

安徽省民营医院职工体育锻炼状况调查

许恒正

(滁州城市职业学院, 安徽 滁州 239000)

摘要: 采用文献资料、问卷调查、数理统计等方法对安徽省民营医院职工的体育锻炼状况与影响因素进行了调查和分析, 并提出了相应建议。结果表明: 安徽省民营医院职工的体育锻炼意识有比较明确的认知; 体育锻炼的形式多样; 部分职工对体育锻炼的重要性认识不足; 影响职工锻炼的因素较多。

关键词: 民营医院; 职工; 体育锻炼; 建议

DOI: 10.3969/j.issn.1671-6396.2013.05.030

民营医院是我国医疗卫生行业的一个重要组成部分, 随着我国医疗卫生体制改革的不断深入和发展, 作为公共卫生事业的重要补充, 民营医院担负着重要的社会角色, 民营医院的进一步发展也为当前医疗卫生改革打开了另外一条通道。当前, 随着社会的进步和经济、生活水平的不断提升, 人们对于医疗水平和个性化服务有着不同的要求, 民营医院医疗条件好, 服务态度好, 收费较合理, 现在已得到百姓的普遍认可。作为医院的主体——医护人员, 他们的医疗服务水平和质量如何将对医院的发展产生重要影响, 一支业务精良、身体健康的医护队伍将直接关系到医院的未来和发展。本研究将从安徽省部分民营医院职工体育锻炼状况入手, 探索影响职工体育参与的主要因素, 并提出相应的建议, 为提高民营医院职工的身体健康水平提供指导, 也为其他医务工作者的体育锻炼提供参考。

1 调研对象与方法

1.1 调研对象

随机抽取安徽省皖东人民医院、爱德医院、协和医院、全椒县洪栏桥医院等 12 家民营医院的在职职工共 355 人, 平均年龄 42.5 岁, 其中男性 163 人, 占 45.9%, 女性 192 人, 占 54.1%。

1.2 研究方法

调研主要采用文献资料、问卷调查、座谈、数理统计等方法, 共发放问卷 355 份, 回收 322 份, 回收率 90.7%, 有效问卷 310 份, 有效率 87.3%。问卷的发放与回收由本人亲自完成。

2 调查结果与分析

2.1 体育人口界定

依据 2000 年国民体质监测的定义, 每周体育锻炼次数为 3 次以上(含 3 次), 同时满足每次体育锻炼时间为 30 min 以上者方可视为体育人口。调查结果显示: 安徽省民营医院体育人口仅为 18.4%, 远低于 2000 年国民体质监测的全国平均水平 31.4%。

2.2 职工体育锻炼的态度

调查显示(见表 1), 尽管大多数职工认为体育锻炼重要、很重要(分别为 62%和 25%), 但仍有 13%的人认为不重要, 这说明还有部分职工对体育锻炼的作用和意义认识不足、重视程度不够。在与部分职工的座谈中了解到, 他们参加体育

锻炼的目的, 大部分人认为体育锻炼能强身健体, 这表明大多数职工已经将体育锻炼作为强身健体的主要手段。随着生活水平的不断提高, 医护人员对自身形象和生活质量的提高寄予了很大的关注, 尤其是女性职工, 减肥塑形和休闲娱乐、增进健康的占大多数。社会生活节奏逐渐加快, 竞争越来越激烈, 医疗卫生职业的高风险性, 无疑给广大职工的身体康带来了一定的负面影响, 通过体育锻炼来缓解工作压力不失为有效的手段, 是值得医院和职工认真思考和解决的问题; 另一方面, 由于民营医院职工基本上都是聘用制合同工, 职工有不稳定感。因此, 作为医院的管理者, 应该逐渐提高职工的福利待遇、人性化管理, 让职工有归属感和主人翁的思想, 这也有利于医院的长远发展。

表 1 职工对体育锻炼的态度

态度	人数/人	百分比/%
很重要	78	25
重要	192	62
不重要	40	13
合计	310	100

2.3 职工体育锻炼项目

从表 2 可以看出, 职工业余体育锻炼选择最多的运动项目依次为慢跑、散步(42%)、舞蹈(24%)、爬山(16%)、跳绳(7%)、羽毛球(4%)、太极拳(2%), 其他选项选择的比例为 4%, 人数不多。从职工经常参加课外体育活动项目的情况, 可以反映职工对不同运动项目的兴趣与爱好, 体育业余锻炼项目的形式多样。通过形式多样的体育锻炼项目的参与, 职工的运动项目技能得到提高和身体健康水平得到有效提高, 从而更好地从事医疗卫生服务工作。

表 2 职工参加业余体育锻炼项目

选项	人数/人	百分比/%	排名
慢跑、散步	130	42	1
舞蹈	75	24	2
爬山	50	16	3
跳绳	22	7	4
其他	15	5	5
羽毛球	12	4	6
太极拳	6	2	7

2.4 影响医院职工体育锻炼的主要因素

由于受医疗卫生职业特征所决定,大多数职工(尤其是“30”岁以上),家庭生活压力大,工作繁忙,因手术、急诊等不确定因素影响,体育锻炼时间无法确定,所以工作忙(44%,见表3)成为影响职工体育锻炼的首要因素,这也是医护人员体育人口偏低的重要因素之一。而医院为竞争和发展,扩大规模、增添设备,改善就医条件,因此场地、器材的投入基本没有,这也是影响职工参加体育锻炼的重要因素(22%),加上医院领导对体育锻炼重视不够,无人组织指导(6%),这2个因素将成为今后制约医护人员体育锻炼的一大障碍。调查(见表3)显示:职工对体育锻炼没兴趣和不知道练什么的分别为10%和12%。这一方面反映出医学院校体育教学对培养学生体育锻炼的兴趣重视程度不够,教学手段缺乏;另一方面,由于学生在校期间的有限时间里没有系统地学习能够终身从事的体育项目,结果没有达到教学大纲规定的学生能掌握1~2项终身体育锻炼项目,因此,学生毕业后对体育锻炼没兴趣,不知道练什么就不足为奇了。因此,医学院校在今后的体育教学中应以适应学生个性与职业能力发展为核心,充分发挥教师的主观能动性,根据学生的实际情况和兴趣,合理选择教学内容,尽可能多开设一些学生感兴趣的体育项目,采用多样化的教学手段,培养学生终身锻炼的意识和能力。

表3 影响职工参加体育锻炼的原因

影响原因	人数/人	百分比/%
没有兴趣	32	10
不知道练什么	37	12
场地器材缺乏	87	28
无人指导	18	6
工作繁忙、家庭压力大没有时间	136	44
合计	310	100

2.5 职工对终身体育的看法

调查(见表4)显示,民营医院的部分职工对终身体育的意义和作用认识不足,体育锻炼观念淡薄。在座谈中,一些职工认为自己现在年轻身体好,锻炼不重要、无所谓(分别为18%和6%),超过半数的职工认为终身体育重要(65%)。这反映出民营医院的医护人员虽然工作压力大和家庭负担重,但是职工的终身体育意识较强。

表4 职工对终身体育看法

态度	人数/人	百分比/%
非常重要	34	11%
重要	202	65%
无所谓	18	6%
不重要	56	18%
合计	310	100%

3 结论与建议

据上述调查分析得出如下结论与建议:

(1)安徽省民营医院的医护人员对体育锻炼的态度和目的总体是积极向上的,因诸多因素造成医护人员体育人口偏低,应引起医院和医护人员自身高度重视。医护人员应充分认识体育锻炼的重要性和迫切性,利用工作业余时间,积极投身到强身健体的行列中去。节假日也要合理安排好体育锻炼的次数和时间,制定锻炼计划,并放在醒目位置,以便提示和监督。工作日更要妥善处理好工作与锻炼的矛盾,挤出锻炼时间,采用灵活多样的体育锻炼形式,选择那些对场地、设施要求不高、容易开展的体育运动项目(如散步、慢跑、太极拳等),使职工在有限的时间里达到锻炼身体、增强体质目的。

(2)民营医院在改善患者就医条件的同时,应将职工体育锻炼场所建设纳入到医院发展的总体规则之中,改善职工体育锻炼的场地、器材条件,以满足医护人员体育锻炼的需要。医院领导应充分认识体育在经济、社会发展中的重要地位和作用,全面贯彻、落实《全民健身计划纲要》,从自身做起,强化全民健身和终身体育意识,对医护人员体育人口偏低的现状高度重视,充分意识到医院的未来和发展同职工的健康状况是密不可分的。

(3)加强医院与学校、社区间的合作,利用学校专业的体育资源,邀请在全民健身方面有所研究的体育专业教师定期到医院来举办各种体育专题讲座,宣传、普及科学锻炼身体的知识。传授体育锻炼的技能和方法,提高医护人员体育锻炼的能力。经常组织群体活动和比赛,营造医院的体育文化氛围。通过以上措施,培养医护人员的体育意识和对体育锻炼的兴趣,促进和提高职工体育锻炼的能力,养成终身体育锻炼的习惯。

参考文献

- [1] 张一民,江崇民.国民体质与体育锻炼状况的分析[C].2000年国民体质研究报告,北京:人民体育出版社,2003
- [2] 仇军,高峰.体育人口研究[J].体育科学,1999,6(3):43-45
- [3] 卢元镇.我国体育人口现状分析[C].中国群众体育现状调查与研究.北京:北京体育大学出版社,1997
- [4] 蔡传明,郑旭旭.我国三资企业女职工参与体育锻炼情况的调查研究[J].哈尔滨体育学院学报,2007,(6):10-13
- [5] 殷征辉,王承杰.对职工体育运动开展状况的调研分析[J].内蒙古体育科技,2010,(4)
- [6] 武斌.山东省高校工会开展教职工体育活动现状的调查研究[J].南京体育学院学报:自然科学版,2011,(02)

【作者简介】许恒正(1976—),男,安徽滁州籍,体育硕士,高级讲师,主要从事学校体育教育与运动训练。

安徽省民营医院职工体育锻炼状况调查

作者: [许恒正](#)
作者单位: [滁州城市职业学院, 安徽 滁州 239000](#)
刊名: [中国西部科技](#)
英文刊名: [Science and Technology of West China](#)
年, 卷(期): 2013(5)

参考文献(6条)

1. [张一民;江崇民 国民体质与体育锻炼状况的分析](#) 2003
2. [仇军;高峰 体育人口研究](#) 1999(03)
3. [卢元镇 我国体育人口现状分析](#) 1997
4. [蔡传明;郑旭旭 我国三资企业女职工参与体育锻炼情况的调查研究](#) 2007(06)
5. [殷征辉;王承杰 对职工体育运动开展状况的调研分析](#) 2010(04)
6. [武斌 山东省高校工会开展教职工体育活动现状的调查研究](#) 2011(02)

本文链接: http://d.g.wanfangdata.com.cn/Periodical_zgxbkj201305031.aspx