

丽水建设青年发展型城市过渡期中面临的健康问题探索

龚成功 叶浩楠 项潘铭 王之秋 胡欣雅
浙江台州丽水学院 浙江 台州 323000

摘要:在建设现代化的时代新征程上,青年是丽水市加快跨越式高质量发展、推动“两个先行”创新实践的新生代“挺进师”和中坚力量。目前,丽水正处于建设青年发展型城市的重要阶段。在这一阶段,除了要吸引更多青年扎根丽水,更要让原有的中青年人群能够释放更多活力。基于这一现象,团队自2021年迄今已走入丽水九县及所属乡镇的多个中小企业、社区、学校和基层医疗机构,帮助各类工作群体及时快速准确的解读他们的体检单。同时在这一过程中将会对帮助对象展开采访和调研,分析当前体检单认知状况以及其影响人群对正确接受健康管理程度的相关因素,为提高人群健康认知和完善健康管理模式提供思路,从健康视角分析丽水构建青年发展型城市的切实需求。

关键词:青年发展型城市;健康认知;体检单;中青年;中年

1 研究背景

当今“三高一低”新常态普遍流动在城市当中,单身成年人口数增加,未婚比例提高,初婚年龄增加,而生育推迟与生育水平下降,目前大部门城市进入老龄化状态,我们丽水全市常住人口中,0-14岁人口为400417人,占15.97%;15-59岁人口为1574433人,占62.79%;60岁及以上人口为532546人,占21.24%,其中65岁及以上人口为385344人,占15.37%。与2010年第六次全国人口普查相比,0-14岁人口的比重下降0.96个百分点,15-59岁人口的比重下降3.67个百分点,60岁及以上人口的比重提高4.62个百分点,65岁及以上人口的比重提高3.68个百分点。^[1]所以在当今老龄化的背景下,加快建设青年发展型城市迫在眉睫。

基于现状,建设青年发展型城市,我们除了要重点关注如何利用好我们丽水的优势,解决人才紧缺问题。更要着力解决丽水建设青年发展型城市过渡期中将要面对的问题^[2]。例如,当前丽水经济发展的中坚力量仍为中青年,甚至是中年人。这类人群通常需要承担两个家庭的养老职责和1-3个孩子的抚养负担,他们是经济发展主要的推动者和支撑者,他们的身体和心理的健康尤其需要得到关注。^[3]

2 研究对象

为保证监测样本具有代表性,兼顾地理、分布的均衡性,于2022年7月-8月分别抽取丽水九县及所属乡镇的多个中小企业、社区、学校和基层医疗机构的工作人员作为调查对象。选择的工作人员年龄为中青年(30-45岁)和中年(46-69岁)。

3 研究方法

本研究采用基本信息问卷对丽水九县及所属乡镇的

多个中小企业、社区、学校和基层医疗机构的中青年、中年工作人群的基本人口学情况(包括当前健康管理状况、健康知识关注情况、体检意识、对体检单解读的看法等)进行调查。丽水中青年和中年的工作人群身体健康状况以亚健康状况为主。作为丽水当前建设阶段的重要力量之一,他们的健康需要得到支持。团队共发放问卷2110份,回收有效问卷2040份,回收率为96.68%。同时根据信息可及性和调查方便性原则对自己所在的基层医疗卫生机构收集问卷。对收回的问卷,对数据进行描述性统计分析。

4 研究结果及分析

4.1 身体健康状况

团队将各主要系统、器官功能是否正常、有无疾病、体质状况和体力水平等作为指标,将健康、亚健康、不健康作为结果,得出结果,最终得到以下数据:

本次研究中,通过对2040名受访者健康状况的分析,健康的受访者占5.39%,亚健康的受访者占78.92%,不健康的受访者占15.69%。丽水中青年和中年的工作人群身体健康状况以亚健康状况为主。作为丽水当前建设阶段的重要力量之一,他们的健康需要得到支持。

4.2 生活习惯

(1) 作息时间

通过对2040名受访者调研数据分析得,早睡早起的受访者占23.04%,偶尔熬夜的受访者占53.43%,经常熬夜的受访者占15.20%,睡眠时间短的受访者占1.96%,无特定规律的受访者占6.37%。丽水中青年和中年的工作人群中,大部分人作息相对合理,对于这类人群作息方面的健康指导并没有迫切的需求,亚健康主要导致的原因,见图1。



图1 亚健康形成的原因分析

(2) 烟酒管理

丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人只是偶尔关注健康知识，对健康知识的掌握程度很可能不准确。应对这类人群持续开展健康宣讲、指导，加强该人群的健康关注程度，提高健康意识。

通过对2040名受访者调研数据分析得，不抽烟但喝酒的受访者占18.14%，抽烟但喝酒的受访者占12.75%，不抽烟不喝酒的受访者占40.20%，抽烟并且喝酒的受访者占28.92%。丽水中青年和中年的工作人群中，部分人有抽烟或饮酒的习惯，对于这类人群戒烟、戒酒方面的健康指导需要持续开展。

(3) 锻炼频率

通过对2040名受访者调研数据分析得，每天锻炼的受访者占21.08%，每周锻炼4-6次的受访者占27.94%，每周锻炼1-3次的受访者占37.75%，每月偶尔锻炼的受访者占10.29%，从不锻炼的受访者占2.94%。丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人有较好的运动习惯，对于这类人群加强锻炼的健康指导需要持续开展，但需求并不迫切。

4.3 健康关注程度及体检意识

(1) 健康知识关注程度

通过对2040名受访者调研分析得，经常关注健康知识的受访者占20.10%，偶尔关注健康知识的受访者占74.51%，从不关注健康知识的受访者占5.39%。丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人只是偶尔关注健康知识，对健康知识的掌握程度很可能不准确。应对这类人群持续开展健康宣讲、指导，加强该人群的健康关注程度，提高健康意识。

(2) 关注健康的原因

通过对2040名受访者调研分析得，因家庭或学校教育关注健康的受访者占50.98%，因自己患有健康疾病后开始关注的受访者占12.25%，因身边亲友患有健康疾病

后开始关注的受访者占27.45%，因接受某些教育宣讲后开始关注健康的受访者占30.39%，因身边亲友鼓励带动关注健康的受访者占62.75%，因其他原因开始关注健康的受访者占6.86%。丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人关注健康的原因是家庭与学校教育或是身边亲友的鼓励带动。由此可见，家庭与学校教育对于大众健康意识培养的重要性。丽水应继续坚持并加强家庭与学校对大众的健康教育。而身边亲友的鼓励对于大众健康意识的培养同样具有重要作用，可见健康知识的普及度并不是线状的提高，而是面状的扩散。长期的健康宣讲和指导将会为人群健康意识培养起到关键作用，健康教育应该长期进行。

(3) 主动参加体检频率

通过对2040名受访者调研分析得，一年主动参加一次体检的受访者占39.70%，半年主动参加一次体检的受访者占11.76%，每季度参加一次体检的受访者占1.96%，每月参加一次体检的受访者占0.49%，从不主动参加体检的受访者占46.08%。丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人从不主动参加体检或者一年主动参加一次体检，《健康体检基本项目专家共识》表示，1+x是常用的体检套餐原则。由此可见，丽水需要继续加强大众的体检意识，让更多的中青年和中青年人群体意识到一年一检的重要性。

5 研究讨论与对策

5.1 身体状况普遍处于亚健康状态

经常关注健康知识的受访者仅占20.10%，偶尔关注健康知识的受访者占74.51%，而从不关注健康知识的受访者却占5.39%。丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人只是偶尔关注健康知识，对健康知识的掌握程度很可能不准确。

数据反映，为解决丽水建设青年发展型城市过渡期中将要面对的问题之一，即当前丽水经济发展的中坚力量仍为中青年，甚至是中年人。为此，我们需要持续开展对中青年和中年的工作人群健康宣讲、指导，加强该人群的健康关注程度，提高健康意识。

5.2 生活习惯特别是抽烟饮酒问题需要关注

经调研，早睡早起的受访者占23.04%，偶尔熬夜的受访者占53.43%，丽水中青年和中年的工作人群中大部分人的作息时间相对合理；每天锻炼的受访者占21.08%，每周锻炼4-6次的受访者占27.94%，每周锻炼1-3次的受访者占37.75%，丽水中青年和中年的工作人群中大部分人有较充足的锻炼量。

但不抽烟但喝酒的受访者占18.14%，抽烟但喝酒的

受访者占12.75%，不抽烟不喝酒的受访者占40.20%，抽烟并且喝酒的受访者占28.92%。丽水中青年和中年的工作人群中，部分人有抽烟或饮酒的习惯。

为此，我们在对丽水中青年和中年的工作人群开展健康宣讲、指导时，要着重加强该人群对戒烟戒酒等意识的培养，这有利于帮助丽水中青年和中年的工作人群养成良好的生活习惯，为丽水向青年发展型城市转变的过渡期，提供更多的活力。

5.3 在坚持学校家庭健康教育和健康宣讲的同时尝试发动群众，让群众自发带动健康知识传播

通过学校家庭教育和健康宣讲来传播知识是常用的健康宣传手段。本次调研发现，丽水中青年和中年的工作人群中50.98%是因为家庭或学校教育开始关注健康，因接受某些教育宣讲后开始关注健康的受访者也占30.39%。继续坚持学校家庭健康教育和健康宣讲的健康宣传方式，有利于健康知识在丽水中青年和中年的工作人群中重传播。

本次调研数据中，尤其要指出的是，因身边亲友鼓励带动关注健康知识的受访者占62.75%。这个数值甚至高于前两者。团队认为，丽水在之后的大众健康认知水平提高的工作中，可以尝试从群众出发，发动群众，让群众自发带动亲友学习健康知识。

丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人关注健康的原因是家庭与学校教育或是身边亲友的鼓励带动。由此可见，家庭与学校教育对于大众健康意识培养的重要性。丽水应继续坚持并加强家庭与学校对大众的健康教育。而身边亲友的鼓励对于大众健康意识的培养同样具有重要作用，可见健康知识的普及度并不是线状的提高，而是面状的扩散。长期的健康宣讲和指导将会为人群健康意识培养起到关键作用，健康教育应该长期进行。

5.4 加强大众体检意识

《健康体检基本项目专家共识》表示，1+x是常用

的体检套餐原则，然而本次调研发现，从不主动参加体检的受访者达46%。丽水中青年和中年的工作人群对于定期体检的意识相对薄弱。团队认为，丽水在之后开展各类健康知识宣传活动中需要继续加强大众的体检意识，让更多的中青年和中年人群体意识到一年一检的重要性。丽水中青年和中年的工作人群中，大部分人只是偶尔关注健康知识，对健康知识的掌握程度很可能不准确。应对这类人群持续开展健康宣讲、指导，加强该人群的健康关注程度，提高健康意识。

结语

在建设现代化的时代新征程上，青年是丽水市加快跨越式高质量发展、推动“两个先行”创新实践的新一代“挺进师”和中坚力量。目前，丽水正处于建设青年发展型城市的重要阶段。在这一阶段，除了要吸引更多青年扎根丽水，更要让原有的中青年人群能够释放更多活力。基于现状，建设青年发展型城市，我们除了要重点关注如何利用好我们丽水的优势，解决人才紧缺问题。更要着力解决丽水建设青年发展型城市过渡期中将要面对的问题。例如，当前丽水经济发展的中坚力量仍为中青年，甚至是中年人。这类人群通常需要承担两个家庭的养老职责和1-3个孩子的抚养负担，他们是经济发展主要的推动者和支撑者，他们的身体和心理健康尤其需要得到关注。

参考文献

- [1] 聂伟,蔡培鹏.让城市对青年发展更友好:社会质量对青年获得感的影响研究[J].中国青年研究,2021(03):53-60+119.DOI:10.19633/j.cnki.11-2579/d.2021.0023.
- [2] 丽水统计局.2021数据丽水.[EB/OL] (2022-03-22) [2023-01-03].<http://tjj.lishui.gov.cn/col/col1229215927/index.html>
- [3] 叶爱山,邓洋阳,龚利.南通青年发展型城市建设水平的比较研究[J].江苏科技信息,2023,40(19):73-76.