

发迟发性低钠血症的危险因素[J]. 中国临床神经外科杂志, 2022, 27(5): 357-359.

[3] 颅咽管瘤治疗专家共识编写委员会, 中华医学会神经外科学分会小儿神经外科学组. 颅咽管瘤围手术期管理中中国专家共识(2017)[J]. 中华医学杂志, 2018, 98(1): 5-10.

[4] 贾丽娜, 王 峥, 王宇帆, 等. 医护一体化全程管理对口腔鳞癌病人的影响[J]. 护理实践与研究, 2022, 19(13): 2009-2014.

[5] Herrel LA, Kaufman SR, Yan P, *et al.* Health care integration and quality among men with prostate cancer [J]. J Urol, 2017, 197(1): 55-60.

[6] 李一枯, 倪启超, 陆丽华, 等. 基于智慧医疗系统的医护患一体化管理模式在预防乳腺癌术后淋巴水肿中的应用[J]. 中国实用护理杂志, 2021, 37(10): 768-774.

[7] 黄 涛, 王 宝, 田启龙, 等. 儿童颅咽管瘤术后水电解质紊乱的管理方案[J]. 中国临床神经外科杂志, 2022, 27(5): 360-362.

[8] 曹丽君, 黄丽华, 蒋建萍, 等. 医护患共同决策方案在房颤病人预防脑卒中中的应用[J]. 中华护理杂志, 2022, 57(7): 779-784.

[9] Scholl I, Hahlweg P, Lindig A, *et al.* Evaluation of a program for routine implementation of shared decision-making in cancer care: study protocol of a stepped wedge cluster randomized trial [J]. Implement Sci, 2018, 13(1): 51.

[10] 赵 连, 夏莉莉. 医护患协同模式结合心理疏导在老年冠心病病人中的应用价值[J]. 临床医学工程, 2021, 28(12): 1689-1690.

[11] 万艳慧, 纪祥军, 张爱琴, 等. 基于奥马哈系统的垂体瘤病人延续护理[J]. 东南国防医药, 2018, 20(3): 295-298.

(2023-04-21 收稿, 2023-05-16 修回)



多媒体教学联合翻转课堂在高原驻训官兵训练伤防治健康教育中的应用

肖馨雨 彭叶叶 连俊红 陈 诚 马 俊

【摘要】目的 探讨多媒体教学联合翻转课堂在高原驻训官兵训练伤防治健康教育中的应用效果。**方法** 选取赴高原驻训的某陆军部队, 抽取 240 名官兵作为研究对象并将其随机分为对照组($n=120$)和观察组($n=120$)。对照组采取常规线下授课模式进行军事训练伤相关知识培训学习, 观察组采用多媒体教学联合翻转课堂的模式进行培训。**结果** 培训后, 两组理论考核成绩、腰痛认知水平均明显提高($P<0.05$), 而且观察组明显优于对照组($P<0.05$)。**结论** 军事训练伤是影响官兵健康、削弱军队战斗力的重要因素, 采用多媒体教学联合翻转课堂对高原驻训官兵进行训练伤防治知识的健康教育可以提高受训官兵的学习积极性、增进其自主思考能力, 从而有效提握所学知识的掌握水平, 强化相关疾病的健康防治意识。

【关键词】 军事训练伤; 高原驻训; 多媒体宣教; 翻转课堂; 训练伤防治

【文章编号】 1009-153X(2023)06-0408-03 **【文献标志码】** B **【中国图书资料分类号】** R 82; R 473.6

军事训练伤是影响部队战斗力的重要因素, 一直是军队医学研究的热点和重点^[1-2]。研究表明行之有效的健康教育对军事训练伤的防治有着积极作用^[3-5]。随着移动互联网的普遍应用, 基于网络平台的短视频、微课等多媒体应用越来越广泛。翻转课堂强化受训者的自我学习意识和能力, 弱化施教者在学习过程中的主导地位, 从而提高受训者的学习积

极性和独立思考力^[6,7]。本文对比分析多媒体教学联合翻转课堂与常规线下授课宣讲两种方式对高原驻训官兵训练伤知识培训的效果。

1 资料与方法

1.1 研究对象 选取赴高原驻训陆军某部部分官兵作为研究对象, 分别从中随机抽取 240 名官兵作为研究对象, 并将其随机分为对照组(120 名)和观察组(120 名)。

1.2 培训方法

1.2.1 对照组 根据常见的高原驻训训练伤防治知识进行备课, 内容包括常见训练伤的类型、影响训练伤发生的因素、不同部位训练伤的主要表现以及常见

doi:10.13798/j.issn.1009-153X.2023.06.018
基金项目: 湖北省自然科学基金(2020CFB219)
湖北武汉: 430070 武汉, 中部战区总医院骨科(肖馨雨、连俊红、陈诚、马 俊), 特勤科(彭叶叶)
通讯作者: 马 俊, E-mail: mjjn1989@163.com

训练伤的预防和处理方法。按照常规线下授课模式进行培训,课后发放纸质学习资料,方便个人巩固所学知识;次日对受训者进行授课知识的考核并进行授课形式、课程满意度等相关内容的问卷调查。

1.2.2 观察组 采用多媒体教学联合翻转课堂的模式进行教学,内容与对照组相同。参与者将重点放在主动思考、自主学习上,通过课前短视频预习,课中运用多媒体授课掌握训练伤防治知识的重点和细节,课后在微信群内与授课者进行互动答疑,让受训者将相关知识掌握得更加牢固,并提升其学习体验。学习次日进行授课知识的考核和问卷调查。

1.2.2.1 学习资料的准备 培训前,通过查阅相关文献并结合部队训练伤现状调查结果^[8],选择常见训练伤做为重点,然后根据所选择的训练伤制定教学计划,包括教学目的、教学方法和目标。接下来根据教学计划制作出针对训练伤的短视频和多媒体课件并建立专题微信群。

1.2.2.2 学习资料的运用 短视频要求通俗易懂,简洁明了,主题明确,每个短视频时间控制在 5~10 min。比如腰痛相关知识的视频包含几个大点:训练导致腰痛的危险因素、腰痛最常见的症状、训练遇到急性腰痛怎么处理 and 平时常规训练如何预防腰痛。视频只给出整体框架和重点内容,点到即止,让受训者在课前就能通过相关视频进行预习,了解课程的核心,并能通过思考梳理出自身的疑问和想要了解的问题带到接下来的授课过程中去。教学中使用的多媒体课件在系统概括训练伤的基础上突出重点,将能切实预防和减少训练伤的发生和其带来不利影响的内容做细致讲解。课件采取以动画、情景模拟、培训员演示为主、文字为辅的形式,并加大答疑时间的比重。答疑过程用于解答受训者在预习过程中产生的疑问和个人迫切想要了解的内容,使得受训者能够得到更加个性化的辅导,通过课程提升对训练伤的整体认知并掌握行之有效的应对措施。课后的微信群答疑则是整个课程的延伸和补充,既能让受训者在群内交流个人的学习体会,又能使他们的的问题得到最为及时的反馈,学习-思考-答疑的路径闭环让受训者对训练伤需要掌握的内容理解得更透彻,记忆得更牢固,达到课后即可运用的效果。

1.3 评价指标

1.3.1 理论考核成绩 培训结束次日,采用试卷进行考核。试卷题型包括单选题和多选题,由培训老师阅卷评分,满分为 100 分。试题内容包括常见训练伤的种类、表现、处理原则以及训练伤有哪些预防措

施和治疗方法等。

1.3.2 训练伤腰痛认知情况调查 培训前、后采用问卷调查表收集参与者对腰痛的认知水平:您是否了解预防及缓解腰痛的方法;您现在对腰痛防治相关知识的重视程度如何?您是否已经掌握常见的预防和缓解腰痛的方法。

1.4 统计学方法 采用 SPSS 22.0 软件分析;计量资料用 $\bar{x} \pm s$ 表示,采用 t 检验;计数资料采用 χ^2 检验; $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 理论考核成绩比较 培训前,观察组和对照组理论考试成绩分别为(78.4±7.3)分、(78.8±6.7)分,两组无统计学差异($P > 0.05$)。培训后,观察组和对照组理论考试成绩分别为(86.6±7.9)分、(84.0±6.3)分,两组培训后成绩较培训前均明显提高($P < 0.05$),而且,观察组明显高于对照组($P < 0.05$)。

2.2 腰痛认知水平比较

2.2.1 腰痛了解水平 培训前,观察组和对照组对腰痛了解的比例分别为 50.8%(61/120)、45.0(54/120),两组无统计学差异($P > 0.05$);培训后,观察组和对照组对腰痛了解的比例分别为 90.0%(108/120)、79.2%(95/120)。两组培训后腰痛了解比例均明显提高($P < 0.05$),而且观察组明显高于对照组($P < 0.05$)。

2.2.2 腰痛防治重视程度 培训前,观察组对腰痛防治非常重视、比较重视、一般、不重视分别为有 44、32、12、32 人;对照组分别有 40、32、19、29 人;两组无统计学差异($P > 0.05$)。培训后,观察组对腰痛防治非常重视、比较重视、一般、不重视分别为 56、49、7、8 人,对照组分别有 52、50、10、8 人,两组重视程度较培训前均明显改善($P < 0.05$),但两组之间无统计学差异($P > 0.05$)。

2.2.3 腰痛防治方法掌握程度 培训前,观察组对腰痛防治方法掌握非常好、比较好、一般、不好分别有 21、36、37、26 人,对照组分别有 17、34、36、33 人,两组无统计学差异($P > 0.05$)。培训后,观察组对腰痛防治方法掌握非常好、比较好、一般、不好分别有 53、49、11、7 人,对照组分别有 36、45、25、14 人。两组培训后对腰痛防治方法掌握程度较培训前均明显提高($P < 0.05$),而且,观察组明显高于对照组($P < 0.05$)。

3 讨论

研究表明,高原地区地理环境与气候特殊,加之

部队训练强度大易造成训练伤,并且高原驻训部队训练伤与慢性疲劳综合征存在一定相关性^[9-12]。训练伤防治的健康教育一直是军队医务工作者关注和研究的重点,如何能有效提高官兵对训练伤知识的掌握水平却是重中之重。多媒体教学较传统教学模式具有更加直观、高效、丰富等特点。在新时期数字化军队建设的背景下,此种模式也更容易被新一代年轻官兵所接受。

翻转课堂是近年来一种较为热门、运用较多的教学模式,通过改变教和学的重心,将学习的主动权由讲授者交到受训者手中,激发学习者的积极性和主动性,锻炼学习者的自主学习能力和独立思考能力,从而在一定程度上可以改变填鸭式教学的弊端;学习者可以自主控制学习节奏,并且讲授者可以根据学习者的自主学习情况尽可能地提供个性化的教学指导^[13-15]。研究表明提升个人健康意识可以有效提高伤者的依从性并能促进伤后恢复,提升生活质量^[16,17]。苏盼盼^[18]研究表明,多媒体健康教育可以有效提高病人对疾病的认知水平、自我健康行为和生活质量,是一种对病人有益的健康教育方式。也有研究显示与翻转课堂同样具有激发学习者兴趣,提高学习者主动性和积极性特点的趣味性教学能提高住院冠心病病人疾病认知水平,促进其提高自我管理能力的^[19]。

总之,军事训练伤是影响官兵健康、削弱军队战斗力的重要因素。采用多媒体教学联合翻转课堂对高原驻训官兵进行训练伤防治知识的健康教育可以提高受训官兵的学习积极性、增进其自主思考能力,从而有效提振所学知识的掌握水平,强化相关疾病的健康防治意识。

【参考文献】

[1] 徐变霞,马艳伟,柴慈婧,等. 部队军事训练伤的现状研究[J]. 中华灾害救援医学,2022,10(3):152-155.
[2] 李晓芳,高远,皮红英. 基于 Web of Science 数据库军事训练伤相关研究热点分析[J]. 解放军医学院学报,2023,44(1):55-64.
[3] 高升斌,肖 扬. 不同健康教育方式预防军事训练伤的效果[J]. 实用医药杂志,2014,31(11):978-979.
[4] 熊 恒,史志强,郭世镇,等. 驻西宁某合成旅高原驻训训练伤发生情况调查及预防措施[J]. 西北国防医学杂志,2020,41(2):116-119.
[5] 徐 莉,张 珺,刘振勇,等. 驻高原部队官兵训练伤防治

调查分析[J]. 西南军医,2016,18(2):121-123.
[6] 谢 婧,鲁 谨,朱明珠. 翻转课堂联合菜单式微课堂教学模式在妇科临床护理实习教学中的应用[J]. 中国临床护理,2023,15(2):111-114.
[7] 刘 波,张玉娜,陈 波,等. 翻转课堂联合三维可视化教学在住院医师规范化培训脊柱外科教学中的应用[J]. 中国毕业后医学教育,2022,6(2):186-188.
[8] 张 宇,张 军,付 艳,等. 高原驻训官兵训练伤发生的危险因素分析[J]. 西北国防医学杂志,2019,40(4):218-221.
[9] 魏林节,刘新培,舒 艳,等. 平原地区移防部队与高原驻训部队训练伤流行病学调查对比分析[J]. 西北国防医学杂志,2018,39(4):246-249.
[10] 廉国锋,陈 郁,陈兴书,等. 高原训练官兵训练伤医学地理特征及卫勤保障措施探讨[J]. 人民军医,2018,61(8):758-765.
[11] 马玉萍,秦梦婷,李彩霞. 某应急作战部队高原演训期间高发伤病调查分析[J]. 解放军预防医学,2017,35(12):1577.
[12] 任晓兰,任 翔,黄 鹏,等. 驻高原武警某部官兵训练伤发病状况及其与慢性疲劳综合征的关系[J]. 武警医学,2022,33(7):573-576.
[13] 吴梅青,施玲玲,章忠明. 微信平台联合翻转课堂教学模式在血液科留学生教学中的应用探索[J]. 广西中医药大学学报,2022,25(1):57-59.
[14] 罗志文,赵虽然,地力木拉提·艾斯木吐拉. 微课联合翻转课堂在外科教学中的应用研究[J]. 现代医药卫生,2023,39(3):525-527.
[15] 江 敏,邹灯秀,严 丽,等. 基于微信培训平台的翻转课堂对新护士心肺复苏培训效果的对照研究[J]. 护理学报,2019,26(11):28-31.
[16] 周秀花,朱丽梅,傅丽桑. 健康意识理论护理在老年髋部骨折患者术后康复中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2022,28(8):140-143.
[17] 张丽莉,吴桔青,康云霞. 健康意识理论教育模式联合协同护理在椎体成形术患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2022,28(16):84-86.
[18] 苏盼盼. 多媒体康复教育改善经腋窝入路完全腔镜下甲状腺癌根治术患者疾病认知水平及自我健康行为效果分析[J]. 河南外科学杂志,2022,28(6):61-63.
[19] 李 丽,邵丽华,周 倩,等. 趣味性健康教育对住院冠心病患者疾病认知水平及自我管理能力的影 响[J]. 齐鲁护理杂志,2022,28(21):20-23.

(2023-03-25 收稿,2023-04-21 修回)