

# 我国知识分子健康状况的调查与分析

苏 静, 王崇喜, 寇建民

(河南大学 体育学院, 河南 开封 475001)

**摘 要:**根据《2001年中国城乡居民参与体育活动调查问卷》结果,详细分析了我国知识分子目前的身体健康状况。结果显示:知识分子健康状况比过去有所好转,并明显好于其他人群。

**关键词:**知识分子;健康状况;中国

中图分类号:G806;G812 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2003)05-0027-03

## Investigation and research on the health conditions about the intellectuals in China

SU Jing, WANG Chong-xi, KOU Jian-ming

(Institute of Physical Education, Henan University, Kaifeng 475001, China)

**Abstract:** According to the result of the questionnaire on the city and countryside inhabitants, the article analyzed the intellectuals' health conditions. It was shown that the health conditions of the intellectuals have become better and are much better than other people.

**Key words:** intellectuals; health conditions; China

过去由于种种原因知识分子的健康水平每况愈下,英年早逝现象愈演愈烈,这种严峻的事实,引起党中央和全社会的广泛关注,要求有条件的科研机构 and 高等学校,要把改善知识分子的生活条件,提高生命质量和健康水平作为一个重要课题来研究。几年的研究过去了,知识分子的健康状况如何,是否得到改善和提高,本文根据《2001年中国城乡居民参与体育活动情况调查问卷》中有关知识分子健康状况的资料进行分析研究,了解知识分子目前的工作情况、生活方式对健康的影响以及人们受教育的程度对健康状况的影响,其目的在于了解和掌握知识分子目前的健康状况和应注意的问题,为今后改善和提高健康水平提供依据。

研究对象为中国城乡居民。知识分子人群界定在大专以上学历人群。调查内容及表格由《2001年中国群众体育调查》课题组统一设计制作。调查人数为7994人,有效问卷为7541份,有效率为94.3%,合格总人数为7312人。共划分为7个年龄段,各年龄段人群均有。知识分子人群为668人。知识分子人群主要集中在青年、中年人群段(见表1)。被调查人群家庭收入,每月从200~1600元以上均有。知识分子人群家庭经济状况较好,月收入在1600元以上者为45%,明显高于其他人群家庭。知识分子人群的职业主要为管理人员和科教文工作者,其工作性质主要以脑力劳动为主。

表1 年龄与教育程度

人(%)

对象	16岁以下	16~25岁	26~35岁	36~45岁	46~55岁	56~65岁	65岁以上	总计
知识分子	0(0)	144(21.5)	248(37.1)	154(23.1)	72(10.8)	36(5.4)	14(2.1)	668
其他人群	5(0.1)	1036(15.5)	1656(24.9)	1719(25.9)	1254(18.8)	626(9.4)	348(5.2)	6644

## 1 知识分子健康状况的调查与分析

### (1) 患病情况

知识分子患慢性疾病者,在同类人群中占16.2%,在总人群中仅占1.5%。据资料表明,1998年浙江省高校知识分子患慢性病的94.2%,2000年安徽省高校知识分子患慢性

病的32.5%。从前后几年患病率上看,知识分子慢性病患者在逐渐减少。在患病种类上,调查结果与已往显示资料也有所不同。过去资料显示知识分子患心血管疾病居第1位,而本次调查则排第3位,排在第1位的是消化系统疾病。

### (2) 身心状态

收稿日期:2003-02-19

基金项目:国家体育总局体育社会科学、软科学研究项目(编号:341SS01089)。

作者简介:苏 静(1963-),女,副教授,研究方向:体育教学与训练。

身心状态是指身体和心理所表现出来的状态。即对自己身体和心理的感觉。过去一些研究认为,我国知识分子工作压力大,负担重,身心疲惫。而本次调查,知识分子身心状态发生了很大的变化(如表 2 所示)。1)知识分子由于职业特点,体力消耗少,身体的疲劳容易恢复。调查显示,身体经常疲劳的人占 5.6%。2)知识分子有稳定的职业、固定的收入和正常的家庭,家庭负担的压力不大,加上业余时间能够通过一些活动调节和放松工作造成的疲劳。因此,精神经常疲劳的为 4.6%。3)由于身体和精神经常疲劳的人较少,不良习惯抽烟喝酒的人较少。因此,担心慢性病者少于其他人。4)由于职业特点体力消耗少,经济条件好,营养充足,加之运动不足。因此,肥胖的发生高于其他人。

### (3)生活方式

生活方式是指不同的个人、群体和全体社会成员在一定社会条件和价值观念指导下所形成的满足自身生活需要的

全部活动形式与行为特征的体系。本次研究主要分析闲暇生活方式中的家庭生活方式。过去我国知识分子由于各方面的条件决定,他们在法定的工作时间外,大多数仍然围绕工作转,生活方式内容单调,一成不变,家务负担重,加上一些不良的生活习惯,从生理和心理上都有损于健康。

随着经济条件的好转,家庭现代化的出现,家务劳动时间在逐渐减少(见表 3),知识分子在工作之余有更多的时间从事其它活动。知识分子业余生活丰富多彩,从事看书、看报,休闲娱乐,体育活动的人多了,意味着知识分子在工作之余,能够摆脱各方面的压力,轻松愉快地生活,工作造成的疲劳能够及时消除。一些不良的生活习惯,如:抽烟、喝酒也在逐渐减少。生活方式和过去相比发生了很大的变化,生活方式的改善标志着生活质量的提高,生活质量的提高无疑会促进健康水平的提高,这是获得身心健康的重要条件。

表 2 对自己身体和心理的感觉

感觉项目	对象	很有感觉	有一定感觉	没太大感觉	没感觉	不清楚	总计
身体经常疲劳	知识分子	40(6.0)	159(23.8)	195(29.2)	270(40.4)	4(0.6)	668(100)
	其他人员	877(13.2)	1 632(24.5)	1 347(20.3)	2 748(41.4)	39(0.6)	6 643(100)
精神经常疲劳	知识分子	31(4.6)	132(19.7)	173(26.0)	322(48.2)	10(1.5)	668(100)
	其他人员	454(6.8)	1 110(16.7)	1 544(23.2)	3 450(52.0)	86(1.3)	6 644(100)
体力正在衰退	知识分子	28(4.2)	148(22.1)	140(21.0)	340(50.9)	12(1.8)	668(100)
	其他人员	709(10.7)	1 532(23.1)	1 265(19.0)	3 023(45.5)	116(1.7)	6 645(100)
担心患慢性病	知识分子	24(3.6)	84(12.6)	120(18.0)	416(62.1)	25(3.7)	669(100)
	其他人员	551(8.2)	937(14.0)	1 057(16.0)	3 827(57.6)	277(4.2)	6 643(100)
运动不足	知识分子	67(10.0)	153(22.9)	155(23.1)	276(41.3)	18(2.7)	669(100)
	其他人员	509(7.7)	1 142(17.2)	1 283(19.3)	3 329(50.1)	382(5.7)	6 645(100)
肥胖正在发生	知识分子	56(8.4)	115(17.2)	116(17.3)	366(54.7)	16(2.4)	669(100)
	其他人员	389(5.9)	819(12.3)	998(15.0)	4269(64.3)	169(2.5)	6 644(100)

表 3 每天家务劳动的时间

对象	1 h 以下	1~2 h	2~3 h	3~4 h	4 h	总计
知识分子	235(35.2)	200(29.9)	164(24.6)	49(7.3)	20(3.0)	668
其他人群	1 245(18.7)	1 265(19.0)	1 581(23.8)	1 144(17.2)	1 410(21.2)	6 645

### (4)健康意识

健康意识是指人们对获取健康所做出的反应。健康意识的强弱是决定健康状况好坏的一个先决条件。本次调查结果显示,知识分子对健康的重视程度在逐渐地加强,排在前 3 位的是保证睡眠、注意饮食营养、生活有规律。睡眠是一种保护性抑制,是人体生理上的正常要求,良好的睡眠不仅能使大脑皮质得到充分的休息,而且能使机体其它器官的疲劳得以恢复,是消除疲劳的良药。合理的营养是促进人体健康、防治疾病、延年益寿的重要因素,是人体获得健康的物质基础,对消除机体疲劳有积极作用。英国营养学家说“合理的营养可使人的寿命延长 20 年”。生活规律是保证健康的条件。人体的生理活动是有一定规律的,生活起居的安排要适应生理变化的规律,做到有张有弛,劳逸结合。在余暇

时间利用的调查中,体育活动排位第 3,是余暇时间的主要活动,可见影响健康的一些因素已被知识分子所重视,他们在努力改善自己的健康状况,健康意识正在逐渐加强。这是健康水平提高的重要保证。

### (5)参与体育活动情况

据资料显示,知识分子由于肩负着家庭和社会的重任,要付出较多的精力和时间进行工作和家务,制约了他们参加体育锻炼的时间和次数,本次调查统计,知识分子每周参加体育活动的人数为 437 人,占知识分子人数的 65.4%,每周活动 3 次以上者为 293 人,占活动人数的 67%,每次活动至少 30 min 以上者为 383 人,占活动人数的 87.8%。随着生活质量的提高、余暇时间的增多,越来越多的知识分子注意到健康的重要性。体育活动作为预防医学的重要内容,对强身

健体有着直接的作用,同时还是丰富生活内容、改变生活方式、提高生活质量的主要内容。知识分子参加体育活动原因的排序,增强体力和健康、散心解闷、休闲娱乐和同伴交流被排在前3位。可见,体育活动已经成为当今人们生活中的一种必需。它不仅可以提高身体健康,而且在改善和提高心理健康方面也发挥着重要作用。

## 2 知识分子与其他人群健康状况的比较分析

### (1) 患病情况的比较

知识分子患慢性病者占16.7%,其他人群为24.7%,进行了 $\chi^2$ 检验, $\chi^2_{0.01}(1) = 6.63, \chi^2 = 24.46, P < 0.01$ 。检验结果,两人群在患病率上存在着高度显著性差异,知识分子患慢性病者明显少于其他人群。

### (2) 身心状态的比较

从表2的统计数据看,知识分子人群和其他人群在身体经常疲劳、精神经常疲劳、体力正在衰退,担心患慢性病,运动不足,肥胖正在发生等6项内容的百分比上有一定的差

异。我们对此内容很有感觉的人进行了两人群间显著性差异检验,检验结果, $\chi^2_{0.01}(5) = 15.09, \chi^2 = 71.66, P < 0.01$ ,两人群之间差异高度显著。知识分子人群对上述6项内容很有感觉的百分比人数明显低于其他人群。

### (3) 健康意识的比较

将8项调查内容,按重视程度进行排序,并对前5项内容(保证睡眠,注意饮食营养,生活规律,经常活动,改掉不良习惯)进行两样本率间显著性差异检验(见表4)。检验结果除第一项保证睡眠两人群间无显著性差异外,其余4项均存在着显著性差异。知识分子人群对健康的重视程度明显好于其他人群。知识分子业余时间由过去的业务学习为主转变到看书看报、家务劳动和休闲娱乐上,通过这些活动可以调节和放松由于工作造成的精神紧张和疲劳。从两人群对健康的重视程度和余暇时间的主要用处看,知识分子的健康意识明显强于其他人群。综合前两项分析,我们认为本次调查知识分子健康状况明显好于其他人群。

表4 对健康的重视程度 U 检验表

对象	n/人	保证睡眠	注意饮食营养	生活有规律	经常活动	改掉不良习惯
知识分子	668	436(65.2)	433(64.8)	402(60.1)	355(53.1)	172(25.7)
其他人	6644	4209(63.3)	3270(49.2)	3137(47.2)	1731(26.0)	1025(15.4)
U		0.97	7.57	9.03	14.56	6.75

## 3 结论

(1) 知识分子人群慢性病患者率与过去相比明显降低,与其他人群相比有显著性差异,明显低于其他人群。在患病种类上与过去相比有所改变,过去主要是心血管疾病,而本次心血管疾排在第3位,排在第1位的是消化系统疾病。

(2) 对自己身体和心理的感觉受职业、健康状况、体育锻炼等影响,知识分子人群由于职业稳定,经济状况好,身心状态与其他人群相比有显著性差异,明显好于其他人群。

(3) 知识分子与其他人群在注意饮食营养,生活规律,经常活动,改掉不良习惯上存在着显著性差异。知识分子对健康的重视程度明显高于其他人群。

(4) 知识分子余暇时间从事体育活动的人数逐渐增多,一些不良的生活习惯,如:抽烟、喝酒的现象在逐渐减少。生活方式和过去相比发生了很大的变化,生活方式的改善标志着生活质量的提高,生活质量的提高无疑会促进健康水平的提高,这是获得身心健康的重要条件。

(5) 知识分子每周参加体育活动者为65.4%,和过去相比人数在逐渐增加。增强体力和健康、散心解闷、休闲娱乐和同伴交流是知识分子参加体育活动的主要原因。

(6) 经济收入的增长,生活方式的改变,余暇时间从事体育活动的人数增多,生活质量的提高,健康意识的加强是本次调查知识分子健康状况好转的主要原因。稳定的职业、较

高的收入、良好的生活习惯、对健康的重视是知识分子健康状况好于其他人群的主要因素。

### 参考文献:

- [1] 李力研.来自中关村的健康报告[J].福建体育科技,1996(2):16-21.
- [2] 张永军.我国知识分子健康状况探因[J].体育学刊,1998,5(2):79-80.
- [3] 沈国平.浙江省中高级知识分子健康状况与体育锻炼的调查分析[J].北京体育大学学报,1999,22(3):20-21.
- [4] 张勇.安徽省中高级知识分子健康状况与体育锻炼的调查分析[J].北京体育大学学报,2001,24(4):460-461.
- [5] 张艳.沈阳科技工作者体育运动与健康状况调查[J].体育科学,1998,18(2):29-30.
- [6] 范丽萍.对中国部分地区知识分子体质及运动状况的调查分析[J].广州体育学院学报,2000,20(3):92-96.
- [7] 周学荣.知识分子健康与高校体育改革[J].四川体育科学,1997(1):45-47.
- [8] 叶展红.广东省高校老年人健康状况与自我保健对策[J].广州体育学院学报,2000,20(3):87-91.

[编辑:李寿荣]