

# 1

## 促进社区环境健康

### 本章内容

控制霍乱：健康促进工作者的行动 | 2

为了改变，我们一起行动 | 3

健康行动成功的秘诀 | 4

环境健康的愿望是怎样形成的 | 5

山无树就像房无顶 | 6

探寻问题的根源 | 7

做一个高效的环境健康促进工作者 | 8



大家都明白“改善儿童健康”和“改善家庭成员的健康”是什么意思，那么，“改善环境健康”又是什么意思呢？

“环境健康”说的是：人类健康受到环境的影响，人类活动也影响环境的健康。例如，食物、水和空气受到污染人就会生病。同样，如果人类不重视空气、水和土地的合理保护，环境也会“生病”，继而引起人生病。所以说，保护环境也就保护了我们自己。

通常情况下，改善环境健康的行动始于人们对环境健康问题的关注。尤其是当环境对人们健康的影响已经不仅限于单一的个人或群体，而是社区所有成员时，环境健康问题就成了整个社区的问题。此时，人们更愿意采取共同行动来改变现状。

本章要讲述的是一个关于社区健康组织的故事。故事发生在厄瓜多尔一个叫芒格拉罗托的小镇，健康工作者控制了霍乱在当地的流行之后，与生活在社区的人们共同寻找了解决其他健康问题的方法。

## 控制霍乱：健康促进工作者<sup>1</sup>的行动

厄瓜多尔沿海地区，一年中干湿季各占六个月，粮食作物难以生长，集市不多，政府修建的学校、诊所也不多。在那里，政府也没有修建净水及下水道等基础设施。1991年，霍乱<sup>2</sup>席卷这里，在毫无准备的情况下，很多人染上了霍乱。

染上霍乱的村民被家人带到芒格拉罗托镇的医疗中心，时间一天天过去，他们发热、颤抖，并患有严重的水样腹泻和脱水<sup>3</sup>，身体虚弱。健康促进工作者们意识到，霍乱已经流行，不迅速行动起来加以控制的话，很多人都有可能死去。

饮用水被霍乱病菌污染后，很容易把霍乱从一个人传染给另一个人，所以仅仅治疗病人是不够的。阻止霍乱蔓延的方法是，让芒格拉罗托镇和附近村庄的每个人都有洁净的饮用水，都使用安全的厕所<sup>4</sup>。

健康促进工作者们把没有染上霍乱的村民组织起来，并争取到当地社会组织的帮助，启动了一项净化饮水、改造厕所的紧急项目，并说服一个与国外建立了国际合作关系的组织为项目提供资金。

这个项目叫做“为了我们的健康”。健康促进工作者们在每个村庄组建了“公共健康委员会”，从村民中挑选和培训“村级健康促进宣传员”。村级健康促进宣传员学习了净化饮水及相关卫生设施<sup>5</sup>的知识和宣传的技巧，承担起了在社区中与霍乱作斗争和维护环境健康的重要责任。

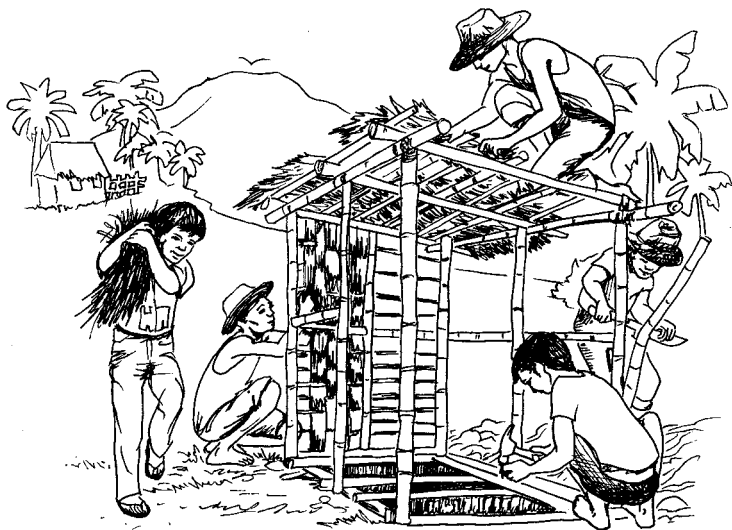


有钱做事固然好，但这还不够。控制霍乱蔓延，还需要大家共同行动。

- 
1. 健康促进工作者：指致力于改善社区居民健康的人，他们可能是来自于外部为社区提供帮助的人，也可能是当地社区的医疗服务人员、社区管理者或社区居民等。“健康促进”的项目可以是公共健康项目，也可以是环境健康项目。
  2. 霍乱：一种疾病，由于饮用或食用病菌污染的水或食物而引起，症状为严重的呕吐和腹泻，霍乱常通过脏水蔓延。
  3. 脱水：身体失去的水比摄入的水更多。脱水是腹泻病的一个症状，常与不良卫生设施有关。脱水是非常危险的，尤其对儿童。
  4. 安全的厕所：这里指的是不会对水源造成污染的厕所。
  5. 卫生设施：主要指厕所和为预防病菌传播的洗手设施。

## 为了改变，我们一起行动

村级健康促进宣传员首先向人们讲解霍乱和其他引起腹泻的疾病是怎样传播的（见第47~54页），然后协助每个村庄和每个家庭确保供水清洁（见第92~99页）。他们还教会人们用糖、盐、冷开水制作“口服补盐液”（俗称“盐糖水”）给腹泻者喝，以防脱水。脱水是腹泻导致死亡的主要原因（见第52页）。宣传员们在学校、教堂、社区中心和公众聚集地向人们传授洗手、建造和使用安全厕所等预防霍乱的方法。几个星期后，霍乱几乎被消灭了。



健康促进工作者们很清楚，要确保霍乱不再来袭，还需采取更多措施。

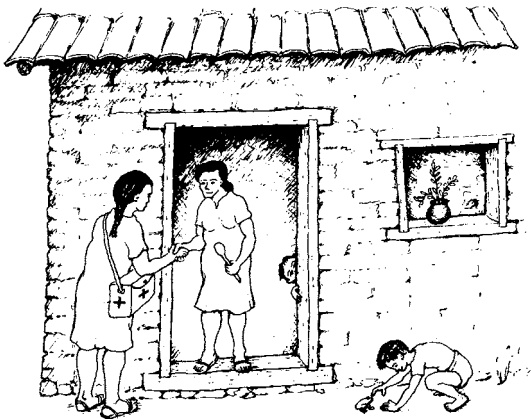
在当地工匠的协助下，人们共同修建了管道供水系统，改造了村庄的坑式厕所，并确保每家每户都有足够的水用来洗澡。村民学会了清洗和维护供水系统，保持厕所清洁的方法，并付诸行动。此外，他们还采取了家畜圈养（使动物的粪便远离供水系统）、水缸加盖等措施，使传播疾病的蚊子无处孳生。

随着工作的持续开展，周边村庄的村民也加入了行动。项目从22个村庄开始，不久就扩展到了100个。整个地区的霍乱很快被消灭了，其他疾病也随之减少。

## 健康行动成功的秘诀

“为了我们的健康”项目在抑制霍乱、解决相关环境健康问题方面取得成功，是因为健康促进工作者采取了以下策略：

- **上门服务** 项目工作人员挨家挨户上门传授保持供水清洁的方法，同时也由此了解到村庄存在的环境健康问题，并得到村民的信任。



- **带动多方共同合作** 当地社会团体、地方政府、国内和国际民间组织与卫生部门一起总结经验，整合资源，共同合作控制疾病流行。避免了机构之间可能出现的工作重复或工作冲突。

- **重视村民的作用** 面对社区存在的健康问题，不责备村民，不完全依赖外部帮助，而是利用村民积累的经验，为共同的目标采取行动。采取的方法是：借助游戏、木偶剧、歌曲、讨论和公众教育等活动，把人们组织在一起，分享各自的经验和知识。村民们看到自己的知识和行动在解决严重健康问题中发挥了作用后，参与项目行动的热情被激发，同时也建立了信心。



## 环境健康的愿望是怎样形成的

随着时间的推移，健康促进工作者了解到，携带疾病的昆虫藏在垃圾中繁殖。于是他们召集村民开会讨论怎样清扫街道，堆放垃圾。每个村庄都建立起“环境健康促进工作小组”，安排村民轮流值日，负责收集垃圾。在工程师的帮助下，环境健康促进工作者用叫做“**卫生填埋场**”的安全坑洼（见第412页）代替了垃圾堆。为了减少垃圾填埋量，环境健康促进工作者考虑启动“垃圾回收项目”（见第404页）。恰逢其时，一个国际机构捐赠了一辆运垃圾的卡车，正好用在“垃圾回收项目”中。这样，把垃圾回收的收入用来支付了汽油费和维持卡车运行的开销。

1996年，“为了我们的健康”项目建造了数百个厕所，修建了多个管道供水系统，挖掘了两个“垃圾卫生填埋场”，启动了一个垃圾回收项目，并开始协助居民培植社区绿地。



1997年，“厄尔尼诺<sup>1</sup>”现象造成的暴雨袭击了厄瓜多尔海岸。长达6个月的时间里，几乎每一天都是强风暴雨。狂风拔起了树木，雨水造成了山体滑坡，夹裹着大量泥沙的河水咆哮而来，泛滥的河水冲毁了村庄。厕所、水管和多年辛苦的项目工作成果付之东流。

山体崩塌使“为了我们的健康”的项目成果毁于一旦。为什么会发生这一切呢？让我们来回顾一下这个地区的历史。

1. 厄尔尼诺（El Nino）：指在秘鲁和厄瓜多尔附近几千公里的东太平洋海面温度的异常增暖现象。这一现象出现会造成一些地区干旱，另一些地区又降雨过多的异常气候。

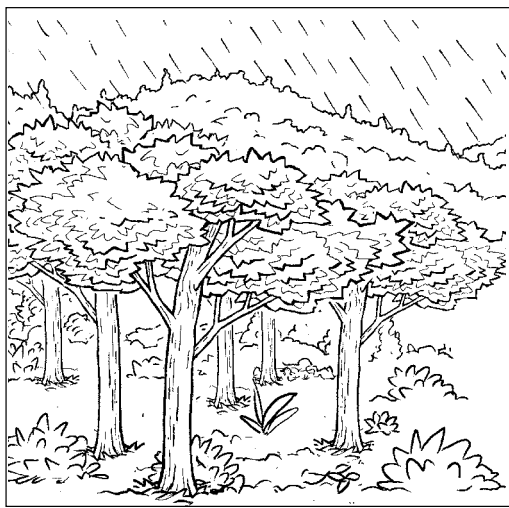
## 山无树就像房无顶

厄瓜多尔海岸的崇山峻岭，曾被浓密的热带森林覆盖。河海交汇处生长的红树林保护着海岸免受风暴袭击，这里也是鱼类和水生贝类的家园。沿溪竹丛保护着河岸不被冲蚀或坍塌。森林里参天的南美刺桐树遮天蔽日，其纵深的树根有利于保水固土。陡峭山坡上生长的长豆角树固定住土壤以免山体滑坡。树上落下的叶片使土壤更加肥沃。

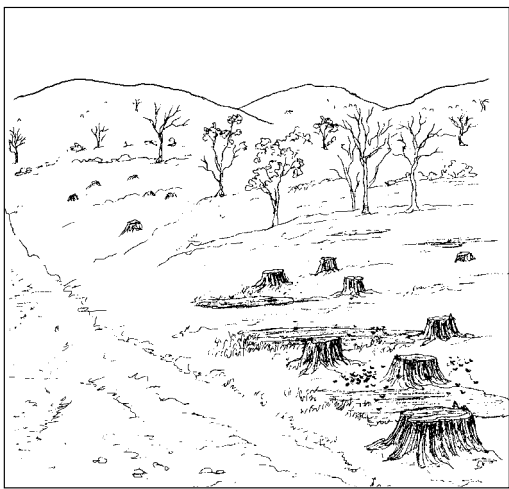
森林是人类的家园，也是鹿、鸟、昆虫、蜥蜴和无数动物的家园。在这里，人们用竹子和棕榈叶建成房屋；在这里，人们捕猎动物，采集野果；在这里，也有土肥水美的花园和微型农场。

然而，过去100年来，为了修铁路、建房屋，大量的树木被砍伐。之后，一个日本公司采伐完了剩下的树木，经铁路运往海港，再运到日本。热带森林中这些硕大的树木卖了好价钱。最后，树木砍光了，公司撤走了，铁路也因为多年失修而被废弃。

而今，厄瓜多尔海岸的褐色山脉，就像沙漠一样毫无遮蔽。旱季，沙尘随风而起，漫天飞舞；雨季，道路泥泞，山体滑坡。1997年，厄尔尼诺风暴的来袭，给失去森林保护的村庄造成了毁灭性的破坏。



以前



后来

## 探寻问题的根源

看到雨水是怎样冲走了整个村庄，而且新建的供水管道系统和厕所也随之被冲走，“为了我们的健康”项目的健康促进工作者意识到，防止类似灾害的发生，需要做的工作将不同于以往。建造供水系统和改善安全卫生系统，只能解决部分的环境健康问题。

村民常说：“山无树似屋无顶”。意思是：森林可以保护山体免受风雨侵蚀，就像屋顶可以为居住者遮风挡雨一样。健康促进工作者认识到：促进植树造林和保护自然资源，就是促进和保护人类的健康，两者相辅相成，缺一不可。

有了这种认识，健康促进工作者启动了植树项目，却没有得到所有村民的支持，有的人不愿意参与植树。村民艾德瓦多甚至拒绝加入植树项目。

“工作太多啦！”艾德瓦多说，“他们要我们白干活！”他鼓动一些村民反对健康促进工作者。

为了让村民们明白厕所和供水管道被毁坏的根本原因，同村的健康促进工作者格罗莉亚召集大家开展了“那么，为什么……？”专题讨论活动。





一系列“那么，为什么……？”的提问引导着村民去关注影响健康的各种环境因素。经过讨论大多数村民认可了植树对于防止土壤侵蚀和水土保持的重要性。

但是，艾德瓦多依然坚持己见。



植树工作量太大，既没有收成，也没有钱。我们需要能养活我们的东西，现在就要，不是等到10年后！

## 做一个高效的环境健康促进工作者

会后格罗莉亚闷闷不乐地回到了医疗中心。“他们理解植树的重要性，但仍然不愿意植树”，她想，“怎样才能说服他们呢？”这时，一只蜜蜂飞进房间，吓了她一跳。格罗莉亚“嘘”地一声赶走了蜜蜂，看着蜜蜂飞出窗外，停在一棵长豆角树的红花上。她突然有了一个新的想法。

第二天，格罗莉亚再次召集村民，问了另外一个问题。艾德瓦多最先作出回答。

大家目前都需要挣更多的钱来改善生活，而不是等到10年后。你们也相信植树是重要的。那么，有没有什么方法，可以通过植树来赚钱呢？



哈哈，当然有！我们可以把树砍了，当做木材卖掉。但这需要花10年的时间，因为树木成材就是需要那么长的时间。

村民们认真思考着格罗莉亚提出的问题，然后他们作出了自己的回答：



格罗莉亚说：“如果我们种的树开花后有蜜蜂来采蜜，那么我们就可以启动一个养蜂项目，用蜂蜜换钱，种下的树一年以后就能开花。”村民们都赞成这个想法，连艾德瓦多也表示愿意，如果能学习怎样提取蜂蜜，他也会尝试种树。

当格罗莉亚离开时，艾德瓦多拦住她说：“我孙子腹泻的时候，我给他喝了一种用长豆角树的豆荚做的饮料，疗效比医生开的药还要好。我想种长豆角树会是一个好主意，不仅可以用来制作治疗腹泻的饮料，还可以用我们生产的蜂蜜增加饮料的甜味。”

看到新项目有望开展，格罗莉亚兴奋地回到了医疗中心。她仔细回顾了这次村民会议的前前后后，意识到：仅仅告诉村民们要做这个要做那个是远远不够的。自己要做一个高效的环境健康促进工作者，还必须学会从村民的视角来看问题，倾听他们的想法，了解他们的需要。这样，才能把事情做得更好。