

西部体育论坛

文章编号:1001-747 (2006)03-0051-03 文献标识码:A 中图分类号:G806

陕西省部分高校高级专业技术人员健康状况调查*

陈彦, 杨建设

(西安体育学院 体育理论教研室, 西安 710068)

摘要: 通过问卷调查, 发现有近三分之一的被调查者近两年内未进行任何身体健康检查, 而参加身体健康检查者有 40% 多不同程度地患有各种疾病, 并对其不良生活方式进行分析。

关键词: 陕西省; 高级; 专业技术人员; 健康

On Health Condition and Countermeasure of Highly Qualified Person of Specialty in Shaanxi Province

CHEN Yan, YANG Jian-she

(Office of Sport Theory, Xi an Institute of PE, Xi an 710068, China)

Abstract: By the questionnaire, it is known that there are nearly one third of research objects without medicine examination in last two years, therefore, as many as 40% of these people who were examined developed diseases of different degrees, and we analyze their bad life style of influencing people health. Simultaneity we make out the corresponding measurements of improvement.

Key words: Shaanxi Province; high grade; specialty personal; health

陕西省高等院校的数量在全国名列第 4, 拥有大量高级专业技术人员。这些人才对促进陕西科技、经济和社会的协调发展起到了主要作用。陕西要构建和实施“人才强省”战略, 必须保证充足的人才资源。高级专业技术人员的身体健康是目前行政管理部门、人事管理部门所面临的现实问题和重要

课题。

1 研究对象与方法

以陕西高校中具有高级专业技术职称人员为研究对象。具体调查对象中男性 380 人, 占 67.3%, 女性 185 人, 占 32.7%, 其他情况见表 1 - 2。

表 1 被调查者年龄分布

年龄(岁)	30 岁以下	31 - 35	36 - 40	41 - 45	46 - 50	51 - 55	56 - 60	60 岁以上
人数	50	30	85	172	96	74	48	10
%	8.9	5.3	15.0	30.4	17.0	13.1	8.5	1.3

表 2 被调查者民族、文化程度、职业状况

	民族			文化程度				职业		
	汉	回	其他	专科	本科	硕士	博士	教师	科研人员	其他
人数	532	24	9	43	327	153	42	440	89	36
%	94.2	4.2	1.6	7.6	57.9	27.1	7.4	77.8	15.8	6.4

研究方法主要是文献资料法、问卷调查法、访谈法等。抽取西安交通大学、西北农林科技大学、陕西师范大学、西安文理学院、咸阳师范学院、安康师范学院、延安大学等 7 所高校具有高级专业技术职称

的教师和研究人员。向其发放问卷 600 份, 收回问卷 586 份, 有效问卷 565 份, 有效率为 94.2%。并对所得数据进行统计分析。

* 收稿日期: 2005-09-11; 修回日期: 2005-12-20

基金项目: 陕西省哲学社会科学基金项目(04G016Z)

作者简介: 陈彦(1963-), 男, 陕西泾阳人, 副教授, 研究方向为体育社会学; 杨建设(1974-), 男, 陕西三原人, 讲师, 上海体育学院博士生, 研究方向为社会体育。

2 身体健康现状

2.1 身体健康状况的关注度不高

通过调查,了解到陕西省部分高校高级专业技术人才对健康状况的关注程度并不乐观。有 67.4% (381 人) 近两年内参加了身体健康检查,有 32.6% (184 人) 的人近两年未进行过身体健康检查。这一数据说明,我省高校一些高级知识分子对自己

身体健康关注不够,也反映了部分高校对本院教职工的健康状况关心和爱护不够。

2.2 体检结果患有慢性病率偏高

从表 3 可看出,体检结果中患病者占参加身体健康检查人数的四成还多,患有慢性疾病占 37.5%,重大疾病 5%,患有慢性病的比例,与我国居民慢性病患病率 15.1%^[1] 的比例相比明显偏高。

表 3 身体健康检查结果

检查结果	参加身体健康检查			未进行检查	合计
	健康无病	患有慢性病	患有重大疾病		
人数	219	143	19	184	565
%	38.8	25.3	3.3	32.6	100

通过数据统计分析,被调查者中患有各类疾病累计 354 人次,是参加身体健康检查结果患病人数的两倍还多(162 人检查结果患病),身体健康状况令人堪忧。由表 4 可以看出,主要患病是消化系统、心血管系统和呼吸系统的疾病。究其原因,可能与工作时间长、强度大、压力大、不良生活方式、缺乏体育锻炼等有着密切的关系。

表 4 患病情况统计表

排列顺序	疾病名称	中选频率 (%)
1	消化系统疾病	21.2
2	心血管疾病	11.5
3	呼吸系统疾病	11.5
4	内分泌系统疾病	9.6
5	其他疾病	5.3
6	泌尿系统疾病	3.5
7	重大疾病	3.3

3 生活和工作状况

3.1 睡眠不足,质量不高

从表 5 可以看出,近 70% 的人睡眠不足 8 小时,一定程度上反映出他们工作时间较长。偶尔休息时间较少,对身体健康影响不大,但是长期如此必然对身体健康产生不良影响,大脑皮层经常处于兴奋状态,就很难有好的睡眠。

3.2 饮食规律较好

从调查数据可知,饮食不规律者占到 32%,有规律者占到 68%,说明大多数人的饮食是有规律的。

3.3 不良嗜好率相对较低

医学实践证明,经常吸烟和大量饮酒也能导致某些疾病的产生,尤其是心脏病、脑血管疾病和癌症的死亡率与这两个因素有着密切关系。调查可知,经常吸烟者占 25.80%,经常饮酒者为 14.5%,偶尔吸烟者占 25.70%,偶尔饮酒者 56.30%。吸烟者占到一半以上,而经常饮酒者比例相对较低,仅有 14.5%,不良习惯相对较少。他们对自身行为具有较强的控制能力,对于不良嗜好具有一定的排斥性。

表 5 睡眠情况调查

	睡眠时间(h)				睡眠质量			
	4-5	5-6	6-7	7以上	非常不好	不好	一般	好
人数	10	88	288	179	27	112	266	160
%	1.8	15.6	51.0	31.7	4.8	19.8	47.1	28.3

表 6 高级专业技术人员每天工作时间调查统计表

每天工作时间(h)	8 以下	8	8—12	12 以上	合计
人数	69	186	274	36	565
%	12.2	32.9	48.5	6.4	100

3.4 工作方式

从表 6 可知,被调查者中每天工作 8 h 的占 32.9%,8 h 以上的占到一半还多(54.9%)。从中反映出当代高级专业技术人才真实的工作现状。从上下班路途占用时间来看,路途占用时间较少,81.6%的人在 30 min 内(含 30 min),与北京、上海高级专业技术人才相比占用时间较少。这与西安市的人口密度相对较低、多数人居住地与工作地在同一单位有一定的关系。

4 健康意识

沃林斯基(Fredric D Wolinsky)研究认为:“某些居民具有的 5 个良好卫生习惯是预期寿命的一个优良指标,这 5 个习惯是从不吸烟、经常运动、一次喝酒少于 5 口、相对于身高是中等体重和每天睡 7 到 8 小时。”^[2]同时他的研究发现健康习惯与几种疾病(如心脏病、脑血管病和癌症等)的死亡率有着密切关系。良好习惯多的人,其死亡率低。相反,良好习惯少(无,有 1 个或 2 个)的人,他们的死亡率是良好习惯最多(4—5 个)的人的 3 倍。因此,我们根据前面提到的良好习惯指标,来研究陕西省高校高级专业技术人才的健康意识。健康意识是人们对健康的总体看法和态度。

调查可知,有 68.8%的人认为经常参加体育锻炼是影响身体健康的最主要因素(见表 7)。说明多数高级专业技术人才对于体育锻炼的功效是有一定认识的,健康意识较强。但意识向行为转化时还需要一个过程(或一段时间),陕西省高级专业技术人才经常长期从事体育锻炼的人却非常少,仅占 31.9%。

5 建议

5.1 加强全民健康意识教育

通过各种渠道进行健康意识教育,也可以组织一些健康教育专家或长寿老人对高级专业技术人才进行有关健康知识及养生之道的讲座。另外,也是更重要的一面,各高校应该将高级专业技术人才的健康列入议事日程上来,定期对他们进行身体健康检查。特别重视中老年高级专业技术人才的身体健康状况,需要给予政策和经费上的支持。

表 7 认为影响健康主要因素

影响健康 主要因素	经常体育 锻炼	健康饮食 习惯	其它	合计
人数	389	36	140	565
%	68.8	6.4	24.8	100

5.2 经常组织体育活动

现代预防医学理论告诉我们,疾病预防有三级预防,一级预防,即在发病前期,针对致病因素所采取的根本性预防措施;二级预防,即在疾病的临床前期做好早期发现、早期诊断、早期治疗的“三早”预防措施;三级预防,即对已患病者,给予及时、有效治疗,防止其病情恶化。一级预防是投入少、效率高、最积极的社会预防措施,体育锻炼当属于一级预防。因此,经常主动的参加体育锻炼,单位有意识的组织一些适宜的体育比赛,对于高级知识分子是十分必要和有益的。

5.3 安排假期,调节身心负担

目前,多数高级专业技术人才是科研骨干、学术带头人,教学、科研和日常工作负担太重。为此,应提倡劳逸结合,对高级专业技术人才,特别是高校一些骨干教师,要合理地安排他们的工作,并采取定期休“学术假”的办法,一方面可以放松工作节奏,调整身体机能;另一方面,高级专业技术人才可利用此机会,以适合自己的方式,或学习借鉴最新科研成果,或归纳总结自己的工作。这样,养精蓄锐,以更高的效率投入新阶段的工作。

参考文献:

- [1]第三次国家卫生服务调查主要结果[EB/OL].www.xjbtws.com/rescenter/upload/document/3039/1.doc,2004-12-30.
- [2]沃林斯基 F D. 健康社会学[M]. 孙敬虹,译. 北京:社会科学文献出版社,1999. 289-372.
- [3]卢元镇. 中国知识分子健康与体育参与状况评析[J]. 山东体育学院学报,2003,19(1):1-4.
- [4]李力研. 来自中关村的健康报告[J]. 福建体育科技,1996,15(2):15-21.
- [5]徐宝庆,曹振康. 上海市高校中老年知识分子的健身现状与对策[J]. 上海体育学院学报,1998,22(增刊):220-222.
- [6]孟和. 内蒙古高校老年知识分子体育特征研究[J]. 西安体育学院学报,1999,16(1):27-28.
- [7]张建雄. 广东省高校高级知识分子体育参与特征研究[J]. 体育科学,1998,18(9):18-20.
- [8]张勇. 安徽省中高级知识分子健康状况与体育锻炼的调查与分析[J]. 北京体育大学学报,2001,24(12):460-461.
- [9]郑桂珍,陈华,陈月新,等. 上海市高校女教授健康状况的调查报告[J]. 妇女研究论丛,2004,(5):19-24.
- [10]施芳芳,凌平. 关于知识分子英年早逝的成因剖析[J]. 体育与科学,1996,17(6):106-107.
- [11]柳伯力,卢锋,黎莎,等. 四川省知识分子群体参与全民健身及有关情况的调查与分析[J]. 成都体育学院学报,1998,24(1):89-93.