

中国疾病预防社区护理干预的有效性评价

浙江中医药大学

徐欣欣

导师：楚婷

抽象的

全球人口正在老龄化，患有慢性病的人数不断增加。为了应对这些趋势，社区加强的社会医疗保健实践是一种新的社会处方范式，旨在通过结合社区参与、组织变革和个人层面的实践来提高社区和个人的健康水平。评估中国社区护理干预对心理健康的有效性，重点关注疾病预防策略的护理干预。评估将探讨这些干预措施对心理健康结果、社区参与以及中国医疗保健系统中基于社区的方法的整体有效性的影响。本次调查采用了主题分析方法。使用社会处方镜头对中国以社区为基础的健康老龄化社会保健实践进行了开放式主题研究。

关键词：护理、保健、实践、处方、医疗

第一章：简介

随着中国人口老龄化，中国的医疗保健系统将面临重大挑战。到 2050 年，中国人口将达到 14 亿，其中 65 岁及以上的人口将达到 4 亿，80 岁及以上的人口将达到 1.5 亿。现代公共医疗保健系统已经面临很大压力，而且随着传统家庭照顾的老年人数量减少，这种压力只会进一步恶化。中国政府为实现长寿和健康的预期寿命采取了多项预防措施，包括“健康中国 2030”规划蓝图（Sun et al., 2022）。中国政府建立了全民医疗保险政策，以解决中老年人医疗费用上涨的问题。2019 年至 2030 年的“健康中国行动”计划，促进健康老龄化，旨在提高中国人民的健康水平。促进健康的生活方式、加强社会福利和改善环境都是该计划中包含的非临床行为的例子。

中国政府通过整合老年人护理和医疗保健来促进健康老龄化。以社区为基础的社会医疗保健方法对于促进中国健康老龄化的重要性正在日益增强（Ghiga 等人，2020）。社区药房通常是患者进入医疗保健系统的第一个切入点。他们提供了许多公共卫生服务，但涉及预防和治疗药物滥用、促进健康的饮食和生活方式、减少传染病的危险因素、改善心血管疾病的预防以及帮助戒烟在护理中受到最多的关注。人们对老年人的社区医疗保健以及影响老年人对老年护理的偏好的因素进行了研究。中国通过以社区为基础的社会医疗保健促进健康老龄化。它包括社区职业治疗、适当的饮食计划、社交互动策略和锻炼（Ma, 2020）。

公共卫生治疗师提供广泛的服务，包括帮助戒烟、改善饮食和生活方式，以及预防或治疗心血管疾病、感染、药物滥用和成瘾等疾病。参与社会活动有利于中国老年人的健康老龄化（Liu et al., 2019）。一个人需要个人支持、稳定的住房和积极的社会成员身份才能安享晚年。良好老龄化社会支持的目标包括拥有安全的居住场所和获得必要的资源；

主观社会支持包括经历鼓励 and 接受。对于老年人来说，客观的社会援助比主观的帮助更有效。中国老年人的认知能力因参与社区活动而得到提高。参与社会活动、经济稳定、是否患有慢性疾病以及抚养孙辈的能力是影响中国老年人健康的最重要因素。

不积极参与社区的中国老年人健康老龄化的可能性较小。中国老年人积极的社交生活与更好的认知表现、情景记忆和视觉空间能力有关。志愿服务、加入社交俱乐部和去教堂都是我们所说的“社会参与”的例子。社会支持影响了中国老年人的社会参与、幸福感和心理健康问题之间的关系（Zhao & Wu, 2022）。他们的社交互动也极大地影响了老年人的心理健康。中国农村老年人的身体健康状况和自杀念头是相关的，尽管社会参与调节了这种关系。健康检查的社会决定因素对于中国老年人的良好老龄化非常重要，悲观主义、自我改造、追求完美平衡等传统态度也有影响。

中国老年女性对健身、疾病和预防医学的看法受到这些观念的影响。民族景观、方言封锁、医患公报和医疗保健入口都是该人群潜在的癌症危险因素。由于孤立是老年人抑郁症的一个主要且独立的危险因素，因此，获得后代的支持有利于中国老年人的主观幸福感（Cheng & Yan, 2021）。社区医疗保健实践对于良好老龄化的社会处方非常重要。这些实践涉及共同制定个性化策略，以促进志愿者、社区和社会企业部门患者的健康和福祉。社会医学旨在通过减少患者的孤立感和焦虑感以及帮助遇到家庭或财务困难的患者来提高患者的生活质量。社区发展对社会医学很重要，因为它可以增强社区的凝聚力并改善个人的健康。

社区层面健康和福祉的社会保健护理实践

参与鼓励健康老龄化的社区规划与老年人更高水平的社会参与有关。参与社会活动并投资于社区的老年人可以更好地控制自己的健康并随着年龄的增长独立生活。参加公共

活动，例如加入俱乐部或社团，与降低患痴呆症的风险有关。参与社交活动并维持与家人和朋友的关系对于健康老龄化非常重要（Duppen et al., 2020）。研究表明，保持社会联系并参与对社会有益的活动，例如继续工作、获得新技能、参加文化活动和志愿服务，可以帮助人们在年龄增长时保持健康。筛查社区内的各种健康状况对于帮助人们健康老龄化至关重要。至关重要的是，将系统筛查作为高危人群的优先事项，并通过更准确的评估和适当的治疗进行后续筛查。

此外，必须优先考虑对低风险人群进行系统筛查。社区卫生保健提供者还可以使用健康状况的改变作为筛查标准来鼓励健康筛查。健康教育是帮助老年人健康成熟的最重要方面之一。事实证明，基于社区的健康教育干预措施有助于预防老年人衰弱，鼓励体育锻炼、营养和社会参与，优化营养状况，并降低抑郁、焦虑和压力。应通过健康教育项目教会人们如何更好地照顾自己，如何健康地生活和行为，以及如何获得与健康相关的知识和资源，以保持社区老年人的良好健康。

事实证明，公共卫生方法，例如预防衰弱的社区干预措施，可以帮助老年人以健康的方式变老。广大公众需要认识到健康检查对于老年人以及老年人本身的重要性，才能意识到保持健康的重要性。此外，家庭和社区卫生服务中心的工作人员必须了解如何监测老年人的健康状况。进行营养评估、成为面向老年人的社区俱乐部的成员以及接受如何精确锻炼的指导是老年人护理计划中健康促进的三个最典型的组成部分。

社区环境中健康和福祉的社会处方

社会处方，或社区转介或社会处方，是改善社区成员健康和福祉的综合方法。锻炼小组、艺术治疗和园艺俱乐部是通过这种方法联系起来的非医疗支持服务和社区驱动活动的例子。同样，人们正在转向社会处方来改善他们的健康和社区的健康。了解健康和福祉

受到传统医学范围之外的各种情况的影响是社会处方的基础。社会处方通过关注潜在的社会因素来促进社区健康和福祉。

社会处方可以通过将人们与根据其需求定制的非医疗支持服务和活动联系起来，促进心理和身体健康，增加社会支持，并减少对医疗服务的依赖。社会处方概述了护理从业者与社会处方平台的潜在互动，以增强社区的复原力，社会处方是更广泛的英国 NHS 全民定制护理概念的一个子集（Menhas 等人，2023）。在家访或前往社区诊所期间，社区护士评估患者的心理和社会健康状况。他们帮助确定谁需要医疗护理以外的帮助，并可能从社会处方方法中受益。

社区护士会评估患者的需求和兴趣，然后引导他们参加最合适的社区活动和服务（例如支持小组、健身课程、艺术和手工艺研讨会以及志愿者机会）。社区护士与其他医疗团队成员合作制定个性化的患者治疗计划。社区护士对患者进行随访，以便评估社会处方方法的有效性。为了确保治疗计划仍然有用且是最新的，他们向患者、患者家属和其他医务人员提供意见。

患者及其亲人只需聆听这些专业人士的说法，就可以从社区护士那里学到很多关于如何过上更健康、更积极的生活的知识。为了提供社会处方服务并保证患者获得各种资源和帮助，社区护士与当地组织、服务提供者和社区团体建立并维持合作伙伴关系。社会处方实践将医疗保健移出传统的专业环境，并关注社会环境如何影响个人的健康。健康老龄化查房包括与健康老年人导师的一对一对话。在这些对话中，参与者练习评估、访谈以及社会支持和体育活动咨询。

实际评估的问题

传统的考试方法和考核指标主要以终端单一操作考试为主，注重技能记忆，忽视综合能力和过程考核。评价标准过分强调具体细节，突出程序的正确性。实践质量、教师教学质量、学生学习效果主要通过期末考试当天学生的操作成绩来衡量。但必须完善科学的考试方法和评价体系，考核学生的知识、技能、行为、态度、能力。这就造成学生学习护理操作技能时机械模仿、死记硬背、无法融会贯通。进入诊所后，他们需要帮助灵活运用所学到的护理技能为患者解决实际问题。

第二章：背景研究

中国人口众多，社区护理服务需求频繁激增。中国的私立医疗机构提供最好的治疗，但并非所有生活在中国的近 20 亿人都能负担得起。经济和后勤问题是最常见的原因。最近，培训护士从事社区卫生工作很少受到关注。从 20 世纪 50 年代到 1980 年代，当中华人民共和国新领导层将临床护理置于大学护理教育之上时，问题就变得显而易见了（Roland & Hui, 2019）。20 世纪 90 年代，中国护理协会推动成立一个委员会来解决社区健康问题，标志着中国护理干预的开始。为了满足国家的社区护理需求，中华人民共和国国家卫生健康委员会（NHC）于 1996 年成立。国家在解决社区护理方面的努力随后归功于该委员会。

国家卫健委解决中国社区护理问题的最初举措是制定“一中心六功能”计划。该模式围绕的国民健康六大支柱是：计划生育、健康教育、康复、基本医疗保健、医疗预防。1997 年，国家对计划生育服务的需求比现在小得多。尽管如此，过去 20 年来，大多数人都同意计划生育服务应在全国范围内推广。深圳、广州、上海和北京是中国一些最著名的社区护理中心的所在地。除了计划生育一直试图解决的人口增长问题外，健康教育也是中国的一个主要问题，这主要是因为技术和现代生活方式对人们福祉的影响越来越大。

由于环境健康风险和隐性基因重组等变量，中国的千禧一代比前几代人更容易生病。许多社区护理专家在中国工作。王表示，到年底，中国几乎所有城市居民都可以获得社区医疗服务（Li et al., 2021）。

目前，中国有超过 33,000 个社区护理中心，主要分布在大城市地区。NHC 25 年成功的一个关键因素是为中国更多的农村地区提供比医院更多的医疗服务。免费向公众提供社区护理服务，让更多的中国人能够接受专科专家的治疗，甚至在大医院之外看妇科、儿科医生等专家。1997 年以来，我国社区护理培训力度明显加大，政府加大了人口管理力度，全体中国人民的健康得到了极大保障。2000 年，社区卫健委发布了《护士培训大纲》，社区护士培训项目以此为基准，保证了高质量的医疗服务（Wang 等，2019）。

中国的社区护理项目已得到很大改进和现代化。大约五十年前，社区护理人员的培训更加宽松。政府优先考虑建立由特定组织雇用所有护士的医疗保健系统；国家不断增长的医疗保健需求与自治社区护理组织的日益普及之间存在相关性。大多数中国公民获得医疗保健的机会的改善很大程度上归功于培训机构和社区护理中心的激增。国家卫生健康委员会对于中国临床和社区护理实践的持续进步至关重要。除此之外，您几乎可以在任何社区中心找到传统中医 (TCM)。它使用草药提取物、按摩（推拿）、锻炼（气功）、本土饮食疗法和专家针灸治疗来帮助病人。

老年人参与社区健康筛查的程度取决于变量，包括他们对自己身心健康的看法以及自评的健康水平，这是中国非常感兴趣的一个话题。然而，比较和对比各种方法的研究很少。应彻底检查中国中老年人的医疗服务和费用，以确定不同社会医疗保健计划和变量的影响（Fan et al., 2020）。借助大数据和机器学习，也许可以找出影响老年人健康和幸福

的因素。正在考虑的另一个促进老年人护理长期可行性的策略是在这些计划中纳入强有力的监管框架。

中国最近才发现，以社区为中心的社会医疗保健项目可能会促进健康老龄化。医疗保健领域的一个日益增长的趋势是非医疗社会处方的理念，其目的是通过将人们与可能增强其健康和福祉的社区服务联系起来，解决健康的社会经济决定因素。中国 40 个地方组织已联合发起一项社区主导的社会处方倡议（Lord, 2023）。许多努力和研究都集中在通过社区团体满足老年人的社会心理需求并增强他们的心理健康。最初的概念是将初级保健社区卫生设施整合到更大的卫生系统基础设施中，以在年度检查期间评估老年人与健康相关的社会需求。

更广泛的心理健康支持团队成员，包括社会工作者和社区卫生专家，发挥了链接工作者的作用，帮助个人根据自己的独特需求找到最合适的社区资源。这就是为什么用“综合评价小组”而不是“环节人员”这个词；这更好地反映了不止一种职业负责协调社会和医疗服务的现实。随后，发布了扩大社会处方的建议，并且这一计划得到了中国老年精神病学学会的认可。不幸的是，关于中国鼓励良好老龄化的非临床社区社会医疗保健活动的实用性和有效性的数据缺乏，特别是从社会处方的角度来看。

本研究将通过社会处方的棱镜分析基于 Chianalyzcommunity 的社会医疗保健体系，以促进公民的健康老龄化。更好地了解基于社会处方的社区医疗保健实践的有效性是本研究帮助改善老年人生活质量的另一种方式。

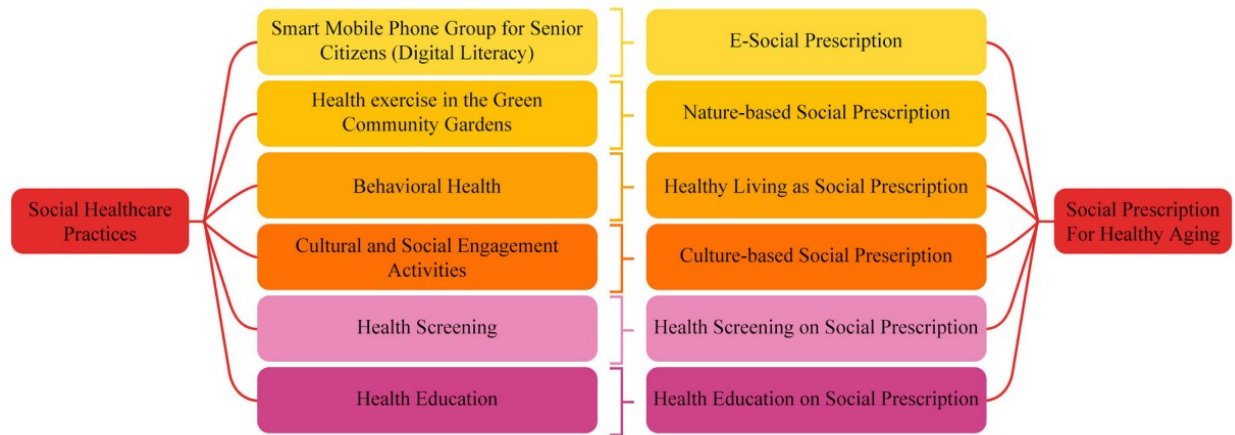


图 1: 社会处方

社区卫生保健学习的收获与感受

社区护理是任何人都可以追求的有益职业道路。医疗保健本质上涉及牺牲每个人的护理，无论他们的社会经济状况或支付能力如何。我的社区护理培训深刻地改变了我的生活。参观社区护理中心可以帮助人们正确看待服务不足的人群的困境。与人们对医院的期望相比，许多中心需要更合适的设备，并且提供的护理质量要差得多。重症监护病房、药品、床位和急救用品严重短缺。

可悲的是，那些需要医疗护理和其他援助的人仍在痛苦地等待。许多人觉得到达这些设施后需要去其他地方转转。我为他们感到难过，因为我听了他们所有的故事。社区护士的工作经常使他们面临独特的健康问题。由于医务人员短缺，该机构缺乏必要的部门和其他机构基础设施来妥善隔离和护理患者。

研究的目的是和贡献

据研究人员所知，关于这一主题的研究很少。鉴于中国人口老龄化和慢性病发病率上升，这项研究大大丰富了我们社区医疗保健实践的了解。本研究以心理健康和疾病预防为重

点，通过全面评估评估社区护理治疗的效果。历史背景揭示了社区护理在中国的发展历程，国家卫生健康委员会 (NHC) 及其项目是 20 世纪 90 年代以来这一变化的推动力。该研究强调了国家卫生健康委员会如何成功地将医疗保健带到农村地区、如何实现社区护理现代化以及如何改进培训计划。将中医融入社区中心是综合医疗保健战略的一个典型例子。该研究还建议使用机器学习和大数据来充分了解老年人如何参与健康筛查。此外，该研究还深入探讨了非医疗社会处方的新理念，并探讨了它如何帮助解决健康的社会经济决定因素。一个值得注意的进步是建立一个“综合评估小组”，以帮助整合患者护理的社会和医疗组成部分。总之，通过主题分析和社会处方视角的应用所表现出的方法论严谨性增强了该研究的可信度。该研究提供的见解有助于改善中国医疗保健系统的生活质量，特别是老年人的生活质量。

第三章：方法论

本研究采用了主题分析，这是布劳恩和克拉克首先提出的方法。利用社会处方透镜对中国社区社会医疗保健实践中的健康老龄化进行开放式研究。中国浙江省义乌市的研究人员参与了这项研究（Liu et al., 2022）。

研究参与者

为特定目的选择样本是定性研究的标准程序。研究人员通过微信和短信联系“综合评估小组”。Grindspun 等人。(2022) 报道称，中国的 40 个社区合作伙伴参与了实施社会处方的基层努力。社区计划主要针对老年人的社会心理和心理健康需求。起初，这个想法是更广泛的卫生系统基础设施的一部分，社区的初级保健卫生中心在老年人的年度检查期间筛查老年人的社会健康需求。由社区卫生工作者、社会工作者和心理健康专家组成的团队充当了联系人员。

使用术语“综合评估团队”而不是“链接工作人员”承认医疗保健专业人员的多样化技能，他们弥合了患者护理的社会和医疗方面之间的差距。中国老年精神病学学会提出了更大规模实施社会处方的建议，并表示支持扩大项目范围的想法（Vidovic 等，2021）。此外，进行完整评估的团队还有共同开发的培训计划。该课程可以有效筛选社会心理需求并适当转介社区服务。

健康促进和疾病预防是中国国家战略的重要组成部分，并通过《健康中国 2030 行动计划》予以落实。倡导社会处方至关重要，尽管它不仅对老年人具有社会和卫生系统的好处。图 2 显示了用于选择 24 名“综合评估小组成员 (CETM)”样本的有目的选择过程的结果。

Participants	Age (years)	Education	Gender	Working experience (Years)	Work station name
CETM 1	29	Master	M	4	Jiangbin Community
CETM 2	30	Graduate	F	5	Shengli Community
CETM 3	27	Bachelor	F	3	Linjiang Community
CETM 4	28	Bachelor	F	3	Jimingshan Community
CETM 5	31	Master	F	5	Dongzhou Community
CETM 6	32	Bachelor	M	3	Taxiazhou Community
CETM 7	26	Graduate	F	3	Wanghu Community
CETM 8	29	Master	M	4	Tonghui Community
CETM 9	28	Master	F	3	Xiuhu Community
CETM 10	33	Master	M	3	Wuai Community
CETM 11	30	Graduate	F	4	Xuefeng Community
CETM 12	28	Master	M	4	Jiangnan Community
CETM 13	35	Master	M	6	Yinyuan Community
CETM 14	27	Master	M	3	Xiaozi Temple Community
CETM 15	34	Graduate	F	5	Fenghuang Community
CETM 16	25	Bachelor	F	3	Jindu Community
CETM 17	29	Master	F	4	Liming Community
CETM 18	31	Graduate	F	5	Xiangxi Community
CETM 19	26	Master	M	4	Songmenli Community
CETM 20	37	Graduate	M	6	Shangbo Community
CETM 21	36	Graduate	F	5	Panxi Community
CETM 22	39	Graduate	F	7	Binwang Community
CETM 23	38	Graduate	F	7	Liuci Community
CETM 24	37	Graduate	M	8	Jianshe Community

图 2：参与者（Menhas 等人，2023）。

数据采集仪器

本次调查使用了采访指南来收集数据。鼓励参与者在访谈指南中使用开放式问题详细阐述该研究的中心研究问题。这些研究试图确定并理解如何在社会处方范式下对社会医疗保健实践进行分类。本采访指南是采用巴顿方法编写的。使用这种方法的访谈员严格遵守脚本中问题的措辞和顺序（Abiso 等人，2021）。由于受访者有更多时间详细阐述他们的答案，因此定性方法仍然优于定量方法。这种定性访谈是最有效和最系统的，因为它有助于最大限度地减少偏见。

数据采集

采用有目的的抽样技术采访了“综合评估小组”的社区成员。对于希望最大限度地利用有限资源的定性研究人员来说，有目的的抽样是一种标准工具。从统计上来说，它需要挑选更有可能拥有有关该主题的相关信息的实例。我们采用了混合策略，考虑了他们的日程安排和偏好，亲自和远程与每个人会面。在向参与者解释研究目的后，他们在访谈前表示同意。

第四章：结果

根据门哈斯等人的说法。（2023），中国浙江省的社会关怀实践通常涉及将老年人与当地志愿者和社区机构联系起来，为他们提供心理治疗，并提供生活方式帮助。此外，照顾老年人的过程有助于解决导致人类疾病的社会和心理问题。作为社会处方的一部分，我们研究了促进良好老龄化的社区级社会医疗保健实践。在社会处方范式下，彻底审查小组的每位成员都详细介绍了社区社会医疗保健实践。参与休闲活动，例如体育和文化活动、家庭护理帮助和儿童保育服务，是社区护理的三个主要组成部分。

为了吸引和留住服务提供商，联邦政府经常宣布新的立法举措，以提高老年护理行业的能力。浙江省政府已开始在特定地点试点评估程序，以确定旨在帮助该省老年人的多项项目和服务的有效性（Aierken 等，2022）。提供健康教育、指导和促进的社区健康支持计划也可以帮助老年人。地方政府正在要求制定老年人护理政策计划，建设老年教育和娱乐中心，以促进健康老龄化。作为以社区为基础的社会和医疗保健体系的一部分，中国一直在改善老年人综合护理的可及性。慢性病预防和控制、扩大的卫生服务以及合格的卫生人力都是以社区为基础的综合社会和卫生保健系统的组成部分。

除了医疗保健之外，社区还经常提供非医疗服务，例如社会保障福利、志愿者机会、联谊活动、培训以及学习和锻炼空间。除了提供医疗保健机会的医疗、行为和社会方面的生活之外，许多其他因素也有助于幸福。养成良好的习惯对于长期或慢性身心健康状况不佳的人尤其重要。对社会处方的一种描述是“一种透明、一致和基于团队的方法，医疗保健提供者与接受服务的个人合作，识别、评估和选择适当的社区资源”（Consta 等

人，2021）。为了减轻全科医生 (GP) 的负担并解决英国民众普遍存在的抑郁症和孤独感问题，英国国家医疗服务体系 (NHS) 于 2016 年启动了一项“社会处方”计划。

“社会处方”是指将人们与不直接解决医疗问题的社区计划联系起来；这不仅仅是开药方。由于社区对健康和保健的潜在影响，“社会处方”的想法应运而生。社会处方为个人提供了与医疗保健无关的各种选择。根据 Apaez (2019) 的说法，社会处方是一种关注患者及其价值观的心理方法。其目标是帮助人们识别当前状况的负面社会驱动因素，解决这些问题，然后共同寻找解决方案。为了改善整体健康，提高生活质量，在适当的情况下提高意识，并减少个人在社会中的脆弱性，SP 的特点是“将客户转介到非临床服务的途径；将客户与社区支持联系起来”。

在电脑和移动应用程序的帮助下，许多人可以在一个年龄段获得更少健康问题的更好的生活方式。政府知道技术进步有可能简化家庭护理，因此支持创新的数字技术

(Kelly 等人，2020)。虚拟护理系统、联络中心、监控、机器人等都是老年人使用的。有需要的中国老年居民可以获得社区服务，但他们更喜欢在家接受护理。过去十年，中国政府在开发智能家居护理技术方面投入了大量资金，以应对医疗保健日益增长的政策相关性。社交媒体应用程序使用消息传递、共享、协作、发布和连接等工具，利用 Web 和 Web 2.0 技术将各种在线社区中的用户聚集在一起，以创建和交换内容。我们的研究表明，中国老年人已经在当地的微信和 QQ 等流行平台上建立了电话群组。

远程护理服务、数字素养、社交联系、电子学习、健康和健身追踪器（健康监测和管理）建议以及在线医疗是这些团体的目标。“电子社会处方”这一总称包括支持健康老龄化的重要社区级举措。建议“十二五”、“十三五”规划建立呼叫服务平台和虚拟护理系统。自动化、人工智能、云计算等新兴数字技术正在快速发展。联邦政府在 2017 年发布了两

份文件：《智慧健康和养老产业发展行动计划（2017-2020 年）》和《积极鼓励互联网+活动的指导意见》（2015 年）。加入专注于家庭健康和社区服务的物联网行业。

随着物联网、云计算、大数据、信息的出现，第四次工业革命已经开始，养老服务随之增长。智能家居技术是帮助推进居家养老的新技术之一，它可以帮助老年人解决各种问题，包括独立、安全、医疗保健和陪伴（Tural et al., 2021）。老年护理智能家居的使命是以实惠的价格提供一系列服务。许多中国人使用微信应用程序相互交谈。“高血压管理群”的成员是通过微信应用程序进行高血压管理的人。由此促成了“康康盛世”公众形象的建立。这个微信群的成员（其中许多是家庭医生）每天都会提交有关高血压以及如何避免高血压的新文章和视频。社交消息群组的目的是鼓励成员相互沟通、分享感受并相互支持。

鼓励老年人参加社会活动、奉献时间并从事经济活动，例如创业。人们经常强调体育锻炼对老年人的重要性。超过一半的时间，65 岁及以上的人应该四处走动。根据我们的研究，CETM 倡导以自然和文化为重点的社区级健康老龄化计划，以加强社会联系（Tural 等，2021）。作为更广泛的社会处方趋势的一个子集，该趋势主张使用额外的行为作为有效且通常低成本的疗法（例如锻炼、社交和家居装修），使用自然作为疗法正变得越来越流行。生活在促进获得水的地区或“蓝色空间”也可能对居民的心理健康产生积极影响。

生活在大自然附近、参加户外活动以及建立有意义的联系都与更好的心理健康有关。我们的研究表明，CETM 倡导涉及自然的户外活动，例如园艺、湿地公园、绿色社区和公园的太极拳和气功。文化规定下的社交活动包括集体郊游、游戏、手工、音乐、舞蹈

和告白。为了改善人类健康和福祉，“蓝色空间”是指“所有可见的、室外的、自然地表水域”。蓝色空间的例子包括沿海地区、河流和溪流。

社交处方不是瓶装药片或泡罩包装，而是一种帮助您与邻居互动的建议。寻求健康和保健方面的建议和支持以及参与艺术、教育、体育、阅读或志愿服务等公共活动都是在社会处方下建议的。根据 Shrestha 等人的说法。(2023)，医疗专业人员和政策制定者越来越倾向于通过将传统药物与基于自然的治疗（NBI）相结合来满足对心理健康服务日益增长的需求。越来越多的证据表明，花时间接触大自然可能会减轻精神疾病的症状。与绿色空间相比，蓝色空间（定义为主要由水组成的景观）对增强心理健康指标具有更显著的影响。

社会处方作为帮助患者解决导致其健康状况不佳的潜在行为和社会因素的一种手段越来越受欢迎。为了中国老年人的健康老龄化，所有研究参与者都强调社会处方下的健康行为和健康意识的必要性。医疗专业人员、社会学家、附属医生、非营利组织工作人员和委员会成员对社会处方的承诺程度显著提高。正因为如此，医生说服更多的患者养成更健康的习惯。它采用以价值观和患者为中心的心理方法来帮助个人识别其当前状况的负面社会驱动因素，共同努力解决这些问题，并制定解决这些问题的计划。为了改善整体健康，提高生活质量，在适当的情况下提高意识，并减少个人在社会中的脆弱性，SP 是“将客户转介至非临床服务的途径；将客户与社区支持联系起来”。

音乐疗法和舞蹈疗法是帮助中国人健康老龄化的其他有效护理干预形式。许多人错误地认为这些治疗可以增强认知能力和心理健康。唐等人。(2022) 发现，为老年人提供社区支持和娱乐机会可以减少抑郁和焦虑等心理健康问题的发生率，并改善大脑功能。健康服务、医疗援助和日常生活往往有助于影响老年人有效思考的能力。抑郁和焦虑等负面情

绪与大脑功能下降有关。社区护理是指为老年人提供住在自己家中的选择，同时仍然接受日托服务（例如探访服务或日托中心）的日益增长的趋势。作为离开家的替代方案，家庭成员可以定期帮助遵循这一策略的老年人。

艺术治疗增强了中国患者的心理和情绪健康。在精神分裂症患者的团体艺术治疗中使用中国传统项目可以改善他们的社会功能，增强他们的信心，并减少他们在这些领域的挑战，所有这些都有助于提高生活质量（Tong et al., 2021）。社会参与是积极生活的重要组成部分，可以帮助老年人保持或改善健康。改善老年人的生活质量对于他们持续的健康、幸福和社会联系非常重要。积极老龄化的组成部分之一是参与社会活动。参与社区活动由人和团体进行互动和交流是一种积极的活动。提高医疗保健意识是改善老年人健康的重要一步，因为老年人经常患有多种慢性病（Wu, 2020）。

与收容机构中的老年人相比，居住在社区中的老年人表现出更多成功老龄化的迹象，例如更大的独立性、对健康信息的更大需求以及充分利用参与、健康和安全机会的愿望提高他们的生活质量。所有调查参与者都提到了针对老年人的社区级健康筛查活动。根据 Bonaccorsi 等人的说法。（2020），健康检查是传统健康老龄化方法的创新部分。针对中国人口老龄化，将社会服务与医疗服务结合起来是一个新颖的想法。据张等人介绍。2023 年，国务院自 2013 年起发布了《关于加快发展老年护理业的若干意见》，其中提出将更广泛的医疗服务作为传统老年护理的一部分，并建立繁荣的养老体系护理服务板块中文名为“益阳接和”。

第五章：影响

理论意义

调查结果有多种理论影响。“社会处方”与社会医学的核心原则是一致的。根据该提案，中国的医疗保健提供者应超越传统医疗，采用更全面的方法来改善人民和社区的整体健康。调查结果强调需要采取社区层面的举措来改善健康和福祉。它强调医疗并不是唯一重要的事情；社会资本、体育活动和社区生活质量同样重要（Ehsan 等，2021）。医疗保健提供者和社区团体必须共同努力实施社会处方，强调跨学科团队的重要性。研究表明，如果医疗保健服务要与社区资源成功连接，应优先考虑跨学科合作。

社会和应用影响

这些影响涵盖了对个人、群体和世界的影响。卫生组织和社区团体应共同努力制定和实施社会处方倡议。试图改善健康的人们应该通过这些计划获得各种非医疗疗法，例如锻炼计划和社交活动。为了有效地实施非药物治疗并帮助患者与适当的社区资源建立联系，医疗保健提供者必须接受广泛的培训（Omer，2022）。医学教育和持续的专业发展必须纳入这种培训。系统实施社会处方的一种可能模式是将其纳入初级保健网络组织。

政策影响

研究结果强调需要修改立法，以便更容易地将社会处方纳入医疗保健。这要求转向渐进式合并，重点关注初级保健网络组织。如果政策制定者考虑制定标准、启动培训计划和建立支持系统，医疗保健提供者可以更好地开具和监督非医疗疗法。此外，在分配任何资金或资源之前，必须承认社会处方是一种有效的医疗保健方法。

第六章：未来的学习

根据该研究的结果，社会处方可以改善社区健康和福祉，这可能会导致中国采取更全面的医疗保健方法。声明指出，需要进一步研究和制定政策，充分发挥这一战略的优势，建立一体化的医疗卫生体系。如果您对中国的社会处方感兴趣，这本书是一个很好的起点。另一方面，它引起了人们对进一步研究的几个有希望的方向的关注。

有效性评估

应彻底研究社会处方建议的众多非药物疗法，以确定其有效性（Garside 等，2020）。这将帮助我们更深入地了解什么对我们的健康和保健真正重要。

长期健康成果

检查使用非药物疗法对健康造成的长期影响。这可能意味着随着时间的推移观察人们的整体健康状况是否更好，以及定期锻炼是否会降低医疗费用。

社会处方中的技术整合

技术的使用，尤其是数字健康解决方案，在医疗保健行业正在不断增加。技术在提高社会处方治疗的可及性和提供方面可能具有的优势可能是未来研究工作的主题。

研究局限性

由于这些限制，在仔细评估研究结论的同时评估研究的局限性非常重要。当研究人员使用有目的的抽样策略从“综合评估小组”中招募参与者进行研究时，他们可能会在样本选择过程中增加偏差。由于这种偏见，研究结果可能不适用于其他医疗保健提供者或在该地区有经济利益的个人。此外，该研究以中国浙江省义乌市为重点，可能会限制该研究的地理范围，使其不太适用于具有不同医疗体系的其他国家或地区（Wang et al., 2019）。

数据可用性声明

出于道德考虑，用于编写本手稿的数据集不被公开。请联系相关作者以访问数据集。

道德声明

根据徐等人的说法。（2021），人体受试者研究获得浙江大学医学院附属第四医院人体研究伦理委员会授权。研究过程中考虑了所有相关的当地法律和机构法规。所有参与本研究的个人都明确书面许可这样做。

结论

在中国，社会处方（包括非医疗措施的推荐）可以改善社区健康和福祉。在中国，社会医学侧重于改善社区生活、帮助个人建立社会资本以及让人们行动起来（Chen et al., 2019）。转介社区社会活动在卫生从业人员中很常见，以增强患者的健康和福祉。中国的医疗保健提供者经常向患者推荐非医疗生活方式的改变，以改善健康和福祉，这在社区层面被称为“社会处方”。体育锻炼计划、社交聚会和自然环境中的郊游都是此类治疗的例子。

社会规定的道德必要性现在澄清了必须对这个问题采取一些措施。良好老龄化的社会处方包括提高老年人健康和舒适度的非医疗措施。其既定目标是提高老年人的生活水平。参与社区活动是良好老龄化社会处方的一部分（Dev 等，2020）。它还表明，从事社会和医疗保健工作的人们现在有新的责任，通过充当政府机构和邻里团体之间的纽带，帮助患有不同类型健康问题的人参与社区活动。组成初级保健网络的组织将成为逐步推出社会处方政策的主要目标。

参考

- 阿比索, K. (2021)。为商业研究人员进行和设计定性调查的案例研究方法。美国非洲多学科研究杂志, 1(1), 1-12。
- 艾尔肯, A., 丁 X., 潘 Y., 陈 Y., & 李 Y. (2022)。中国农村地区老年人社区资源依赖与社会支持的关系: 一项横断面研究。BMC 老年病学, 22(1), 589。
- 阿佩兹, LM (2019)。第一代拉丁裔女性生活在矛盾中的经历。加州州立大学长滩分校。
- Bonaccorsi, G.、Manzi, F.、Del Riccio, M.、Setola, N.、Naldi, E.、Milani, C., ... & Lorini, C. (2020)。建筑环境和社区对促进老年人体育活动和健康老龄化的影响: 总体审查。国际环境研究与公共卫生杂志, 17(17), 6127。
- Campbell, KA、Orr, E.、Durepos, P.、Nguyen, L.、Li, L.、Whitmore, C.... 和 Jack, SM (2021)。应用定性健康研究的反思性主题分析。定性报告, 26(6), 2011-2028。
- 陈 WL、张 CG、崔 ZY、王 JY、赵 J.、王 JW、... 和 Yu JM (2019)。社会资本对中国身体活动和营养的影响: 健康素养的中介作用。BMC 公共卫生, 19, 1-10。
- Cheng, G., & Yan, Y. (2021)。中国老年人主观幸福感的社会人口学、健康相关和社会预测因素: 一项基于社区的全国队列研究。BMC 老年病学, 21(1), 1-13。
- Dev, R.、Zaslavsky, O.、Cochrane, B.、Eagen, T. 和 Woods, NF (2020)。社区从业者视角下的健康老龄化: 焦点小组研究。BMC 老年病学, 20(1), 1-10。
- Duppen, D.、Lambotte, D.、Dury, S.、Smetcoren, AS、Pan, H. 和 De Donder, L. (2020)。体弱老年人日常生活中的社会参与: 参与类型和影响因素。老年学杂志: B 系列, 75(9), 2062-2071。

- Ehsan, A. 、Sommet, N. 、Morselli, D. 和 Spini, D. (2021)。协作能力、社会资本和心理健康：基于社区的老年人干预措施的横断面分析。社区与应用社会心理学杂志, 31(1), 53-67。
- 范刚、邓志、吴 X、王 Y. (2020)。中国中老年人医疗保险与健康服务利用中的健康公平：分位数回归方法。BMC 卫生服务研究, 20, 1-12。
- Garside, R. 、Orr, N. 、Short, R. 、Lovell, B. 、Husk, K. 、McEachan, R....和 Ainsworth, H. (2020)。治疗性质：英国针对诊断出的心理健康状况的基于自然的社会处方。DEFRA 最终报告。
- Ghiga, I. 、Pitchforth, E. 、Lepetit, L. 、Miani, C. 、Ali, GC 和 Meads, C. (2020)。中高收入国家基于社区的社会创新对健康老龄化的有效性：系统评价。卫生服务研究与政策杂志, 25(3), 202-210。
- Grinspun, D. 、Wallace, K. 、Li, SA 、McNeill, S. 、Squires, JE 、Bujalance, J., ... & 赵, J. (2022)。在知识吸收和可持续性背景下探索社会运动概念和行动：概念分析。国际护理科学杂志, 9(4), 411-421。
- Kelly, JT 、Campbell, KL 、Gong, E. 和 Scuffham, P. (2020)。物联网：对医疗保健服务的影响和影响。医学互联网研究杂志, 22(11), e20135。
- 李德、翟胜、张静、杨静、王晓 (2021)。评估新型合作医疗模式下中国农民工医疗服务利用中与收入相关的不平等：多层次方法。国际环境研究与公共卫生杂志, 18(20), 10851。
- 刘成、舒瑞、梁 H. 和梁 Y. (2022)。义乌市（中国浙江省）公共长期护理保险索赔人的多重疾病模式和致残过程。国际环境研究与公共卫生杂志, 19(2), 645。

刘 J.、Rozelle, S.、徐 Q.、于 N. 和周 T. (2019)。中国的社会参与和老年人健康：来自中国健康与退休纵向调查（CHARLS）的证据。国际环境研究与公共卫生杂志，16(2), 278。

主，MM (2023)。社区主导的实施框架，以促进与边缘化社区的互惠连续信任（博士论文，威斯康星医学院）。

马云（2020）。中国的社会设计：以社区为基础的综合养老服务设施设计。

Menhas, R.、Yang, L. 和 Nisar, RD (2023)。中国以社区为基础的健康老龄化社会医疗实践：社会处方视角分析。公共卫生前沿，11。

奥马尔，联合国（2022）。评估英国非医疗处方项目的课程及其在培养高水平独立处方者方面的作用（博士论文，赫尔约克医学院）。

Roland, G., & Hui, F. 2019 年中国和毛里求斯社区护理实践比较。

Shrestha, T.、Chi, CVY、Cassarino, M.、Foley, S. 和 Di Blasi, Z. (2023)。影响旨在改善心理健康和福祉的基于自然的干预措施（NBI）有效性的因素：伞式审查协议。Plos 一，18(7), e0273139。

孙 Q.、于 D.、范 J.、于 C.、郭 Y.、裴 P.、...和李 L. (2022)。中国人群 30 岁时的健康生活方式和预期寿命：一项观察性研究。《柳叶刀》公共卫生，7(12), e994-e1004。

Tang, JP、Liu, T.、Lu, S.、Sing, CY、Sze, LC、Lum, TY 和 Tse, S. (2022)。“这是最深层次的陪伴”：支持社区居住的患有抑郁症的老年人的同侪经验——一项定性研究。BMC 老年病学，22(1), 443。

- 童建、于伟、范 X、孙 X、张 J、张 J和张 T. (2021)。使用中国传统材料的团体艺术治疗对精神分裂症患者的自我效能和社会功能的影响。心理学前沿, 11, 571124。
- Tural, E.、Lu, D. 和 Austin Cole, D. (2021)。安全、积极地居家养老: 老年人对智能家居技术的态度和意图。老年学与老年医学, 7, 23337214211017340。
- Vidovic, D.、Reinhardt, GY 和 Hammerton, C. (2021)。社会处方能否促进个人和社区的福祉? 对证据的系统审查。国际环境研究与公共卫生杂志, 18(10), 5276。
- 王 Q.、Cheong, KC 和 Li, R. (2019)。中国城市发展与国际化: 泉州、义乌、南宁。施普林格自然。
- 王 S.、陈 W.、杜 Y. (2019)。改进中国广州市社区护理培训项目的课程。公共卫生护理, 36(1), 70-78。
- 吴 B. (2020)。COVID-19 背景下老年人的社会孤立和孤独: 一项全球挑战。全球卫生研究和政策, 5(1), 27。
- 徐 X., 蒋 W., 陈 L., 徐 Z., 张 Q., 朱 M., ...和李 L. (2021)。评估人经血间充质基质细胞治疗重症和危重症 COVID-19 患者的安全性和有效性: 一项探索性临床试验。临床和转化医学, 11(2), e297。
- 张文、何 X、刘 Z. (2023)。影响老年人住宅综合健康和社会护理客户体验的因素和机制: 中国机构环境中的定性模型。国际环境研究与公共卫生杂志, 20(5), 4638。
- 赵 L. 和吴 L. (2022)。中国老年人社会参与与孤独感随时间变化的关系——社会支持的中介作用 国际环境研究与公共卫生杂志, 19(2), 815。