



西部体育论坛

人口老龄化进程中陕西省老年人人体质现状的比较研究*

刘德皓¹, 韩恩力²

(1. 西安体育学院, 西安 710068; 2. 廊坊师范学院, 河北 廊坊 065000)

摘要:在对人口老龄化进展状况认识的前提下,重点对陕西省老年人人体质水平发展变化状况进行比较研究,为有关职能部门制定相关政策,指导老年人科学健身提供有益的参考。运用文献资料法、体质测试法和比较法,研究我国和陕西省老年人人体质状况,结果表明:我国和陕西省老年人人体质水平5年间有较大幅度提高,显示出实施全民健身计划的效果;但仍有约15%的老年人人体质不合格,应该引起有关部门的注意。城乡老年人人体质有一定的差异,城市老年人人体质优于农村老年人。

关键词:老年人口;老龄化;进程;体质;比较

文章编号:1001-747X(2011)06-0665-03

文献标识码:A

中图分类号:G80-051

The Comparative Research of Population Aging Process and the Physical Fitness Level of Elderly People of Shaanxi Province

LIU De-hao¹, HAN En-li²

(1. Xi'an Physical Education University, Xi'an 710068, China; 2. Langfang Teacher's College, Langfang 065000, China)

Abstract: The paper is aimed to provide a useful reference for government to make relevant policy and guide the elderly people to exercise scientifically by comparative research on the understanding of aging process and the change of elderly people's physical status in Shaanxi province. By means of literature method, physical fitness test method and comparative method, the paper discusses the physical condition of elderly people in Shaanxi province and China. The result demonstrates that there is a substantial increase of elderly people's physical condition in ten years, which shows the effect of the implementation of the National Fitness Program. However, there are still about 15% of the elderly people who are not qualified, which should be noticed by relative department. Generally, the physical condition of aged in the city is better than in rural areas and the gap between urban and rural areas is enlarged with the increase of age.

Key words: elderly population; aging process; physical fitness level; comparison

1 人口老龄化进展状况

1.1 世界人口老龄化进展总体趋势

人口老龄化已成为21世纪人类社会发展的普遍趋势,中国在改革开放经济快速发展的时期,同样也面临着人口老龄化所带来的社会问题,诸如医疗、养老等已为我国政府高度关注。为此,2006-12-12我国发表了《中国老龄事业的发展》白皮书,这是中国第一次以白皮书的形式对老龄事业发展状况进行的总结与前瞻。进而,2010-08-23又在上海与昆明就《中国老龄事业发展“十二五”规划》(草案)举行座谈会征求意见,这些举措表明中国政府面对人口老龄化这一自然规律的积极态度。人口老龄化是我国与世界各国社会发展的必然结果,但如何应对人口老龄化进程中出现的各种问题,却是现今各国政

府难以解决但必须积极面对的课题。

1.2 中国与世界人口老龄化进展状况

由联合国人口司发布的2006年世界各国和地区老龄化程度数据(60岁以上):老年人口比例达到或超过20%以上的国家有27个,其中19个为发达国家;10%~20%的国家47个;老龄化程度10%以下的国家有118个,均为发展中国家。由此可见发达国家老龄化程度均在10%以上,明显高于发展中国家,但近年来发展中国家老龄化加深的速度明显高于发达国家。

根据国家统计局的数据,中国已在1999-10进入老龄化社会,2005-01-06是中国大陆第13亿人口的出生日,被称为13亿人口日。2000年人口普查表明,中国60岁以上人口已经占总人口的10.3%,65岁以上人口占7.1%。2005年第五次全国人口普查

* 收稿日期:2011-05-24; 修回日期:2011-07-12

作者简介:刘德皓(1973-),男,新疆奎屯人,讲师;韩恩力(1976-),男,河北廊坊人,讲师。

上升为 7.7% ,成为最先进入老龄化社会的发展中国家。发达国家 65 岁以上人口的比例从 5% 提高到 7% ,曾历时 50 ~ 80 年 ,而我国从 1982 年的 4.9% 上升至 2000 年的 7.1% ,只用了 18 年时间 ,人口老龄化的进程速度已经明显快于发达国家和一些发展中国家 ,显示出人口老龄化进程与经济发展不同步的矛盾。因此 ,当今我国人口老龄化超前于经济发展的现状 ,对其严峻性的认识同样是相关职能部门与老年体育工作者需要了解与研究解决的重要问题。

据国家统计局发布:2009 年我国 80 岁以上高龄老年人已达 1 899 万 ,此后并以每年 100 万的速度增加 ,城乡老年空巢家庭占 50% ,部分大中城市达到 70% 。如何抓住机遇迎接挑战 ,更新观念 ,提高社会责任感;有效减缓人口老龄化所带来的一系列社会矛盾 ,积极采取对策 ,促进老年人体育健身活动的开展 ,增强国民体质 ,特别是老年人体质 ,是本世纪长时期的研究课题与工作任务。

2 陕西省老年人体质状况

为了有效提高国民体质与健康水平 ,我国自 2000 年开始全国性的有计划有组织的对 3 ~ 69 岁国民进行体质监测 ,并规定每 5 年进行 1 次 ,2010 年第三次国民体质监测目前正在进行中。

体质综合指数是国民体质监测结果各种数据经过一系列运算所得出的综合指标 ,数据是包括老年人在内的整体国民体质监测结果 ,东部国民体质水平明显强于西部 ,与我国人口老龄化之间的调查结果有着明显相似的调查结果。2005 年我国国民体质综合指数为 100.75 ,比 2000 年提高了 0.75% 。上海市位列全国第一 ,江苏省位列全国第二;而陕西与贵州等西部地区分别位列全国第 25、29 位。此结果也表明 ,经济发展水平与体质状况之间有着密切关系。

2.1 陕西省老年人体质监测达标状况

根据国民体质监测老年人体质评价标准 ,将测试成绩得分总和和划分等级 ,陕西省老年人群 2000 年与 2005 年体质等级达标总体情况如表 1 所示。数据表明 ,5 年中陕西省老年人体质状况有了较大幅度的提高。

陕西省老年人 2005 年体质监测达到合格以上等级男女分别为 86.8%、84.32%。而 2000 年这一数据分别为 37.9%、48.80% ,合格以上达标率明显提高了 48.7%、35.40% ,差异非常显著 ($P < 0.01$)。从各等级达标率的变化来看 ,除老年女子优秀级无明显变化外 ,男子优秀率与男女良好率都有了较大幅度的提高;而不合格率男女分别降低了 48.9% 与

35.52%。可见 ,近年来由于我国实施全民健身计划 ,增设群众体育活动设施 ,大力开展群众性体育活动 ,收到了明显的效果。

数据还反映出女性老年人体质优于男性 ,这与对老年人参加体育锻炼人数女性高于男性 ,年龄越长的女性老年人参加体育活动积极性越高的调查结果相一致 ,说明通过体育锻炼 ,坚持常年有规律的科学健身可有效增强体质。调查数据中仍有约 15% 的老年人体质不合格 ,说明随着年龄增长身体各方面功能老化 ,病痛随之而来 ,这样的结果会对老年人生活、健康等方面带来不良影响。在当今老龄社会 ,积极采取对策 ,改善和提高我省老年人的体质状况 ,仍应引起社会各阶层的广泛关注。

表 1 陕西省老年人体质达标情况统计表 %

年份	性别	优秀	良好	合格	不合格
2000	男	3.4	9.7	24.8	62.1
	女	5.6	16.3	26.9	51.2
2005	男	9.78	23.66	53.36	13.20
	女	9.77	20.91	53.64	15.68
比较	男	+6.38	+13.96	+28.56	-48.9
	女	+0.78	+4.61	+26.74	-35.52

2.2 陕西省城乡老年人体质状况比较分析

近年来随着我国改革开放政策的实行 ,人民生活水平有了较大提高 ,城乡差别逐渐缩小 ,但这种差别程度的改善仍需要较长时间。即目前城市各方面的条件优于农村 ,城乡差别依然明显存在。2000 年陕西省城镇居民年均纯收入达 5 124 元 ,而农民人均纯收入只有 1 444 元 ,城市是农村的 3.5 倍;城镇居民居住面积人均 13.5m² ,农村人口人均居住面积虽有 22.87 m² ,但其设施设备与舒适程度远不及城市住房。另外在其它方面如公共设施、医疗卫生、交通、学校等方面 ,农村均落后于城市。以 2005 年老年人体质调查结果为例城乡差别也说明了这个问题 (见表 2)。

表 2 2005 陕西省老年人城乡体质等级调查统计表 %

项目	优秀	良好	合格	不合格	P
城男	13.7	27.4	51.37	7.53	<0.01
乡男	5.9	19.95	53.33	14.74	
差值	7.8	7.45	-1.96	-7.21	
城女	14.90	25.51	48.31	11.29	<0.01
乡女	4.58	16.25	59.04	20.14	
差值	10.32	9.26	-10.73	-8.85	

注:数据引自《2005 年陕西省国民体质监测报告》陕西省体育局

体质各等级数据表明:城市老年人体质明显高于农村。其中以优秀、良好率最为显著 ,无论男女其差值均在 7% 至 10% 之间。以城乡的不合格率进行

比较,不合格率农村男子高于城市 7.21%,女子高于城市 8.85%,而且这种差异随着年龄的增长,逐渐加大,城乡之间存在非常显著性差异($P < 0.01$)。陕西省人口城乡比例城市为 32.9%,农村为 67.7%。在发展经济提高农村生活水平的同时,创造条件因地制宜,大力开展农村群众体育活动,将会积极有效地提高占全省 2/3 人口农村老年人的整体体质水平。由此比较结果来看,农村老年体育活动的开展,农村科学健身科普知识的宣传与普及,是体育工作者,特别是老年体育协会今后长时期的工作任务。

2.3 陕西省与全国老年人体质水平的比较分析

表 3 为国民体质监测陕西省与全国老年人各等

级情况比较。从 2000 年与 2005 年监测结果来看,陕西省 2000 年合格以上人数为 43.4%,2005 年为 85.6%;同期全国依次为 86.2% 与 84.4%。2000 年陕西省低于全国 42.8%,而 2005 年由于陕西省合格以上达标率明显提高,与全国相比反超 1.2%。表 3 中各等级差值 2000 年优秀、良好、合格率陕西省分别低于全国 3.7%、9.4%、29.7%;而由于陕西省老年人体质水平有了较大幅度的提高,2005 年各等级即与全国基本持平。这一比较结果说明近年来陕西省全民健身计划的实施成绩斐然,老年人科学健身、群众体育活动的开展取得了明显的效果。

表 3 各等级达标情况比较

%

项目	2000 年				2005 年			
	优秀	良好	合格	不合格	优秀	良好	合格	不合格
陕西	4.5	13.0	25.9	56.6	9.8	22.3	53.3	14.4
全国	8.3	22.4	55.6	13.8	9.0	21.6	53.8	15.6
差值	-3.7	-9.4	-29.7	+42.8	+0.8	+0.7	-0.3	-1.2

3 结论与建议

3.1 结论

(1) 世界人口老龄化程度日趋严重,发达国家老龄化程度明显高于发展中国家,但近年来发展中国家老龄化加深的速度明显高于发达国家。

(2) 我国 1999 年已进入老龄化老龄社会,其进程已明显快于发达国家和一些发展中国家,显示出人口老龄化进程超前于经济发展不同步的矛盾。体育健身与增强老年人体质是有效减缓人口老龄化社会性问题的有效措施。

(3) 陕西老年人体质水平五年间各等级达标率显著增加,与全国相比有较大幅度提高,显示出实施全民健身计划的效果;但其中仍有高达约 15% 的老年人不合格,应引起有关部门的充分注意。

(4) 城市老年人体质普遍优于农村,随着年龄的增长城乡差距逐渐增大,老年段乡村不合格率高出城市约 8% 左右,加强农村群众体育活动的开展,亦应成为老年体协的工作重点。

3.2 建议

减缓人口老龄化所带来的社会问题应受到全社

会的关注,建议加强宣传提高社会责任感。老年人参加锻炼的积极性较高,但科学性有待提高,加强科普常识与健身方法的宣传,应引起有关部门及老年人自身的重视,以有效提高老年人体质与健康水平。

参考文献:

- [1]第二次国民体质监测公报[S].北京:国家体育总局,2006.18.
- [2]2000年陕西省国民体质监测公报[S].西安:陕西体育局,2001.
- [3]2005年陕西省国民体质监测公报[S].西安:陕西体育局,2006.
- [4]全国第四一六次人口普查公报[EB/OL].[2011-06-10].
<http://www.stats.gov.cn>.
- [5]李俊红.陕西省人口老龄化问题及其对策研究[J].西安财经学院学报,2009,22(4):65-69.
- [6]赵秋蓉,高炳宏.人口老龄化与老年人体质研究展望[J].体育科学,2000,20(4):61-65.
- [7]张昌彩.人口老龄化:影响、特点与对策[J].开放导报,2008(3):28-32.