

## • 临床研究 •

## 老年人生活习惯与老年病关系的调查

高明灿

[摘要] 目的 探索老年人生活习惯与老年病的关系。方法 以书面问卷的形式对 1160 名老年人的一般状况、生活习惯、老年病发病情况进行调查,并进行统计学处理。结果和结论 老年病的发病率与某些不良生活习惯相关。

[关键词] 老年人;生活习惯;老年病;流行病学

中图分类号:R161.7 文献标识码:A 文章编号:1006-9771(2005)07-0573-01

[本文著录格式] 高明灿.老年人生活习惯与老年病关系的调查[J].中国康复理论与实践,2005,11(7):573.

## 1 对象和方法

1.1 对象 调查对象为居住在商丘市睢阳、梁园两区,年龄 60 岁以上的老年人 1160 名,其中男性 580 人,女性 580 人。年龄 60~69 岁者 674 名(58.1%),70~79 岁者 382 名(33%),80~89 岁者 92 名(7.9%),90 岁以上者 12 名(1%)。

1.2 方法 采用中华医学会老年医学分会流行病学组推荐的统一调查表,详细询问老年人的生活习惯、兴趣爱好、烟酒嗜好、体育锻炼、情绪状态、健康自评、患病情况(主要包括心脑血管疾病、呼吸系统疾病、消化系统疾病)等,疾病的诊断标准均按我国及 WHO 规定标准。

## 2 结果

2.1 吸烟 有吸烟习惯的 232 人,其呼吸系统疾病的患病率(26.3%)明显高于不吸烟老人(13.0%; $\chi^2 = 24.65, P < 0.01$ );心脑血管疾病的患病率(38.5%)也明显高于不吸烟者(20.1%; $\chi^2 = 33.95, P < 0.01$ )。

2.2 饮酒 调查的老年人中有饮酒习惯者多为长期少量饮酒,共 180 名,酗酒者甚少。长期饮酒的老人消化系统疾病发病率(21.0%)高于不饮酒老人消化系统疾病的发病率(9.0%; $\chi^2 = 21.0, P < 0.05$ )。

2.3 心理状况 “生活比较乐观”的 294 名,其中 122 名(41.2%)患有老年病;“生活还过得去”的 818 名,其中 516 名(63.1%)患有老年病;“生活无乐趣”的 48 名,其中 36 名(75.0%)患有老年病,组间比较  $\chi^2 = 47.21, P < 0.01$ 。

2.4 受教育程度 在调查人群中,老年病总患病率为 57.9%;其中,文盲者老年病发生率为 61.3%;小学文化程度者为 58.7%;中学(含中专)文化程度者为

54.4%;受大专以上教育者为 45%。各组间虽均无显著性差异,但可以看到,随受教育程度提高,患病率有下降的趋势。

2.5 兴趣爱好 在 1160 名老年人中,只有 308 名(26.5%)有明确的兴趣爱好,如养花、养鸟、钓鱼、书法、绘画、听音乐、看书、写作、下棋、玩牌等,而多数老人兴趣爱好不明显。有明显兴趣爱好的老人老年病患病率为 55.0%,而无明显兴趣爱好的老年人老年病患病率为 64.0%( $\chi^2 = 10.17, P < 0.05$ )。进一步调查发现,有兴趣爱好者中多数(224 名)对生活态度比较乐观。

## 3 讨论

吸烟、饮酒是老年人常见的不良生活习惯。本调查发现,吸烟者呼吸系统和心脑血管疾病明显高于不吸烟者;饮酒老人易患胃溃疡、肝硬化等消化系统疾病。戒烟限酒有利于老年健康。

调查发现,老年人的心理状况与老年病有密切的关系<sup>[1-2]</sup>,而健康的娱乐活动有助于减轻或消除不良的情绪对身体的影响。鼓励老年人积极参加各种有益于身心健康的娱乐活动有利于健康。

老年人兴趣狭窄、失去工作、参加集体活动和娱乐活动少、读书写字少等社会心理因素等可增加老年病的患病机会<sup>[3]</sup>;而受过较好文化教育的人容易接受健康教育,形成良好的生活方式及精神卫生习惯而有利于健康长寿<sup>[4]</sup>。

## [参考文献]

- [1] 赵文友.老年人的心理卫生保健[J].实用老年医学,2003,2:60.
- [2] 谢秀梅.心理社会因素对老年人高血压疗效的影响[J].中国老年医学杂志,2003,7:389.
- [3] 萧振禹.中国高龄人口现状、问题及解决对策建议[J].医学与社会,2001,(5):49.
- [4] 徐涛.深圳市农村老年人生活质量及影响因素研究[J].中华老年医学杂志,2003,(7):427.

作者单位:476100 河南商丘市,商丘医学高等专科学校。作者简介:高明灿(1954-),男,河南柘城县人,副教授,主要从事生理学教学和研究。

(收稿日期:2005-02-16 修回日期:2005-04-28)