

临床护生营养知识、态度、行为调查

王洋, 余淑娴

(佛山市南海区卫生职业技术学校, 广东 佛山 528200)

【摘要】通过对临床护生的营养知识、态度和行为三方面调查分析, 提出改善护生不良营养行为的相应对策, 以提高临床护生的营养状况, 保证护理队伍的健康发展。**方法** 以南方医科大学 6 所实习医院 2004 级本科生和与同医院实习的 2005 级专科生为研究对象进行 KAP 营养问卷调查。**结果** 临床护生的身体素质基本正常, 但偏瘦者 ($BMI < 18.5$) 占 35.63%。本科护生的营养知识明显高于专科护生, $p=0.03$ 。营养态度和营养行为之间存在着明显的相关性, $p < 0.05$ 。**结论** 在加强临床护生营养知识教育的同时, 要加强营养态度和行为教育, 培养护生树立正确的营养态度, 形成健康的营养行为, 从而提高护理队伍的整体健康。

【关键词】 临床护生; KAP; 营养; 知识; 态度; 行为

KAP (Knowledge Attitude and Practice) 调查研究是 70 年代才开始在医学领域出现的研究方法, 最初用于家庭计划和控制生育, 近年来发达国家和地区的研究人员将其用于人类生活行为、吸烟、饮酒和性行为的调查及社会医学教育, 并且已开始用于营养学方面^[1]。大学生是国家的栋梁, 正处于生长发育的后期, 体格、心理和智力等各方面正趋向成熟, 是长知识和身体的重要时期, 同时也是良好的饮食习惯形成的重要时期, 均衡合理的膳食营养是大学生身体发育以及完成繁重学业的重要保障。中国大学生大都在 18-25 岁左右, 他们正处在青春期向壮年期的过渡阶段, 是一生中生长发育最为旺盛的时期, 生理和心理的变化较为复杂, 各器官机能逐渐趋向成熟期, 脑力和体力的活动更频繁, 思维能力活跃而敏捷, 记忆力较强。女大学生不仅身体发育需要有足够的营养, 而且繁重的脑力劳动和较大量的体育锻炼也需消耗大量的能源物质。因此, 合理的饮食和营养有助于提高学生的身体素质和学习效率^[2]。本文旨在通过对临床护生的营养知识、态度和行为三方面进行调查分析和探讨改善不良营养行为为相应对策, 以提高临床护生的营养状况, 保证护理队伍的健康发展。

1 对象与方法

1.1 调查对象

以南方医科大学 6 所实习医院 2004 级本科生和与之同医院实习的 2005 级专科生为研究对象, 排除患有疾病者。调查的实习护生均为女性, 学历: 专科 43 名、本科 43 名; 调查对象的年龄 22.01 ± 1.14 岁, 共发出问卷 100 份, 回收有效问卷 86 份, 有效回收率 86%。

1.2 调查方法

根据相关文献资料自行设计, 经预调查、讨论修改而成。调查内容包括: ①基本情况; ②营养知识; ③营养态度; ④营养行为, 题型为选择题, 共 32 项。对 KAP 问卷的评分采用赋值法。知识题答对记 1 分, 答错、不知道或者未答记 0 分, 满分 10 分; 态度题按答案的顺序 A、B、C 分别赋值为 2、1、0 分; 行为题按答案的顺序赋值为 0、1、2、3、4 分, 再累计各部

分总和，分值越高说明营养知识、态度和行为越好。

1.3 统计学方法

将调查结果录入 SPSS13.0 软件进行统计学处理。统计方法有描述性统计、t 检验、相关性分析。

2 结 果

2.1 护生身体素质现状

56.9% (49/86) 的护生满意现在的身体状况，43.02% (37/86) 的护生不满意现在的身体状况。本次调查对象的体质指数 (Body Mass Index, BMI) 平均值为 $19.33 \pm 1.69 \text{ kg/m}^2$ ，BMI < 18.5 者占 35.63%，BMI 处于 18.5-25.5 者占 64.37%，BMI > 25.5 者人数为 0。

2.2 营养知识、态度、行为

2.2.1 营养知识

本次调查护生营养知识的平均分为 9.57 ± 0.76 ，实用性知识平均得分为 4.87 ± 0.28 ，理论性知识平均得分为 4.70 ± 0.62 。本科生营养知识部分平均得分为 9.74 ± 0.44 ，实用性知识平均得分 4.93 ± 0.25 ，理论性知识得分为 4.90 ± 0.29 。专科生营养知识部分平均得分为 9.39 ± 0.95 ，实用性知识得分为 4.90 ± 0.29 ，理论性知识得分为 4.58 ± 0.78 。实用性知识平均得分无显著差异，在理论知识方面存在着显著差异见表 1。

表 1 营养知识评分情况

	n	理论性知识	实用性知识	平均分
本科生	43	4.90 ± 0.29	4.93 ± 0.25	9.74 ± 0.44
专科生	43	4.58 ± 0.79	4.90 ± 0.29	9.39 ± 0.95
t 值		40.33	0.613	26.22
P 值		0.014	0.697	0.032

2.2.2 营养态度的情况

本次调查护生营养态度平均得分 8.37 ± 1.63 ，最低分为 3.34，最高分为 10 分。本科生态度的平均得分为 8.22 ± 1.56 ，专科生的平均得分为 8.52 ± 1.71 ，两者无统计学意义， $t=2.44$ ， $P>0.05$ 。在有关自身营养关心程度方面，被调查者的得分较高；在“如果你知道你爱吃的食物不健康你愿意放弃吗？”这题中，调查的回答反差较大，即使知道自己喜欢的食物不健康，仍然有 20.94% 的被调查不愿意放弃食用；表示不确定和愿意放弃的调查者所占比例一样多，见表 2。

表 2 营养态度情况

题目		例数	百分比 (%)
你平时是否关心自己的健康状况？	关 心	83	96.51
	不关心	3	3.49
你认为饮食对身体健康重要吗？	重 要	84	96.67
	不重要	2	2.33

你想知道自己的饮食是否符合营养要求吗?	想	83	96.51
	不 想	3	3.49
如果你知道你爱吃的食物不健康你愿意放弃吗?	不愿意	18	20.94
	不确定	34	39.53
	愿 意	34	39.53
你愿意了解更多的营养知识吗?	愿 意	79	91.86
	不愿意	7	8.14

2.2.3 营养行为的情况

临床护生营养行为的平均得分 7.74 ± 2.67 ，本科生的平均得分为 7.63 ± 3.05 ，专科生的得分为 8.00 ± 2.30 ，两者无显著性差异， $t=0.87$ ， $P=0.50$ 。有 50%者平时存在挑食的现象。最爱吃的食物以奶类最多，最不爱吃的食物以豆制品最多。在吃零食方面只有 2.33%者从来不吃；63.95%者偶尔吃零食；33.62%者差不多每天都吃。临床护生选择零食以坚果类食品、饮料、膨化食品、糖果、巧克力、果冻、谷类食物者较多。50%的护生会经常节约三餐的开支而用来购买零食或其它东西的习惯。在购买食物首先考虑营养价值者为 23.26%；考虑习惯，注重口味者为 58.14%，考虑价格者为 19.77%，考虑其他者为 2.33%。调查护生在医院 58.14%吃三顿饭，主食 69.77%在医院购买，菜有 70.93%在医院购买。每周食用早餐 1-2 次者占 5.81%，3-4 次者占 15.12%，5-6 次者占 30.23%，6-7 次者为 48.84%。早餐常吃的种类以面包、豆浆、大米稀饭、奶制品、饼干为主。护生在医院的营养行为和医院的排班相关问题见表 3。

表 3 营养行为与医院排班相关性题目

问题		N 值	百分比 (%)
在医院实习时，三餐是否按时?	是	49	56.98
	否	37	43.02
在医院实习时，是否会因夜班而增加晚餐?	是	59	68.60
	否	27	31.40
在医院实习时，是否会因夜班后睡眠而取消进餐?	是	60	69.77
	否	26	30.23

2.2.4 营养知识、态度、行为的关系

调查结果显示护生营养知识与态度不存在明显的相关性 $p=0.72$ 。营养的态度和行为之间有显著的相关性， p 值为 0.03，小于 0.05。营养的知识和行为之间无显著相关性 p 值为 0.58。在本调查中营养态度和 BMI 有显著的相关性，见表 4。

表 4 BMI 与营养知识、态度、行为四方面的相关性

因素	BMI	营养知识	营养态度	营养行为
----	-----	------	------	------

BMI	1			
营养知识	-0.075	1		
营养态度	-0.255*	0.061	1	
营养行为	-0.074	0.039	0.235*	1

备注：*表示具有统计学意义 $p < 0.05$

2.3 营养获得途径

表5 营养获得的途径

获得途径	n 值	百分比 (%)
书籍杂志	70	81.40
网络	59	68.60
报纸	56	65.12
电视	55	63.95
课堂讲课	51	59.30
其他	44	51.16
广播	37	43.02
父母、亲戚和朋友讲解	33	38.37
宣传栏	16	18.60

3 讨论

居民营养状况是一个国家经济发展和社会进步的重要标志，健康的营养饮食已成为人们日益关心的问题。近年来，我国政府也越来越重视推广居民营养的科学化。女大学生正处于青春中、晚期，均衡合理的营养对促进其身心发育，保证其身心健康起着重要的作用，在护士的基本素质里面体态素质也是必须条件之一^[3]。对于即将步入临床护理工作的临床护生更是至关重要。与健康密切相关的营养密切的关系着她们现在或今后的身体素质。

3.1 护生的身体素质

调查表明，临床护生的 BMI < 18.5 者占 35.63%，BMI 处于 18.5-25.0 者占 64.37%，BMI > 25.0 者人数为零。世界卫生组织的 BMI 分类为：BMI < 18.5 为体重过低；18.5 ≤ BMI < 25.5 为正常体重；25 ≤ BMI < 30 为肥胖前期^[4]。这说明临床护生的身体素质基本正常，但偏瘦者也占有相当的比重。当她们步入工作岗位后，也许这将成为护士队伍身体素质的隐患。在本次调查过程中发现营养的态度和 BMI 值有明显的相关性， $t=0.07$ ， $P < 0.05$ 。

3.2 营养知识

本科临床护生营养知识水平明显高于临床专科护生，由于南方医科大学护理本科实习生在校期间曾学习过临床营养学专业课程，所以在理论营养知识方面得分明显高于专科生，而

在实用性理论知识方面本专科无明显差异，这说明临床护生营养知识普及程度较高。在获得营养知识途径方面，以读营养方面的书为主，随着现代信息化时代的来临，也有很大部分的同学选择网络、电视等信息化产物作为获得途径。

3. 3 营养态度

大部分临床护生的营养态度良好，想了解营养学知识，也认识到营养对健康的重要性，但涉及到是否愿意为了健康而改变饮食习惯时通过调查可看出 39.53%临床护生不能确定，20.94% 的调查不愿意放弃食用。

3. 4 营养行为

81.40%大多数学生的营养饮食行为不科学，饮食不规律、偏爱零食、不重视早餐问题比较突出^[5]，一是表现在不重视早餐质量，国内外营养专家普遍认为，早餐是一天中最重要的一餐，早餐摄入的能量和各种营养素应占全天的 25% -30%；二是表现在不吃早餐，大脑和红细胞的能量靠血糖供应，上午血糖不足影响大脑和红细胞的正常功能。但早餐食用奶制品有了更大的提高，但都是很是简单的早餐比如饼干和牛奶。营养知识和态度无相关性，营养态度和行为者之间有相关关系，营养教育不仅要传授关于食品选择会影响人体健康及寿命的正确答案信息，而且要引导各种人群将营养知识用于日常生活^[6]。

4 建 议

4. 1 改善营养态度

在本次调查的营养态度方面，我们不难看出临床护生虽然临床知识掌握程度较高，但当涉及到为健康改变其饮食习惯时，大部分调查者不愿意放弃。这说明：一是仅仅掌握营养知识是不足的，提高营养态度才能改善护生的影响行为，提高护生的整体健康水平。二是临床护生是年轻的医学工作者，还未意识到“冰冻三尺，非一日之寒”，健康也是建立在平时的健康行为之上。三是学校期间没有学习过合理饮食的培训、宣传和指导，也没有将学习营养的理论知识运用到自己的日常生活中^[7]。

4. 2 医院饭堂膳食科学化

在本次调查中不难看出，与临床护士工作同步的临床护生的食物都大部分来源所在实习医院的饭堂，医院饭堂的膳食合理化关系与护生营养状况关系紧密^[7]，也是关系到护生各种重要营养素摄入。医院的有关部门应建立合理的食谱，依据医院的医护人员工作安排，调整饭堂就餐时间，保证医护人员的营养摄入。卫生部门应研究学生的营养餐，以科学合理的营养防止学生营养不良^[9]。

4. 3 合理的排班

在营养的行为调查中，临床护生在实习期间有 43.02%不按时就餐，69.77%以上的护生会因为夜班取消进餐。据报道，长期倒班对护士的身心健康，尤其是睡眠情况^[10]，夜班使护士内分泌规律发生改变，2d 夜班护士的皮质醇浓度显著升高，甲状腺功能增强^[11]，对身体产生

不利影响。在临床实习过程中，护生与临床教员护士同步，也一样受到了倒班影响，与此同时作为临床实习生她们又肩负着学习的重任。因为临床护生的排班不仅仅关系到她们的学习质量，更关系到她们的身体健康，所以实习医院应结合临床护生的学习和生活合理排班。

结 论

在加强临床护生营养知识教育的同时，要加强营养态度和行为教育，培养护生树立正确的营养态度，形成健康的营养行为，从而提高护理队伍的整体健康。

致 谢

本文是在黄谨耘老师、呼吸科王梅护士长、供应室陈玉平护士长、精心指导和大力支持下完成的。她们以渊博的知识，开阔的视野给了我很大的启迪，让我在毕业论文设计过程中了解到人体力学在护理工作的运用，学会应如何保护自己，也让我的论文写作有一定的提高，在此表示衷心感谢。

参考文献

- [1] 张亚非. 非医学专业大学生营养知识-态度-实践问卷调查. 营养学报, 1992, 16(2):219-223.
- [2] 王新辉. 我校女大学生营养现状分析. 中国保健, 2007, 15(22):120-121.
- [3] 殷磊. 护力学基础. 人民卫生出版社, 2006, 7(3):11.
- [4] Ruka Sakamaki, Rie Amamoto. A comparative study of food habits and body shape perception of university students in Japan and Korea. Nutrition Journal, 2005, 11(31): 289- 475.
- [5] CarolB, LilyH, Barbara, et al. A nutrition education curriculum: It is effect on students' attitudes and behavior[J]. JSch Health, 1985, 54(10): 385-388
- [6] ParmenterK, WardleJ, WallerJ, et al. Demographic variation in nutrition knowledge in England [J]. Health Educ Res, 2000, 15:163-174.
- [7] 李友群. 当代大学生健康探讨. 四川烹饪高等专科学校学报, 2007, 1:23-24
- [8] 蒋海英. 4所大学食堂建设与大学生膳食营养教育调查. 中国校医, 2007, 10(21): 537-539
- [9] 刘雁飞, 方书生. 岳阳市中学生营养状况评价. 实用预防医学, 2001, 8(3):223.
- [10] 李德明. 抽样调查北京市医院病房护士倒班情况的结果. 中华护理志, 1992, 27(8):383
- [11] 王莉月. 对夜班护士内分泌规律变化的观察及探讨. 中华护理杂志, 1992, 27(5):198

作者简介

王洋（1985年）、女（汉）、吉林松原、讲师、本科、护理学教学、13590546155、360102004@163.co