老模范为社区青少年开展青少年心理辅导专题讲座^[6-8]。

(三) 整合丰富的教育资源,构建专业的健康教育师资队伍

在“健康直通车”项目实施的过程中,越秀区社区教育学院一院通过内引外联、不断深入链接,整合区内、外专业医疗机构、高校中的健康医疗教育资源,构建社区健康教育专业师资库,弥补了区社区教育学院和街道社区教育分院缺乏健康教育专业人员,以及健康教育专业化水平的不足。

越秀区社区教育学院一院注重加强社区健康教育队伍自身知识技能和素质培训,由社区教育学院健康教育培训部每季度组织对基层医疗机构健康教育专(兼)职人员进行岗位培训工作,2018年组织举办专题培训班共5期,累计培训街道、社区居委、机团单位等各级工作网络健康教育专干共589人。各级工作网络健康教育专干是“健康直通车”项目的管理者与实施者,提升他们的业务知识及授课技能,是社区健康教育工作开展中十分重要的一环。

越秀区社区教育学院一院注重整合区内、外资源,提升健康教育师资库的专业化水平。一方面发挥辖区资源优势,与卫生部门合作,从卫生系统、专业医院、社区医疗服务机构选拔一批医疗卫生专家以及有一定主持能力和经验的医务工作者作为“健康直通车”的教师资源,并根据社区居民的健康需求每年制定不同主题的专业健康教育课程。区健康教育所联合18个社区教育学院分院每年开展不同主题系列健康讲座活动,讲座主要内容包包括:中医适宜技术、四时养生、健康管理技能及各种慢性疾病的预防和自我管理知识等。另一方面与广州城市职业学院合作,邀请健康教育相关专业的教师组成广州城市职业学院的社区健康教育师资库,为社区居民提供“食品标签中的大学问”、“老年人膳食指南”等食品安全知识和健康养生课程,将专业的健康教育课程引入社区健康学堂,使广大社区居民受益其中^[6-9]。

(四) 依托各类社区教育平台,打造多样的健康教育载体

一是在“街坊学堂”、“长者学堂”等社区教育品牌下开设健康讲堂,推出了一系列针对不同人

群且有地域特色的社区健康教育课程、培训讲座。多个街道社区分院定期专门聘请辖区内有关单位、学校、机构的专家教授,在“街坊学堂”的健康讲堂中以幸福、低碳、智慧为主题,推出四时养生保健、冬病夏治三伏灸、垃圾分类生活更美好等课程,举办慢性病疾病预防、生殖健康知识等健康教育科普专题培训讲座;在“长者学堂”中开设中老年人保健养生、中医保健、茶文化与养生等课程。

二是依托社区教育活动平台,如全民终身学习周、健康节、科技周等多个主题活动,把日常健康宣传教育与主题日宣传教育活动有机结合,在世界卫生日、世界无烟日、全国高血压日、联合国糖尿病日、结核病日、艾滋病日等深入开展健康主题活动,普及健康知识,与区健康教育所合作邀请相关专家和医护人员进社区开设健康讲坛、进行健康义诊和健康咨询,从运动指导、膳食管理、生活方式和心理辅导多角度出发,营造建设健康社区的良好氛围,搭建令社区居民喜闻乐见的健康教育知识共享平台。

三是与社区医疗服务中心合作,在社工服务站(家庭综合服务中心)设置“健康驿站”,定期邀请辖区内医疗服务中心、机构和医院到社区“健康驿站”坐诊,为社区居民提供专业贴心的健康咨询、诊疗检查服务,推动健康科普教育进入社区,帮助社区居民逐步建立科学生活习惯及健康养生观念。参与体验“健康驿站”的自助检测服务的社区居民群众,可以享受血压、血糖、脂肪含量、体重指数、心电图等多项健康指标的检查,并由负责协助检测的专业医疗人员根据检测数据,对居民的身体状况进行解释说明,给出合理的预防保健建议^[6-8]。

(五) 运用多种媒体传播途径,搭建有效的宣传推广平台

在实施“健康直通车”项目的过程中,越秀区社区教育学院一院针对社区不同的人群,运用新媒体技术与传统媒体相融合传播方式进行健康教育宣传推广,不但满足社区居民个性化、多元化的健康知识学习需求,而且有助提升“健康直通车”品牌项目的知名度和美誉度。

越秀区社区教育学院一院与区健康教育所合作,制作和编印具有本土特色的健康教育宣传资

料如《二十四节气养生食疗》明信片、《中医健康知识》小册子、《健康菜菜日记之健康素养小学堂》漫画绘本、《齐来成为健康家庭一分子吧》《科学健身》《中医饮食养生》等,对社区健康教育知识、内容等进行宣传介绍,引导广大居民参与到社区教育的学习中。每年还根据社区居民主要健康问题编印《居民健康指南》《健康地图》《越秀健康家园》等健康手册、期刊,通过居委会、社区卫生服务中心免费发放给区内居民,为广大居民提供健康知识和社区就医指南。

越秀区社区教育学院一院在利用多个微信公众平台针对社区中的中青年群体,文化水平和收入水平较高的人群,开展形式新颖的互动活动,传播卫生健康知识和信息,扩大社区健康教育的覆盖面和时效性。2018年无烟日,区健康教育所与梅花村街合作开展“心脏病与烟草”主题户外宣传活动,在“越秀健康家园”微信公众号组织举行了“答题抢红包”的活动,阅读量为2482人次,吸引了许多居民的参与。社区教育学院一院在“街坊学堂”社区教育微信公众平台设置了街坊学堂、学习基地和学习社区等三大板块共九大栏目的内容。通过“街坊学堂”板块发布社区健康教育资讯和卫生健康知识、分享社区健康教育线下开展的推广活动和社区健康便民服务信息。通过“学习基地”板块公布关于食品和药品健康安全教育的“越秀区食品药品真假鉴别与宣传教育”学习基地的建设情况,包括基地建设、学习路线、基地导航等。通过“学习社区”板块中的课程精品、社区图书等栏目,将以传统媒体方式制作的卫生健康、养生保健知识宣传资料、精品课程进行展示,实现了一体化的健康养生知识学习平台^[6-7]。

四、“健康直通车”社区健康教育项目实施的成效

经过5年多的时间,通过对“健康直通车”社区健康教育项目的建设和实施,取得了良好的社会反响和显著成效,赢得了社区居民的信任和口碑,获得了较高的认可度和美誉度,形成了较好的品牌项目价值,在社区教育中发挥着示范引领作用。

(一) 扩大社区健康教育覆盖面,提高社区居民健康教育的参与度

“健康直通车”的实施,扩大了健康教育覆盖面,提高了健康教育的普及程度和社区群众的参与率,使“健康直通车”教育活动深入人心,更能吸引社会和居民的关注。2018年全区18个街道共举办专家健康课堂455场次,覆盖各类人群3.9万多人;专家进社区义诊266场,直接服务居民2.2万多人;各类社区教育活动开展约200场,参加人数超20万人次。根据健康需求调查问卷结果显示,社区居民对社区健康教育开展的满意度达到90%,健康教育知识知晓率达到81.8%。

(二) 增强社区居民自我健康管理意识,提升健康知识的知晓率和健康素养水平

“健康直通车”以丰富的活动载体、专业的师资队伍、多元化的健教课程、互动式和体验式的活动方式以及良好的便民健康服务,增强了社区健康教育的生动性、时效性、针对性和持续性,很好地引导社区居民增强自我健康管理意识,树立健康的生活理念,促使社区居民自觉采纳有利于健康的行为和生活方式,正确预防疾病,消除或减轻影响健康的危险因素,使社区居民的健康素养水平得到普遍提升,最终真正做到“知行合一”,提高整体生活质量的目的。根据社区居民健康需求调查问卷结果显示,2018年越秀区社区居民健康素养水平为33.1%,健康行为形成率达到80.5%。

(三) 提升社区教育的社会辐射力和影响力,促进健康社区建设

通过“健康直通车”的建设与培育,越秀区建立了社区健康教育长效机制,丰富了社区教育的内涵,增加了社区教育的凝聚力与吸引力,形成较高的社区教育品牌价值,大大提升社区教育的辐射力和影响力,有效促进社区教育持续优质发展和品质提升,有利于营造良好的健康社区建设氛围。截止2018年年底,越秀区已经建设50个健康社区、165户健康家庭,24个健康促进机关、2个健康促进企业。

五、进一步推动越秀区社区健康教育发展的建议

(一) 进一步增强社区健康教育的针对性,提

供个性化服务,促进社区健康教育深化发展。结合越秀区区情和人口结构特点,将社区人群进行细分,针对重点人群精准实施健康教育,使社区健康教育的实施更加细致深入。例如结合社区嵌入式“医养结合”的养老理念,与社区养老服务机构合作向社区老年人群体提供专门的、便利化的社区健康教育课程和服务。

(二)进一步优化社区教育的媒体宣传方式,提高社区健康教育的时效性。将相应的健康教育科普知识制作成微课程在社区教育平台中播放,并在各类媒体中搭建与社区居民充分沟通的平台,对居民的健康相关的问题解疑答惑。

(三)进一步完善社区健康教育的调查评估系统和机制,提升社区健康教育工作质量水平。在社区健康教育调查工作开展的频率、调查的内容范围、调查对象的选取等方面作进一步的完善,如调查内容不仅仅局限于对社区居民健康需求的调查,还可以扩展至对社区居民的健康状况、健康行为、卫生习惯,调查对象的选取可以按一定标准进行细分,通过对常规性的社区健康教育活动内容、方式、效果进行跟踪调查等,以达到对社区健康教育实施的情况、质量、成效进行有效的监测,并以此指导和改进社区健康教育工作的开展,整体提升全区健康教育工作水平。

参考文献:

- [1] 越秀区健康促进区工作领导小组. 关于印发越秀区创建健康促进区实施方案的通知. 越健促办(20.18)1号; 3.
- [2] 陈伟芳. 广州市海珠区昌岗街社区健康教育评估[J]. 当代护士, 2012(3): 104-106.
- [3] 付晶, 崔华欠, 周霞等. 广州市社区居民健康教育需求影响因素分析及对策探讨[J]. 护理研究, 2018, 32(10): 1573-1576.
- [4] 黄琴. 南京市社区健康教育现状与发展对策[J]. 中国医学创新, 2014, 11(9): 97-100.
- [5] 顾海, 杨心婷. 我国城市社区健康教育现状分析与对策研究[J]. 卫生软科学, 2009, 23(2): 194-196.
- [6] 张松龄. 健康教育与健康促进强化之策[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2018: 58-64, 377-385, 425-443.
- [7] 田向阳, 程玉兰. 健康教育与健康促进基本理论与实践[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2016: 206-226, 268-276, 573-591.
- [8] 张小平. 《健康教育知、信、行模式对社区居民健康相关行为改变的影响》[J]. 临床医学工程, 2016, 23(8): 1133-1134.
- [9] 杨华, 汪雪娇. 社区健康教育现状分析及对策研究[J]. 科教导刊, 2015(8): 169-171.

Practice and Exploration of Community Health Education in Guangzhou Yuexiu District

HE Min-cong, LAI Xiao-feng, ZHANG Dong-sheng, LI Hong-wei

(Guangzhou Yuexiu District Community Education College, Guangzhou 510405, China)

Abstract: Community health education plays an important role in promoting the health of community residents, improving the quality of life of community residents and building healthy communities. In view of the difficulties in the development of community health education in Yuexiu District, the First College of Yuexiu District Community Education College in Guangzhou has integrated health education into community education through the implementation of the Community Health Education Project “Health Express”, through the analysis of the effectiveness of the “Health Express” project, this paper puts forward some suggestions to further promote the development of community health education in Yuexiu District.

Key words: community health education; community education; healthy community