

# Một số giải pháp chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp

Mai Thị Kim Thoa\*

\*ThS. Trường Đại học Đồng Tháp

Received: 13/01/2024; Accepted: 22/01/2024; Published: 29/01/2024

**Abstract:** Health is the most valuable asset for humans and is the basic condition for humans to develop and live happily. Investing in improving students' health is the responsibility of the entire society, in which the education sector plays a key role. Dong Thap University has implemented a number of solutions to care for and improve health for students, Deploying comprehensive health care, protection, and improvement activities at Dong University contributes to building a team of high-quality human resources for the development and prosperity of the country.

**Keywords:** Health care, Health promotion, Students

## 1. Đặt vấn đề

Sức khỏe được mọi người thừa nhận là nền tảng cho hạnh phúc con người và sự phát triển của đất nước. Sinh viên (SV) là nhóm nhân khẩu học dễ bị tổn thương về mặt sức khỏe (Stewart-Brown và cộng sự, 2000; Ribeiro và cộng sự, 2018; Hurst và cộng sự, 2013). Bởi vì trường học là những tổ chức phức hợp, điều cần thiết là phải giải quyết vấn đề nâng cao sức khỏe một cách có hệ thống để đảm bảo tính hiệu quả của nó (Dooris và cộng sự, 2021). SV đại diện cho tương lai của nguồn nhân lực tương lai của đất nước. Sức khỏe của SV trong những năm học tại trường có tác động đáng kể đến sức khỏe và năng suất lao động của họ sau này. Vì vậy, công tác nâng cao sức khỏe cho SV khi còn ngồi trên ghế nhà trường là ưu tiên hàng đầu (Dooris và cộng sự, 2010). Trường học đóng vai trò quan trọng trong việc bảo vệ, chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho SV thông qua các hoạt động như truyền thông giáo dục sức khỏe, khám chữa bệnh, tư vấn hướng dẫn chăm sóc sức khỏe, phòng chống các bệnh và các tai nạn, tổ chức báo cáo chuyên đề về sức khỏe sinh sản, an toàn vệ sinh thực phẩm, giảm stress. Tuy nhiên, có rất ít tài liệu và phương pháp tiếp cận về những giải pháp chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho SV. Bài viết này nhằm mục đích đưa ra một số giải pháp chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho SV được thực hiện tại Trường Đại học Đồng Tháp đã đạt được kết quả khả quan trong việc góp phần phát triển nguồn nhân lực chất lượng cao được trang bị về trí tuệ, thể chất và tinh thần để thúc đẩy sự phát triển kinh tế và xã hội liên tục của tỉnh Đồng Tháp nói riêng và Việt Nam nói chung.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Các khái niệm và định nghĩa

- **Sức khỏe:** Theo định nghĩa của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO, 1948), “Sức khỏe là trạng thái thoải mái toàn diện về thể chất, tinh thần và xã hội chứ không chỉ đơn thuần là không có bệnh hay thương tật”. Điều này nhấn mạnh đến sự toàn diện về sức khỏe thể chất, sức khỏe tinh thần và xã hội.

- **Nâng cao sức khỏe:** Quá trình cho phép mọi người tăng cường kiểm soát và cải thiện sức khỏe của mình, như được mô tả trong Hiến chương Ottawa về nâng cao sức khỏe năm 1986 (WHO, 1986). Các lĩnh vực hành động chính là xây dựng chính sách công lành mạnh, tạo môi trường hỗ trợ, tăng cường hành động của cộng đồng, phát triển kỹ năng cá nhân và định hướng lại các dịch vụ y tế.

- **Trường học nâng cao sức khỏe:** Trường học thực hiện các kế hoạch có cấu trúc để thúc đẩy sức khỏe toàn diện và hạnh phúc của tất cả SV, giáo viên và nhân viên. Như Marjorita Sormunen (1993) đã nêu, những trường học này thúc đẩy sức khỏe, hạnh phúc và sự phát triển xã hội của toàn bộ cộng đồng trường học.

### 2.2. Một số giải pháp chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho SV Trường Đại học Đồng Tháp

Các nguyên tắc nâng cao sức khỏe hiện đại đã được tổng hợp thành mô hình “Trường học nâng cao sức khỏe”. Mô hình này được củng cố bởi quan điểm toàn diện về sức khỏe và được hướng dẫn bởi các nguyên tắc công bằng và trao quyền. Mặc dù có nhiều cách giải thích khác nhau về mô hình, nhưng các yếu tố cơ bản của nó bao gồm chương trình giảng dạy chính thức, đặc tính của trường học, môi trường cơ sở vật chất, chính sách và thực tiễn của trường

học, dịch vụ y tế trường học và sự tương tác giữa nhà trường, gia đình và cộng đồng xã hội.

### 2.2.1. Trang bị đầy đủ cơ sở vật chất và trang thiết bị y tế

Cơ sở vật chất phục vụ công tác quản lý, chăm sóc và nâng cao sức khỏe trong trường học được quy định tại Thông tư số 13/2016/TTLT-BYT-BGDĐT. Hiện tại, Trường Đại học Đồng Tháp có trạm y tế với 3 phòng chức năng: 01 phòng khám, chữa bệnh và sơ cấp cứu ban đầu, được trang bị 2 bàn khám, 2 giường bệnh, một tủ đựng thiết bị y tế và một tủ thuốc có đầy đủ các loại thuốc thiết yếu theo danh mục tại Quyết định số 1221/QĐ-BYT. 01 phòng làm nơi lưu giữ bệnh được trang bị 4 giường bệnh dành cho những trường hợp bệnh nặng cần chuyển lên y tế tuyến trên hoặc những bệnh nhẹ cần được nghỉ ngơi ngắn hạn để phục hồi sức khỏe. Bên cạnh đó còn có 01 phòng dùng để thực hiện việc tham vấn, tư vấn và truyền thông sức khỏe, được trang bị ghế ngồi, áp phích, tờ rơi tranh ảnh về cách phòng một số bệnh truyền nhiễm thường gặp, hướng dẫn cách sơ cứu ban đầu tai nạn thương tích và điều cần biết về chăm sóc và nâng cao sức khỏe.

Cơ sở vật chất cho các hoạt động thể thao được thực hiện theo Quyết định số 1076/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt chương trình toàn diện phát triển thể chất và thể thao trong trường học và Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT quy định về hoạt động thể thao trong các cơ sở giáo dục. Trường đại học hiện có một sân bóng đá, hai sân bóng chuyền, một sân tennis, nhà thi đấu đa năng trong nhà và một bể bơi. Các cơ sở này mở cửa miễn phí cho tất cả SV, giảng viên và nhân viên tham gia đào tạo, tập luyện và giải trí, nhằm đáp ứng nhu cầu rèn luyện thể chất và các hoạt động nâng cao sức khỏe.

### 2.2.2. Đảm bảo nguồn nhân lực y tế

Đội ngũ nhân viên y tế trong trường đóng vai trò quan trọng và nòng cốt trong việc bảo vệ, chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho toàn thể viên chức, giảng viên và SV của trường. Nguồn nhân lực y tế này không chỉ cung cấp hỗ trợ y tế ngay lập tức trong trường hợp bệnh tật hoặc thương tích cần cấp cứu mà còn đóng góp đáng kể vào các biện pháp chăm sóc sức khỏe phòng bệnh và các chương trình giáo dục sức khỏe. Đội ngũ y tế đã nỗ lực học tập, tiếp cận những kỹ thuật tiên tiến và hiện đại của y học để mang lại lợi ích cho sức khỏe và sự an toàn tổng thể cho toàn trường. Hiện tại, đội ngũ y tế trường gồm một Thạc sĩ Y tế Công cộng, một Y sĩ cơ bản và một Y sĩ y học cổ truyền, đã có chứng chỉ hành nghề

khám chữa bệnh.

### 2.2.3. Củng cố và duy trì mối liên hệ y tế địa phương

Trường Đại học Đồng Tháp chủ động phối hợp với y tế địa phương để thực hiện các chiến dịch giáo dục và nâng cao nhận thức về sức khỏe với nhiều chủ đề quan trọng. Các chiến dịch này tập trung vào việc thúc đẩy dinh dưỡng hợp lý, an toàn vệ sinh thực phẩm, phòng ngừa và kiểm soát các bệnh truyền nhiễm trong môi trường học đường như sốt xuất huyết, HIV/AIDS, sức khỏe sinh sản, sức khỏe tâm thần và giảm stress. Hơn nữa, Trường còn phối hợp với Hội Chữ thập đỏ tỉnh Đồng Tháp, tổ chức các khóa đào tạo về sơ cứu ban đầu và phòng chống thiên tai, thảm họa tại cộng đồng cho SV mới nhập học. Bên cạnh đó, trường còn thường xuyên tổ chức các cuộc đối thoại trực tiếp giữa lãnh đạo và giảng viên, nhân viên, phụ huynh SV, hội SV và các bên liên quan khác. Những cuộc đối thoại này đóng vai trò là nền tảng để hiểu biết lẫn nhau, giải quyết các mối quan ngại về vấn đề liên quan đến chăm sóc, nâng cao sức khỏe và hạnh phúc.

### 2.2.4. Tăng cường công tác truyền thông giáo dục sức khỏe

Giáo dục và truyền thông sức khỏe là thành phần không thể thiếu trong cam kết của Trường Đại học Đồng Tháp đối với sức khỏe của SV thông qua việc thực hiện có hiệu quả các sáng kiến giáo dục sức khỏe và truyền thông. Đặc biệt là truyền thông nâng cao nhận thức cho sinh chống lại tác hại của thuốc lá, rượu, bia và ma túy, an toàn giao thông, phòng ngừa đuối nước. Với mục đích là trang bị cho SV những kiến thức và kỹ năng cần thiết liên quan đến chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho bản thân gia đình và cộng đồng xã hội.

Truyền thông giáo dục sức khỏe cho SV được thực hiện bằng nhiều hình thức đa dạng và phong phú. Các hoạt động này đóng vai trò là nền tảng cung cấp kiến thức và kỹ năng về chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho SV một cách toàn diện. Quan trọng hơn là sự trao quyền cho SV để đưa ra quyết định và lựa chọn sáng suốt về sức khỏe của bản thân dẫn tới sự lựa chọn và thực hành các hành vi có lợi cho sức khỏe.

### 2.2.5. Bảo vệ, chăm sóc sức khỏe ban đầu và phòng ngừa dịch bệnh

Trường Đại học Đồng Tháp đặc biệt chú trọng đến công tác bảo vệ, chăm sóc sức khỏe ban đầu cho SV. Cam kết này được thể hiện rõ ràng thông qua các biện pháp và sáng kiến khác nhau được thực hiện thường xuyên và liên tục.

- *Kiểm tra sức khỏe định kỳ*: Trường tiến hành khám sức khỏe định kỳ cho SV mới nhập học cũng như kiểm tra sức khỏe hàng năm cho tất cả SV đang theo học tại trường. Nhằm mục đích theo dõi, đánh giá, phát hiện sớm các vấn đề rủi ro về sức khỏe hoặc tình trạng bệnh lý, cho phép phòng ngừa, điều trị hoặc chuyển tuyến kịp thời khi cần thiết.

- *Phòng chống dịch bệnh*: Trường Đại học Đồng Tháp tích cực triển khai các biện pháp vệ sinh, kiểm soát dịch bệnh trong khuôn viên trường đảm bảo môi trường sạch sẽ, vệ sinh, giảm nguy cơ bùng phát dịch bệnh.

- *Tư vấn sức khỏe*: Trường kết hợp với các chuyên gia y tế, tổ chức các buổi tư vấn chuyên sâu về một số vấn đề khẩn cấp trong sức khỏe sinh sản, bệnh nguy hiểm, sức khỏe tinh thần, stress, trầm cảm và các vấn đề có liên quan đến sức khỏe với hình thức tư vấn trực và gián tiếp thông qua điện thoại hoặc Zalo. Chúng bao gồm phòng ngừa bệnh tật, tìm hiểu các yếu tố nguy cơ sức khỏe, thúc đẩy dinh dưỡng hợp lý, thúc đẩy sự phát triển thể chất, tinh thần và khuyến khích rèn luyện thể thao nâng cao sức khỏe.

- *An toàn và phòng ngừa tai nạn*: SV được hướng dẫn về các biện pháp an toàn, vệ sinh môi trường, vệ sinh nơi ở, làm việc và học tập, phòng chống cháy nổ, an toàn khi tham gia giao thông. Trang bị những kiến thức và kỹ năng đảm bảo an toàn và phòng chống tai nạn cho SV là một phần không thể thiếu trong quá trình học tập và hoạt động thực tế của các em.

- *Sơ cấp cứu ban đầu*: Đội ngũ nhân viên y tế trường học đóng vai trò quan trọng trong việc sơ cấp cứu ban đầu những trường hợp bệnh cấp cứu như hạ đường huyết, hạ can-xi, choáng và tai nạn thương tích có thể xảy ra trong trường cần được sơ cấp cứu kịp thời.

#### 2.2.6. Nâng cao chất lượng dịch vụ y tế

Bên cạnh công tác chăm sóc sức khỏe cho SV theo quy định tại Thông tư liên tịch số 13/2016 TTLT-BYT-BGDĐT, nhà trường còn tích cực tìm kiếm sự tham gia, hỗ trợ của các cơ quan y tế cấp trên, các chuyên gia y tế, và các doanh nghiệp. Sự hợp tác này nhằm mục đích cung cấp thêm các dịch vụ phát hiện sớm thông qua các phương pháp sàng lọc lâm sàng khác nhau như siêu âm (tuyến giáp, vú, gan, thận), chụp X-quang (chụp ảnh tim phổi) và xét nghiệm máu để tầm soát và phát hiện sớm ung thư gan, tuyến tụy và phổi. Ngoài ra, trường cũng tạo điều kiện và hỗ trợ kinh phí cho việc tiêm ngừa HPV, viêm gan, thủy đậu và rubella.

Hơn nữa, nhà trường còn tích hợp giữa các dịch

vụ chăm sóc sức khỏe y học cổ truyền như sử dụng phương pháp mát-xa, bấm huyệt, châm cứu và các phương pháp điều trị không dùng thuốc khác như liệu pháp điện từ trường. Song song đó là mở các lớp tự chăm sóc và nâng cao sức khỏe như yoga, dưỡng sinh và thiền định, cung cấp các lựa chọn sức khỏe toàn diện cho SV và viên chức, giảng viên trong toàn trường.

### 3. Kết luận

Thực hiện các phương pháp bảo vệ, chăm sóc và nâng cao sức khỏe cho SV tại Trường Đại học Đồng Tháp là mô hình nâng cao sức khỏe một cách toàn diện đã mang lại những kết quả đáng ghi nhận. Nhằm nhấn mạnh tầm quan trọng của việc giải quyết vấn đề sức khỏe thể chất, tinh thần và xã hội của SV cùng với sự phát triển trong học tập. Cách tiếp cận toàn diện của Trường Đại học Đồng Tháp bao gồm các chính sách, cơ sở vật chất và trang thiết bị y tế, nguồn nhân lực y tế trường học, quan hệ hợp tác, truyền thông, dịch vụ chăm sóc và dịch vụ lâm sàng. Cách tiếp cận toàn diện này không chỉ mang lại lợi ích cho SV mà còn nâng cao vị thế của Trường Đại học Đồng Tháp đóng góp cho sự thịnh vượng của toàn xã hội.

#### Tài liệu tham khảo

[1]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), *Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT về Quy định hoạt động thể thao trong trường học*, Hà Nội.

[2]. Bộ Y tế và Bộ Giáo dục và Đào tạo (2016), *Thông tư liên tịch 13/2016/TTLT-BYT-BGDĐT về hướng dẫn các hoạt động y tế học đường bao gồm khám bệnh, cơ sở y tế, phòng bệnh, dinh dưỡng, nâng cao sức khỏe và giáo dục thể chất*, Hà Nội.

[3]. Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) (1986), *Hiến chương Ottawa về nâng cao sức khỏe*. [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0004/129532/Ottawa\\_Charter.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf)

[4]. Dooris M, Powell S, Parkin D, Farrier A. Health-promoting universities: effective leadership for health, well-being, and sustainability. *Health Educ.* (2021) 121:295–310. doi: 10.1108/HE-12-2020-0121

[5]. Hurst CS, Baranik LE, Daniel F. *College student stressors: a review of the qualitative research*. *Stress Health.* (2013) 29:275–85. doi: 10.1002/smi.2465

[6]. Ribeiro ISJS, Pereira R, Freire IV, Oliveira BG de, Casotti CA, Boery EN. Stress and quality of life among University students: a systematic literature review. *Health Professions Educ.* (2018) 4:70–7. doi: 10.1016/j.hpe.2017.03.002