

# 高校健康教育中医生的任务和作用

崔晓华

(浙江林学院, 临安 311300)

**摘要** 高校保健工作者要主动适应科学迅速发展和社会繁荣进步的需要, 积极引导青年学生, 使他们对健康的认识从传统的生物医学模式逐步转变为生物-心理-社会医学模式, 促进社会环境优化, 提高生活质量。

**关键词** 健康教育; 心理学; 医生

**中图分类号** G479; R192.3

健康教育是一种崭新的科学文化。通过健康教育启发人们达到健康境地的企求, 改善个人健康意识和行为, 达到提高生活质量, 促进社会环境优化的目的。

## 1 高校健康教育的重要性

健康, 不但是没有身体缺陷和疾病, 而且要有完整的生理、心理状态和社会适应能力。这是世界卫生组织(WHO)对健康的定义。在增进健康的过程中, 传统的“有病求医, 药到病除”的思想观念随着现代文明社会的发展逐步由生物医学模式转变为生物-心理-社会医学模式。当今威胁人类生存的主要疾病如心血管疾病、脑血管疾病、恶性肿瘤及严重心理障碍等所谓“退行性疾病”, 往往是药到不能病除, 单纯依赖医药不怎么奏效。对这些疾病起决定作用的是社会环境因素、个人的生活习惯和行为。因此保健医疗是自然科学和社会科学相结合的综合学科, 其中健康教育处于核心位置。

高等学校是培养青年成材的阵地。青年是健康教育的关键。进入大学的青年学生大脑神经迅速发育, 思想活跃, 思路敏捷, 兴趣广泛, 情感丰富, 身体发育迅速, 性意识强烈, 自我意识(即独立人格)迅速发展, 逐步形成独特的个性和意志行为, 但耐力和鉴别能力不足, 久稳定, 易冲动, 感情用事, 意识片面, 可塑性大, 很易受社会正反两方面因素的左右和影响。他们正处于人生从生理、心理幼稚期向成熟期发展的十字路口, 此时由于急剧的生理发育与社会知识经验、心理发展不成比例, 就产生了心理、生理发展的“异时性”, 极易导致心理矛盾和过失行为。如果欲知而且应知的健康知识跟不上年龄段的发展要求时, 将会诱发多种心理障碍, 如产生学习障碍, 社会适应不良和过失行为等症状, 甚至发展成不良心理品质及不健康的行为方式, 持续终年。据1992年调查, 汕头大学大学生心理异常发生率为46.44%<sup>[1]</sup>。湖南医大有12%~35%的学生存在中度以上的强迫、人际敏感、抑郁或偏执症

收稿日期: 1995-06-01

状<sup>[2]</sup>。全国12.6万大学生调查的发生率为20.23<sup>[3]</sup>。全国高校保健医学研究会报道,因神经衰弱精神分裂而退学的人数占退学总人数的42%。国外对医学生的调查发现有20%~60%的大学生有不同程度的焦虑、抑郁、强迫等症状<sup>[2]</sup>。以上表明,大学生心理障碍是一个带有普遍性的问题。因此,以心理咨询、开设选修课等形式,普及心理、生理健康知识,使大学生树立正确的人生观,增强适应能力和应变能力,顺利完成学习任务,是高等教育中一个值得重视和深思的新课题。

## 2 医生在健康教育中的任务和作用

### 2.1 加强学习,调整知识结构,进一步提高素质

新的医学科学研究范围更为广泛,因而对医学保健工作者提出了更高、更新的要求。高校保健医生不仅要能诊治疾病,而且要宣传保健知识,使学生树立保健意识,正确对待和处理健康与学习的辩证关系。这就要求高校医生不但要有坚实的医学知识,还要掌握必要的社会科学知识和人文科学知识。现在部分医生仍然是单纯生物型观念,重治轻防,防治倒置,偏重于临床医学知识而缺乏开展现代保健工作所需要的预防医学、心理学和社会学知识。开展健康教育也仅是拘泥于一般的生理卫生知识宣传,而忽视了心理健康。面临现代医学改革的浪潮,高校保健医生必须适应学校卫生工作的新形势,以学习和贯彻《学校卫生工作条例》为新起点,进行卫生工作的再教育,更新观念,端正方向,从传统的生物型观念中解脱出来,加强学习心理学、社会学、管理学、经济学等多学科、多方面的知识,进一步掌握普通心理学和变态心理学的基本知识和技能,善于洞察人群的心理变化和进行适当的心理疏导,不断调整自己的知识结构,进一步提高业务素质,以适应当前高校保健医疗事业的需要,全面发挥医生的主导作用。

### 2.2 理解与同情是健康教育的桥梁

白求恩同志曾经说过:“一个医生,一个护士,一个卫生员的责任是什么?只有一个责任,就是使你的病人快乐,帮助他们恢复力量。”理解是沟通心灵的基础。医生要想给病人解除痛苦,除要具备精良的医疗技术外,还必须具有高尚的医德,充分理解病人的思想状态和心理活动,富于同情心,以优质服务为病人解除烦恼和不安。高校保健医疗是固定人群的医疗服务,医生与患者生活工作在一起,有比较一致的语言和对环境的共同感受。特别是学生,他们远离父母,涉世未深,独立生活能力较差,一旦生病,医生在治疗的同时,辅之以安慰,用宽厚和善的态度和富于同情心的情感,学生就要把医生当亲人或可信赖的人,有的连个人隐私也会毫不保留地倾吐出来。这种建立在互相理解基础上的情感,定会提高保健医疗的预期效果。

### 2.3 言传身教,为人师表

开展健康教育,提高学生心理健康水平,是高校教书育人、管理育人、服务育人的一项重要内容。它把医疗工作和政治思想工作融为一体,起到了两者单独工作时难以达到的积极作用。可以说高校医院或卫生科是没有教室的课堂,医务人员是不上讲台的教师。有人轻视高校保健医疗工作,这是他们没有认识到它的规律性和重要性。健康教育同样需要注意言传身教、为人师表和潜移默化的影响。学生因心理障碍而主动就诊者,往往以“疾病”的形式出

现。这就为开展健康教育和进行心理咨询服务提供了机会。一个人患病求医是客观存在,而患者又总是寄希望于医生能用渊博的知识、精湛的医术和严谨的作风来为自己解除病痛。医护人员必须以自己的风度和气质去感染患者,与就诊者交流心理活动,从而建立信任。既不失仪表端庄,雍容大度,举止得体,但又不能浓妆艳抹,追求时髦,而应该是朴素大方,庄重谦和,给患者以内在美感。在语言艺术上,应注意语言的逻辑性,准确把握言谈尺度。因心理障碍致疾病而就诊的患者,心理上既有恐惧,又有寻根问底的要求。医生几句得体的肺腑之言,可以使患者郁绕心中的愁云苦雾顷刻消散。反之,一句不得体的言谈,也可以使患者愁上加愁,加重心理负担。因此掌握患者的心理活动,运用语言技巧,使之产生强烈的说服力和感染力,是进行健康教育和心理咨询服务,提高工作效率的重要因素。

总之,大学时代是导致学生心理障碍和精神疾病的高峰。在高校中如何保持大学生的身心健康是高校医务工作者的重要任务之一。我们要开拓视野,努力探索,坚持实践,通过开展健康教育和心理咨询服务,努力为提高大学生的心理素质和健康水平而积极奉献。

### 参 考 文 献

- 1 林启瑞. 979名大学生心理健康状况的调查分析. 中国高校医学, 1995, 6(1), 37
- 2 徐斌主编. 大学生身心健康. 济南, 山东大学出版社, 1992. 6~7
- 3 许东新. 高等院校必须全面开展健康教育. 中国学校卫生, 1992, (1), 9

Cui Xiaohua (Zhejiang Forestry College, Lin'an 311300, PRC). **Doctors' Task and Function in College Education of Health. *J Zhejiang For Coll*, 1995, 12(4): 444~451**

**Abstract:** The medical staffs of colleges and universities should fit themselves for the rapid development of science and society. They should guide young students' view of health from traditional and biomedical pattern to biological, psychical and sociomedical pattern so as to prompt the social surrounding and to improve the quality of life.

**Key words:** healthy education; psychology; doctors