维普资讯 http://www.cqvip.com

中国局解手术学杂志 2001年第10卷第2期
Chin J Regional Anat & Operative Surg, 2001, Vol. 10, No. 2

浅议健康教育中护士应具备的素质

向国春*

人类的进步和发展包含物质和精神两方面。在当今世界，科学技术发展突飞猛进，为人类提供了丰富的物质基础。人们在要求物质生活同时，更关心生命的质量，对健康、保健的需求就显得重要。世界卫生组织提出2000年实现"人人享有卫生保健"的目标，将医护人员的工作范围从医院延伸到了社会各个角落，从而对护士实施健康教育提出了全新的课题和要求。我们在实施健康教育中感觉到要做好这一工作有多方面的因素，其中最重要的因素是护士本身的素质。本文浅议护士在健康教育中应具备的基本素质。

一、护士的知识面

护士具有的健康教育知识是做好这一工作的前提和基础。在我国，绝大多数护理人员的学历不高，仅有大专、中专学历，少部分是大学本科学历。而健康教育所涉及的知识面又相当广泛，这就需要我们广大护理工作者努力学习相关知识，不仅要学习相关疾病的预防、保健、治疗知识，还要学习心理、人文等知识。

1.护士的护理专业知识：根据健康教育的内容，应掌握：①就诊知识，如门诊挂号、住院手续和医院中的有关规章制度等内容；②日常生活卫生知识，包括饮食、营养、运动、娱乐、卫生、吸烟和酗酒的危害、安全知识以及环境、家庭、职业和个人卫生知识等；③常规物理、化学检查知识，如血尿便常规检查、透视、拍片、心、脑电图检查、食道、胃肠镜检查、CT、B超检查等；④合理用药知识，药物的适应症、禁忌症、服法、用量、剂量、副作用和注意事项等；⑤所在科室的相关传染病的防治知识，包括传染源、传播途径、预防方法以及消毒、隔离、护理治疗等知识；⑥所在科室相关的慢性非传染性疾病如溃疡等的预防、治疗和康复等；⑦所在科室的常见病的防治知识，包括儿童、妇女、老年保健知识等；⑧相关器械性治疗知识，如放射线、激光、冷冻、针灸等治疗方法以及适应症和禁忌症等；⑨医学心理学知识，不仅应懂得普通心理学知识，还应了解患病时的心理反应，包括急症、慢性、危重、濒死病人以及婴、幼儿、成人、老年患者等的心理问题及心理治疗和护理措施等。

2.护士的基础人文知识：由于我国的医疗教学体制的限制，护士在校所学的人文知识相对较少，因些应当进一步加强语文、历史、音乐、美学，甚至家庭装修、人际关系等方面知识的学习和积累，以便进行健康教育时能更合适地与不同类型病人进行沟通、交流。在医院，病人及家属来源于社会各层次，从普通工人、农民到大学教授、专家，其文化背景不一，接受健康教育的能力不同，对健康知识的需求程度也不一样，大多不仅需要疾病的转归、治疗和用药等方面的知识，更多的是关心平常生活中如何预防疾病及提高生活质量，但疾病的发生发展除生理因素外，现代医学观认为与社会、心理因素有很大关系，这就需要广大护理工作者具有广博的人文知识、社会知识，才能指导病人进行角色转换，心理调适，以适应紧张的社会、工作环境，才能配合医生完成全面治疗。

二、护士的健康教育方法与技巧

护士进行健康教育的基本内容，包括入院教育、了解病人病情变化、心理需求，进行心理护理和遵医行为教育，矫正病人的不良行为习惯等。在与病人家属交流时，应注意影响健康教育交流中的变量与技巧，在交谈时护士应对交流对象的观点感兴趣，并使用开放性问题，鼓励病人自我暴露，运用沉默、重复技巧，使双方有时间有效的对问题进行思考和探讨，确认他们的感受，帮助他们恢复自控感，使健康交流得以有效的进行。

在这些活动中，护士首先应注重自己的行为规范，与病人谈话应当庄重、认真、不可太随意，武断、僵硬的语气会造成听者的不信任，应用商量、灵活的语气及愉悦的声音，配合适当的接触、抚摸等表达对病人的关注和安慰。根据不同的谈话对象，根据其理解、接受配合程度，适当调整谈话内容和速度，使病人能达到健康教育的目的；如对正在发怒的病人，应首先向病人表示理解，或请上级人员出面解释，倾听原因、意见；对哭泣的病人，应说些安慰的话，语言要温和通情达理，并尽可能倾听其哭泣的原因；对感觉有缺陷的病人如听力丧失则应更多使用非语言交流方式等；其次，护士应当注意自己的仪容，因为交流是双向的，试想护士本身都留有长指甲，甚至吸烟，如何去教育病人爱卫生、修指甲和戒烟；另一方面，护士的仪表容貌也是很重要的，因为与人接触，如果自己能够淡妆相随、精神饱满、可给人以可信沉稳的感觉，对加强心理护理可起良好作用。

健康教育是一门应用学科，所涉及的知识包括医学、教育学、心理学、人类学和社会学等相关学科，作为实施者，护士本身的素质是非常重要的，我们认为在工作中应当学习这些相关知识，掌握教育策略和方法，使病人真正能够得到健康教育，提高生活质量。

（收稿：2001-03-19）

* 作者单位：400038 重庆市第三军医大学附属西南医院消化科