

温州地区民营企业家健康状况与体育锻炼行为

姜伯乐

(温州大学 体育学院,浙江 温州 325027)

摘 要 :对温州地区 87 名 28~59 岁的民营企业家的健康情况、生活方式、体育锻炼行为等进行调查分析。结果表明:温州地区民营企业家健康状况不容乐观,所患疾病前 6 位的是高血脂、高血压、糖尿病、泌尿系统疾病、脂肪肝和慢性肝炎(人均患病率达 3.13 次)。体质测试总体合格率为 67.82%,低于全国合格率(71.40%)和浙江省的平均水平(79.70%)。大多数民营企业家生活方式不科学,参加体育锻炼少。建议民营企业家要改正不良生活习惯,重视身体健康及卫生知识方面的教育,积极地参加体育锻炼。

关 键 词 :民营企业家;健康现状;体育锻炼;生活方式;温州

中图分类号:G806;G812.41 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2006)04-0041-03

Current situation of physical health and physical exercising with respect to enterprisers of private enterprises in Wenzhou area

JIANG Bo-le

(College of Physical Education, Wenzhou University, Wenzhou 325007, China)

Abstract :The author investigated and analyzed the health (illness) condition, current physical condition, living style and physical exercising with respect to 87 ages 28~59 enterprisers of private enterprises in Wenzhou area, and revealed the following findings: The physical health condition of enterprisers of private enterprises in Wenzhou area was not optimistic. The top 6 major illnesses are high blood fat content, high blood pressure, diabetes, urinary system, fatty liver and chronic hepatitis B (the average illness rate per person is up to 3.13 times). The overall acceptable rate in physical checkup is 67.83%, which is lower than the acceptable rate of 71.40% for the whole country and the acceptable rate of 79.70% for Zhejiang province. Most enterprisers of private enterprises had a poorly managed daily living style, and seldom participated in physical exercising. The author suggested that enterprisers of private enterprises in Wenzhou area and Zhejiang province and even China should improve their bad daily living habits, pay attention to knowledge about physical health and hygiene, and participate in physical exercising actively.

Key words :enterprisers of private enterprises; current health condition; physical exercising; living style; Wenzhou

改革开放 20 多年来,温州成为全国经济发展最快、最有活力的城市之一。作为民营经济发源地的温州,民营经济一直保持着蓬勃发展的良好势头。到 2004 年底,温州地区有个体工商户 24 万户,民营企业 13 万多家(2004 年度进入全国民营企业 500 强有 27 家),温州经济基本形成了以民营企业为主、以公有制为辅的格局。

民营企业在中国经济发展中功不可没,为国家创造了大量税收,并为国家安置就业人员超过 1 亿多人,其中有近 2/3 的国有企业下岗人员在民营企业实现了再就业,民营经济在保障人民生活和社会稳定方面做出了巨大的贡献。但近几年来中国民营企业家英年早逝的悲剧频频发生,如浙江民企均瑶集团董事长王均瑶(拥有 35 亿总资产,38 岁)的逝世,给

温州和浙江乃至全国的民营企业家造成巨大的心理震撼。中国企业家健康工程两年来通过对大量案例的观察与分析,认为影响企业家健康的主要因素并不完全在疾病本身,不能及时发现、治疗、监控早期疾病,繁重工作带来的心理压力,“心动身不动”生活方式造成的体质下降,饮食结构不合理造成的营养失衡,不能劳逸结合,没有规律生活等问题是真正的罪魁祸首^[1]。本课题组对温州地区民营企业家的健康状况与体育锻炼行为进行调查分析。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

依据国家体育总局制定的成年人国民体质监测要求及

标准^[2],采用随机整群抽样的原则,选取 87 名年龄在 28~59 岁(其中男 77 人、女 10 人)温州地区民营企业家为研究对象(见表 1)。

表 1 研究对象男女比例及年龄分布 人(%)

性别	≤29 岁	30~39 岁	40~49 岁	50~59 岁
男性	1(1.30)	3(38.96)	31(40.26)	15(19.48)
女性	0(0.00)	4(40.00)	4(40.00)	2(20.00)
合计	1(1.15)	34(39.08)	35(40.23)	17(19.54)

1.2 研究方法

采用 2000 年国民体质监测方案的问卷指标及测试标准,使用国家体育总局指定体质监测器材,由经过统一培训的检测员对监测对象进行体质测试;访谈、问卷调查设计制定问卷量表一份,所提问题和所设答案均经过社会学专家和体育管理专家多轮评价和修改,符合效度检验和信度的要求。医务体检在温州友好医院进行。测试数据及调查结果采用 SPSS10.0 软件作描述分析。非正态分布资料用 Mann-Whitney U 检验。

2 结果与分析

2.1 民营企业家体质状况

温州地区民营企业家体质测试总体合格率为 67.82%,低于全国合格率(71.40%)和浙江省的平均水平(79.70%)^[3],且优秀率严重偏低,与全国成年人相比差异有

表 4 温州民营企业家与浙江企业家常见病患病率的对比 人次(%)

对象	人数	高血脂	高血压	脂肪肝	冠心病	糖尿病
温州民企家	87	51(58.62)	42(48.28)	25(28.74)	8(9.20)	29(33.3)
浙江企业家	3393	1044(30.77)	308(9.08)	291(8.58)	207(6.10)	109(3.21)
U		5.52	12.00	6.46	1.18	14.22
P		<0.01	<0.01	<0.01	>0.05	<0.01

温州地区民营企业家这次健康体检人均患病达 3.13 次,超过了我国 60 岁以上老年人慢性病人均患有 2~3 种疾病。这些 10 年前以老年患者为主体的“老年病”,目前却成了以民营企业家为主体的“商务病”。通过与温州地区民营企业家的访谈得知,民营企业家普遍健康意识不强,对慢性疾病的防治认识不足、知晓率低,不知道自己存在什么病,治疗不达标,也没有再继续就诊检查治疗效果。

2.3 民营企业家体育锻炼行为

对温州地区民营企业家的问卷调查和访谈结果令人忧虑。问及愿不愿意拿资产去换自己的身体健康,竟然有 30% 的民营企业家表示宁愿要资产而不要健康^[5],持“宁愿要资产而不要健康”观点的一位 28 岁的年轻企业家表示:“如果我能够在浙商史上画上浓重一笔,我即使英年早逝也甘心”。一些民营企业家表示,就是要趁着年轻放手一搏,以实现自己的理想,不然空守着一副皮囊又有什么意思。在接受调查的温州地区民营企业家人群中,每周参加 1 次以上体

显著性,与浙江省成年人相比差异有非常显著性(见表 2、3)。

表 2 温州地区民营企业家与全国

成年人体质合格率比较 %

对象	优秀	良好	合格	不合格
民营企业家	5.75	20.69	41.38	32.18
全国成年人	12.10	25.90	33.40	28.60
U	2.54	1.20	1.51	0.72
P	<0.05	>0.05	>0.05	>0.05

表 3 温州地区民营企业家与浙江省

成年人体质合格率比较 %

对象	优秀	良好	合格	不合格
民营企业家	5.75	20.69	41.38	32.18
浙江成年人	15.30	28.10	36.30	20.30
U	3.83	1.71	0.96	2.37
P	<0.01	>0.05	>0.05	<0.05

2.2 民营企业家常见病患病率

温州地区民营企业家体检出疾病 272 人次,人均患病 3.13 次。病种前 6 位是高血脂、高血压、糖尿病、泌尿系统疾病、脂肪肝和慢性肝炎。但与浙江企业家健康检查患病的其中 5 项指标^[4]相比差异有显著性,其中 4 项指标(高血脂、高血压、脂肪肝、糖尿病)差异有非常显著性(见表 4)。

体育锻炼的比例,男性为 26.93%,女性为 32.4%;每周参加 3 次以上的比例,男性为 15.70%,女性为 17.43%;大大低于全国体育人口的平均水平(31.20%)^[7]。其参加锻炼的人数及每周参加锻炼的次数随着年龄的增长呈上升趋势。而在不参加锻炼的人群中有 73.31% 的人认为工作忙、没时间,有(26.69%)的人对体育锻炼不感兴趣。本次监测显示,中青年民营企业家人群肺活量减少、腰围增大、体重增加等体质与机能的变化都与缺少体育锻炼有着密切的关系。但温州地区民营企业家参加体育锻炼的人群其目的性比较明确,有 79.43% 的男性民营企业家和 77.89% 的女性民营企业家都把增强体质作为参加体育锻炼的主要目的,说明温州地区民营企业家参加体育锻炼的人群对体育的健身价值的认同程度还是相当高的,这与近几年来有关部门对健康和卫生保健工作的大力宣传,正确引导公民对健康意识的提高有着密切的关系。

2.4 民营企业家疾病成因

(1)生活方式因素。在商场上叱咤风云,纵横捭阖的实业界精英,没有输给竞争对手,却输在了自己手里^[7]。首先是疾病侵扰,民营企业企业家们往往是把今天的疲劳带到明天,成年累月超负荷的工作带来的直接后果就是:健康的丧失,寿命的缩短。检测得知民营企业企业家们患病以高血脂、高血压、糖尿病、泌尿系统疾病,脂肪肝和冠心病为主。造成这些病患的主要原因与民营企业企业家个人的不良生活方式息息相关。吸烟、酗酒、饮食不当、作息无度、超负荷工作、缺乏体育锻炼,已成为损害浙江省民营企业企业家健康的隐形“杀手”^[8]。

(2)心理压力因素。因为“民营企业企业家们都承受着巨大的压力”,这种压力既来自于市场的风云变幻莫测、竞争对手的日益强大,也来自于社会上某些因素。如乱收费、乱罚款、乱摊派以及吃、勒、拿、卡、要等。另外,大多数民营企业家的管理落后、产权制度不规范、技术水平落后、信誉度差以及市场准入门坎高、税收和法律不规范、银行贷款难^[9]。美国加州大学旧金山分校的研究员 Elissa Epel 与俄亥俄州立大学的压力研究员 Janice Kiecolt-Glaser 的最新研究结果显示,压力让最基本的分子——DNA 分子变老。研究发现,端粒是染色体端位上的着丝点,DNA 和蛋白质的组成部分,它是细胞生物学年龄的一个标志,研究人员通过对比两组受试人员的端粒长度得出这一结论^[10]。

(3)体育锻炼因素。体育锻炼可以弥补现代生活方式给人体健康带来的不利影响,能调节和改善由于饮食、作息等长期不合理而形成的健康隐患,这一观点已得到世人的广泛认同。然而在被调查的民营企业家中,坚持体育锻炼的男性仅有 15.70%,女性为 17.43%。运动缺乏直接导致的后果是“营养过剩”、体重超标、机体抵抗力下降。

3 对改善民营企业企业家健康及体育锻炼行为的建议

(1)对健康情况良好,开展体育运动积极的民营企业企业家个人或单位,给予一定荣誉和奖励,在年度评选优秀民营企业家的活动中,把身体健康作为一个指标来要求。

(2)大力培养社会体育辅导员进入民营企业,民营企业

要大量吸收社会体育辅导员,为提高民营企业企业家和民营企业职工的身体健 康做些有意义的工作。

(3)政府有关部门要重视民营企业企业家健康和卫生教育工作,正确引导民营企业企业家要注意自我保护,养成良好的生活习惯。促进组成民营企业企业家俱乐部(协会)的建设和发展,开展多种形式的娱乐、体育活动。要以行政指令或文件形式,制定民营企业企业家每年定期 1~2 次的健康检查和体质监测。多方面减轻民营企业企业家的工作压力与环境压力,切实有效地解决民营企业企业家身心健康问题。

参考文献:

- [1] 柳传志. 中国民营企业家的沉浮录[J]. *Elono mic & Trade Herald* 2001(7):21-22.
- [2] 国家体育总局群体司. 国家国民体质监测中心. 2000 年国民体质研究报告[M]. 北京:北京体育大学出版社,2003:87-95.
- [3] 浙江省体育局. 2000 年浙江省国民体质监测报告[G]. 2003-12.
- [4] 吴俊心. 论生活方式对我国居民体质与健康的影响[J]. *中国体育科技* 2002,38(8):50-52.
- [5] 张 星. 浅析中国民营企业家族制管理的必然性[J]. *管理世界* 2004(3):34-35.
- [6] 赵一德. 来自中国“民营之都”的报告[M]. 杭州:浙江人民出版社,2004.
- [7] 王顺达, 阵适宜. 中国民营企业家族制经营的文化解析[J]. *成都大学学报:社科版* 2001(2):19-22.
- [8] 姜伯乐. 温州市城乡居民体质及健康现状的调查分析与研究[J]. *北京体育大学学报* 2003,26(6):784-785.
- [9] 邓 宪. 走近民营企业企业家[J]. *中国工商* 2003(4):25.
- [10] 田忠兴. 体育与健康[M]. 北京:高等教育出版社,2001.

[编辑:李寿荣]