

# 大学生健康危险行为调查

李广宇<sup>1</sup>, 张宝荣<sup>1</sup>, 张会来<sup>1</sup>, 戴国盛<sup>2</sup>

(1. 廊坊师范学院 体育系, 河北 廊坊 065000; 2. 河北工业大学 体育部, 河北 廊坊 065000)

**摘 要:** 自制健康危险行为问卷, 对 422 名二年级大学生进行了有关健康危险行为的调查。结果: 危害大学生健康的行为在大学生中较为普遍, 一些健康危险行为存在性别差异。男生吸烟率为 40.9%; 男生喝啤酒率为 92.6%, 女生为 71.0%; 有 32.2% 的男生和 12.9% 的女生经常体育锻炼; 有 29.5% 男生和 6.5% 女生发生过意外伤害, 有的 40.9% 男生和 38.7% 女生有过骑摩托车或坐摩托车不带头盔的情况发生, 有 32.9% 的男生和 16.1% 女生有过通宵娱乐或学习。

**关 键 词:** 危险行为; 大学生; 问卷调查

**中图分类号:** G806 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2003)05-0030-03

## Descriptive study on health risk behaviors of undergraduates

LI Guang-yu<sup>1</sup>, ZHANG Bao-rong<sup>1</sup>, ZHANG Hui-lai<sup>1</sup>, DAI Gou-sheng<sup>2</sup>

(1. Department of Physical Education, Langfang Teacher's College, Langfang 065000, China;

2. Department of Physical Education, Hebei Industry University, Langfang 065000, China)

**Abstract:** To study characteristic of health risk behaviors among Undergraduates after expansion of the enrollment. A questionnaire survey on health risk behaviors was conducted among 422 undergraduates of grade two. The risk behaviors happened regularly in undergraduates and some behaviors was difference between male and female students. The prevalence of cigarette smoking was 40.9% in male student, beer alcohol use 92.6% in male and 71.0% in female students, there was 32.2% male and 12.9% female students doing exercise regularly, 40.9% male and 38.7% female students ride and take motor without helmet in the past year. 32.9% male and 16.1% female student had all night study or amusement in past 30 days. The measure and strategy should be done to preventing risk behaviors.

**Key words:** dangerous behaviors; undergraduates; questionnaire

健康危险行为是指吸烟、饮酒、过早不安全性行为、不合理膳食、缺乏体育锻炼及各种导致意外伤害的行为, 这些行为直接或潜在地威胁着青少年现在及将来的健康<sup>[1]</sup>。面对高校扩招, 学生自主择业和高等教育改革的形势, 针对大学生的危险行为进行调查研究, 对于制定相应干预策略和解决办法, 降低健康危险行为的发生率, 维护大学生身体健康和建立良好的生活方式有积极意义。

以东方大学城海淀走读大学和河北工业大学二年级学生为调查对象, 以班为单位, 随机抽样, 发放问卷 458 份, 回收有效问卷 422 份, 回收率为 92.13%, 其中男生 298 份, 占 70.62%; 女生 124 份, 占 29.38%, 年龄 18~25 岁, 平均 (20.76±1.68) 岁。

参照美国疾病预防控制中心 (DCD) 1991 年版和 1995 年版青少年危险行为监测问卷和周凯、叶广俊和胡利人<sup>[2-6]</sup> 的问卷, 结合实际, 自行设计包括吸烟、饮酒、运动行为、性行

为、自杀和交通安全等方面 KAP 调查问卷。知识和信念共 52 小题, 答案由“从不同意、不同意、同意、非常同意”4 个等级分别按照 1、2、3、4 记分输入计算机 (另文报道)。行为部分卷主要有包括是否发生、程度和水平等, 共 67 小题。要求回答在过去 1 年、过去 30 d 或过去 1 星期的健康危险行为。由经过培训的调查员在教室当场发放问卷, 现场匿名独立填写, 当场收回。应用 Spss10.0 进行统计分析。

## 1 调查结果

### (1) 吸烟饮酒行为

男生和女生吸烟百分率为 40.9% 和 3.2%; 喝啤酒百分率为 92.6% 和 71.00%; 喝白酒百分率为 54.47% 和 6.5%, 喝醉过的百分率为 36.4% 和 11.2%, 男女生比较, 差别有极显著性意义 ( $P < 0.01$ )。

### (2) 与饮食结构有关行为

收稿日期: 2002-12-10

基金项目: 河北省教育厅 2002 年人文社科课题 (S02348); 河北省教育科学十五规划项目 (0040225)。

作者简介: 李广宇 (1966-), 男, 副教授, 研究方向: 运动生理学与健康学。

男女生过去1周饮食百分率,吃乳制品为63.8%和90.30%;吃豆制品为86.6%和93.5%;吃粗粮为59.7%和45.2%;吃水果为85.2%和93.5%;不吃早餐为24.2%和9.7%男女比较吃豆制品和水果差别无显著性意义,其他均有显著性意义。

### (3)与运动有关行为

男女生过去1年每周锻炼3次,每次30 min的百分率,经常的为14.1%,多数时间为18.8%和9.7%;偶尔为42.2%和41.9%;不锻炼为24.90%和45.20%。男女比较除偶尔一项外其余均 $P < 0.05$ ,差别有显著性意义。

### (4)与药物滥用和自杀有关行为

过去1年男女生药物滥用和自杀情况,男生7.40%(8人),女生3.2(4人)滥用药物;男生有20.8%,女生有19.4%有自杀意念;有自杀计划或尝试男生2.7%,女生6.5%。男女生比较差异均无显著性意义。

### (5)与意外伤害有关行为

过去1年中或30 d意外伤害及打架百分率,意外伤害男生29.5%,女生6.5%,打架男生0.7%,女生为0;30 d带刀棍外出男生4.0%,女0.8%;1年带刀棍外出男生11.4%,女生1.6%。男女生比较均 $P < 0.01$ ,差异有极显著性意义。

### (6)与交通安全有关行为

上周坐车不系安全带,男60.4%,女41.9%,男女生比较呈非常显著性差异( $P < 0.01$ );上周骑摩托未带头盔,男10.7%,女9.7%;30 d骑摩托未带头盔,男14.1%,女19.4%;上周骑闸无用的自行车,男32.9%,女12.9%;过去1周酒后驾车,男2.7%,女无一人,男女生比较呈非常显著性差异( $P < 0.01$ )过去1周横穿马路不走斑马线,男64.4%,女41.9%,男女生比较呈非常显著性差异( $P < 0.01$ )。

### (7)与性有关的行为

过去1年与异性接吻或拥抱,男37.6%,女32.3%;过去1年发生婚前性行为,男16.1%,女1.6%;过去1周婚前性行为男9.4%,女0.8%,男女生比较, $P < 0.01$ ;在最近1次性交中使用安全套,男生32人,占66%,女生1人,占50%。

### (8)其他经历

过去1周内看过健康报刊或网页,男34.2%,女29.0%;过去1年作弊或帮他人作弊,男41.6%,女38.7%;过去1周迟到,男31.5%,女38.7%;过去1周旷课,男37.6%,女9.7%;过去30 d通宵娱乐或学习,男32.9%,女16.1%。

## 2 讨论

调查结果显示,大学二年级学生一些健康危险行为发生较为严重。多数健康危险男女之间存在性别差异。

### (1)吸烟喝酒问题严重

过去1年吸烟率为40.9%,这比美国报告的29.0%<sup>[3]</sup>、英国报告的基线水平23%<sup>[7]</sup>、广东报告的36.69%<sup>[6]</sup>高,说明被调查学生群体吸烟问题较为严重。目前发达国家烟民每年以1.1%的速度减少,而发展中国家烟民仍在增加<sup>[8]</sup>,其主要原因在于中国防控吸烟的工作起步晚。同时,说明高校控烟工作责任重大。这比不少学者报道的大学一年级吸

烟率16%~19%高出太多,很有可能是一年前吸烟行为增多的结果,这与大学由一年级向二年级过度的心理和社会适应特点有关,应引起重视。关于饮酒、喝啤酒的百分率明显高于国内一些学者的报告,也高于美国的报告<sup>[2,3]</sup>。本研究男生喝醉酒的比率显著高于广东23.31%<sup>[6]</sup>和英国35%<sup>[8]</sup>,大大高于中学生喝醉呕吐率(4.3%)<sup>[9]</sup>。本研究喝醉酒是指吐和明显言语行为失态,因此,这些学生的防控酒工作应着手加强,健康教育、行为矫正等方法应及早采用。

### (2)饮食结构问题男女差异较大

除了过去1周吃粗粮,女生不及男生以外( $P < 0.01$ ),其他行为,女生均好于男生,在使用乳制品和坚持吃早餐方面有非常显著性差异,在吃豆制品和水果方面不具有显著性差异。来自英国研究显示,64%的青少年存在不利于健康的饮食习惯,并且有50%的人想要改变饮食习惯。建议男生进行平衡膳食、“营养宝塔”和不吃早餐危害的饮食健康教育,对女生的健康教育应强调粗粮营养成分及作用。

### (3)体育锻炼严重缺乏

有关运动行为,男生明显好于女生。按照运动医学的研究成果,每周锻炼3次,每次超过30 min的体育锻炼,在维护增进身体健康、增强体能(physical fitness)、预防非感染疾病及缓解压力、提高心理健康水平等诸多方面有着积极意义<sup>[9]</sup>。这也是划分体育人口的标准之一<sup>[11]</sup>。然而,本研究中,经常和大多数时间做到科学体育锻炼的百分比,男生达32.9%,女生只有12.9%,这明显低于昆明的研究(男生51.2%,女生47.11%)<sup>[12]</sup>,这与“将在校学生作为自然的体育人口”的估计和要求相差太远<sup>[12]</sup>。有24.9%的男生和45.2%的女生根本不锻炼。这与英国的报道39%<sup>[8]</sup>相比还高,这说明大学生,尤其是女生运动行为问题严重,这与我们前期关于成人的研究相似<sup>[13]</sup>。其原因值得深入研究。

### (4)自杀意念较高

有20.8%的男生和19.4%的女生回答有自杀意念,这与江西有关青春少女自杀意念发生率为9.6%<sup>[14]</sup>(3394/35025)和浙江一般成年人自杀意念的发生率5.4%相比<sup>[15]</sup>,都高出许多。男女生之间比较,女比男自杀计划及实施严重,但差异不具有显著性。这应当引起我们足够重视。根据美国的资料,在1998年共有4153名15~24岁的青少年自杀。平均每天11.3人自杀身亡,自杀已经成为这个年龄段第三杀手,占死亡总数的13.5%。一般女性计划和实施自杀的比率高于男性<sup>[16]</sup>。其原因主要是情绪障碍——抑郁、药物滥用、孤独、最近个性改变、心理应激(负性生活事件)、大脑神经功能异常等。

### (5)意外伤害及打架有关行为

意外伤害的发生率男女之间存在明显差异,男生意外伤害较为严重,其中打架占2.4%。近30携带刀棍等凶器外出的比率为4.0%,比美国相近年龄的发生率为13.6%情况低<sup>[2]</sup>。也低于北京报告的中学生为8.7%的行为发生率<sup>[4]</sup>。另外这也低于我们关于体育大学生打架45.6%的报道<sup>[17]</sup>。

### (6)与交通安全有关的行为

男生在不使用安全带、骑没有闸的自行车和横穿马路不

走斑马线等危险行为多于女生。上周坐车不系安全带的比率男生为 60.4%，这与北京关于中学生为 60.9% 报道相同<sup>[4]</sup>，过马路不走斑马线较为严重，酒后驾驶机动车和骑摩托不带头盔时有发生。提示，交通安全意识应进一步加强。

#### (7) 性行为中男女生差异明显

本研究中，男女生与异性接吻或拥抱均达到 30% 以上，其差异不具有显著性。这与有关大学生异性爱抚的资料相近<sup>[18]</sup>。有关过去 1 年发生性行为的比率，最近一次性交中使用避孕方法、及使用避孕套作为避孕和保护工具方面，男女生之间有差异。本研究报告的男生性行为发生率为 16.1%，高于广东报告的大学生平均发生率为 5.85%<sup>[6]</sup>，大大低于美国 81.7%<sup>[2]</sup>的报告。性行为是敏感问题，受传统观念对性行为负性态度的影响，估计报告率可能低于实际行为发生率。而无保护的性行为可能导致意外妊娠和性传播疾病，包括爱滋病。本研究 29% 和 50% 有性行为男生及女生未进行有效的安全保护，极可能受到伤害，应引起注意。

#### (8) 其他行为

男生在过去 1 周旷课、前 30 d 通宵娱乐或学习两项行为，均显著高于女生。男生通宵娱乐和学习的比率达到 32.9%，虽然明显低于广东报道的 63.63%<sup>[6]</sup>。但是，这也应引起重视。在随访中，学生中相当一部分通宵上网，它已经成为影响健康的新问题，应引起人们的共同关心。另外，男女生作弊的比率较高。男生达到 41.6%，虽然低于安徽关于作弊的报告<sup>[19]</sup>，但这种违纪行为危害心理健康<sup>[19]</sup>而且不利于诚信道德观念的养成，应当给予高度关注。作弊的原因，与教育模式、校风校纪，社会风气、缺乏自信及从众心理所制。

过去 1 周看过健康报刊和网页的人将近 1/3，这明显低于无阅读健康报刊的人。这说明人们的健康意识还有待提高。

通过上述研究发现，大学生的健康危险行为发生较为严重，应加强管理和健康教育，实施有关行为干预的方法和策略，使大学生养成良好的生活习惯和科学的生活方式。

廊坊师范学院体育系 2001 本科学生安宴龙等在数据输入中给予帮助；东方大学城海淀走读大学学生处范力老师在问卷调查中给予热情支持，特此致谢！

#### 参考文献：

[1] WHO. The health of young people [N]. A challenge and a promise. WHO Geneva, 1993.

[2] 张国栋, 许宗桐. 1992 年美国青少年健康危险行为的调查(摘译)[J]. 中国学校卫生, 1997, 18(1): 35.

[3] Douglas K A, Collins J L, Warren C. Results from the 1995 national college health risk behavior survey [J]. J Am College Health, 1997, 46(2): 55 - 66.

[4] 余小鸣, 周 凯, 王 嘉, 等. 中学生健康相关危险行为的调查研究 [J]. 中国学校卫生, 1998, 19(2): 135 - 137.

[5] 周 凯, 叶广俊. 初一年级学生健康危险行为评价 [J]. 中国学校卫生, 2000, 21(6): 454 - 455.

[6] 胡利人, 孔丹莉, 陈观进, 等. 某医学院学生健康危害行为描述性研究 [J]. 中国学校卫生, 2002, 23(1): 20 - 21.

[7] 本记. 健康咨询可能会改变青年人的生活方式 [N]. 中国医学论坛报, 2002 - 09 - 26(11).

[8] 吕姿之, 陈育德. 健康教育与健康促进 [M]. 北京: 北京医科大学与中国协和医科大学联合出版社, 1998.

[9] 苏 虹, 程 慧, 朱秀军. 1 902 名高中学生健康危险行为及其相关因素分析 [J]. 中国学校卫生, 2002, 23(4): 299 - 231.

[10] 孙莉敏, 吴 毅. 上海南京东路社区居民体育锻炼现状调查 [J]. 中国运动医学杂志, 2001(1): 57 - 60.

[11] 张河川, 郭思智. 大学生锻炼行为与相关知识、态度、自我效能的研究 [J]. 中国行为医学科学, 2001, 10(2): 133 - 135.

[12] 张河川, 郭思智. 昆明大学生运动行为与相关心理因素分析 [J]. 中国学校卫生杂志, 2000, 21(6): 452 - 454.

[13] 李广宇, 王利明. 对 30 ~ 34 岁城市非体力劳动者体育意识的调查与分析 [J]. 河北体育学院学报, 2002, 16(2): 11 - 13.

[14] 邱育平, 桂曼今. 自杀意念少女 3 394 例心理健康分析 [J]. 中国学校卫生, 1997, 18(1): 13 - 15.

[15] 夏朝云, 王东波, 吴素琴. 自杀意念量表的初步制定 [J]. 临床精神医学杂志, 2002, 12(2): 100 - 103.

[16] Alan J, Zametkin, Marisa R. Suicide in teenagers [J]. JAMA, 2001, 268(24): 3120 - 3125.

[17] 张保荣, 李广宇, 张会来. 体育大学生健康教育行为问题初探 [J]. 河北体育学院学报, 2002, 16(3): 17 - 19.

[18] 程葆恒. 当前大学生性心理活跃的原因分析 [J]. 中国学校卫生, 1998, 19(4): 310 - 311.

[19] 王献珍. 学生考试作弊心理初探 [J]. 中国学校卫生, 1997, 18(1): 54.

[编辑: 周威]