

- 单纯性肥胖流行病学调查[J].中华儿科杂志 2008 46(3):174.
- [5] 薛红妹,刘言,段若男,等.中国儿童青少年超重肥胖流行趋势及相关影响因素[J].中国学校卫生 2014 35(8):1258-1260.
- [6] 李晓娜,李兰秀.肥胖儿童脂代谢及血压与 ACE 基因多态性的临床研究[J].临床儿科杂志 2010 28(9):814-817.
- [7] 范晓晨,都鹏飞,金咏梅,等.单纯性肥胖儿童血脂、脂蛋白的变化及相关因素分析[J].安徽医学 2009 30(3):222-225.
- [8] 秦秋兰,杨虹.广西城市小学生超重肥胖相关影响因素分析[J].中国学校卫生 2015 36(4):549-551.
- [9] JIN YM, DU PF. A study on the factors influencing insulin resistance in obese adolescents[J]. J Nanjing Med Univer 2008, 22(6):391-394.
- [10] MA GS, JI CY, MA J, et al. Waist circumference reference values for screening cardiovascular risk factors in Chinese children and adolescents[J]. Biomed Environ Sci, 2010, 23(1):21-23.
- [11] 毛萌,杨慧明.儿童保健临床研究进展[J].中国实用儿科杂志, 2011 26(5):344-346.
- 收稿日期:2015-12-23;修回日期:2016-03-10

湘西州农村中学生健康危险行为现状

杨琪 张福兰 张天成 万力维

吉首大学体育科学学院 湖南 416000

【摘要】 目的 了解湘西州农村中学生健康危险行为现状,为开展农村地区中学生健康教育工作提供依据。方法 分层随机整群抽取湘西州农村 1 175 名农村初中、高中在校学生,对其健康危险行为进行问卷调查。结果 湘西州农村中学生有 18.12%经常喝牛奶,53.19%每天吃早餐,72.09%缺乏锻炼/体力活动;15.06%的中学生网络成瘾;中学生首次吸烟年龄≤13 岁、尝试吸烟、尝试饮酒的报告率分别为 78.47%、40.68%、63.91%;骑自行车违章、严重受伤到非安全场所游泳的报告率分别为 33.53%、25.19%、35.40%。打架、学习压力大、自杀意念的报告率分别为 26.64%、32.34%、19.23%。结论 湘西州农村中学生健康危险行为问题突出,学校应及早进行相关健康教育。

【关键词】 危险行为;健康教育;农村人口;学生

【中图分类号】 R 179 R 195 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2016)04-0513-04

Status quo of health risk behaviors among middle school students in rural areas of Xiangxi Autonomous Prefecture/YANG Qi, ZHANG Fu-lan, ZHANG Tian-cheng, et al. Physical Education Institute of Jishou University, Jishou (416000), Hunan Province, China

【Abstract】 Objective To understand the health risk behaviors status among middle school students in rural areas of Xiangxi Autonomous Prefecture. **Methods** Survey on health risk behaviors among 1 175 randomly selected middle school students in rural areas of Xiangxi Autonomous Prefecture was conducted. Being particular about certain food, smoking, drinking, internet addiction and lack of physical exercises were investigated. **Results** The result showed that only 18.12% had milk regularly, 53.19% had breakfast everyday and 72.09% were lack of physical exercises. Proportion rate of first smoking experience under 13 years old, smoking attempt and drinking attempt were 78.47%, 40.68% and 63.91% respectively. About 15.06% of students reported internet-addict behaviors, 33.53% of the rule-breaking riding and 35.40% swimming in dangerous places. **Conclusion** All these results prominently reveal that there are serious problems among middle school students in rural areas and schools should carry out relevant health education as early as possible.

【Key words】 Dangerous behavior; Health education; Rural population; Students

中学生处于人生生理和心理发展变化最剧烈的时期,他们的健康问题一直以来吸引着社会各界的高

度关注。近年来相关研究结果表明,我国中学生吸烟、饮酒、网络成瘾等健康危险行为的报告率明显增加^[1],不仅直接危及中学生的生命,还为成年后疾病的多发、早发留下隐患,甚至影响社会安定^[2]。为了解湘西州农村中学生健康危险行为的现状,笔者于 2014 年 11—12 月针对湘西州农村中学生进行了健康危险行为问卷调查。

【基金项目】 湖南省研究生科研创新项目(CX2015B552);教育部人文社会科学研究青年基金项目(14YJC880108);湖南省教育厅科研重点项目(15A156)。

【作者简介】 杨琪(1992-)女,湖南岳阳人,在读硕士,主要研究方向为学生体质与健康。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2016.04.011

1 对象与方法

1.1 对象 随机抽取湘西州永顺县、凤凰县的农村初中、高中学校各 1 所作为调研学校,以年级分层,以教学班级为单位,分层随机整群抽取学生 1 175 名,其中初中生 655 名(55.74%),高中生 520 名(44.26%);男生 512 名(43.57%),女生 663 名(56.42%)。年龄 11~18 岁,平均(15.03±1.65)岁。

1.2 方法 依据“中国青少年健康相关行为调查问卷(初中、高中)”^[1]结合湘西州农村的实际情况设计调查问卷。调查内容包括饮食相关行为、生活习惯相关行为、物质滥用行为、精神成瘾行为、伤害相关行为共 5 个方面。判断标准依据“中国青少年健康相关/危险行为调查”^[1]的规定设立。调查员为经过统一培训的卫生专业人员,调查以班级为单位进行,问卷采用不记名方式,当场回收。

1.3 统计学分析 采用 Excel 2007 和 SPSS 17.0 进行数据录入与统计分析,检验方法采用 χ^2 检验,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 饮食相关行为 中学生偏食、吃甜点的报告率均高于 20%。学生常喝饮料、常喝牛奶、每天吃早餐的报告率分别为 10.98%、18.12%、53.19%。其中初中生常喝饮料、吃甜点的报告率高于高中生,高中生常喝牛奶、每天吃早餐、偏食的报告率高于初中生,女生吃甜食报告率高于男生,差异有统计学意义(P 值均 <0.05)。见表 1。

2.2 生活习惯相关行为 有 31.57% 的中学生有过减肥行为,72.08% 的中学生缺乏锻炼,女生高于男生、高中生高于初中生;经常看电视的报告率初中生高于高中生,课外作业的报告率高中生高于初中生,初中女

生高于初中男生;经常玩电子游戏和每天上网的报告率高中生均高于初中生,男生(26.36%、22.46%)高于女生(14.18%、12.22%),差异有统计学意义(P 值均 <0.05)。见表 2。

2.3 物质滥用行为 中学生尝试吸烟、首次吸烟 ≤ 13 岁、目前吸烟、经常吸烟的报告率分别为 40.68%、78.47%、21.79%、6.04%;尝试饮酒、首次饮酒年龄 ≤ 13 岁、目前饮酒的报告率分别为 63.91%、62.47%、26.3%。并且初中、高中均有 10% 以上的学生有重度饮酒、醉酒行为。首次吸烟、首次饮酒年龄 ≤ 13 岁的报告率均为女生(86.27%、65.76%)高于男生(68.36%、58.20%)、初中生高于高中生,尝试吸烟、尝试饮酒的报告率则与之相反;目前吸烟、经常吸烟、严重吸烟、目前饮酒的报告率男生均高于女生,差异均有统计学意义(P 值均 <0.05)。见表 3。

2.4 精神成瘾行为 中学生长时间玩电子游戏和网络成瘾的报告率分别为 19.49%、15.91%,男生(26.37%、22.66%)高于女生(14.18%、10.71%),高中生高于初中生,差异均有统计学意义(P 值均 <0.05)。见表 4。

2.5 伤害相关行为

2.5.1 非故意伤害相关行为 中学生骑车违规、严重受伤、去非安全场所游泳的报告率分别为 33.53%、25.19%、35.40%,初中生高于高中生,男生(42.77%、33.40%、50.20%)高于女生(26.40%、18.85%、24.00%),差异有统计学意义(P 值均 <0.05)。见表 4。

2.5.2 故意伤害相关行为 中学生打架的报告率为 26.64%,男生(38.09%)高于女生(17.80%),初中生高于高中生;不良情绪、自杀意念和离家出走意念的报告率高中生高于初中生,差异有统计学意义(P 值均 <0.05)。见表 5。

表 1 湘西州农村中学生饮食相关行为报告率比较

学段	性别	人数	每天喝碳酸饮料 ≥ 1 次	每天吃甜食 ≥ 1 次	每周快餐店吃饭 ≥ 3 d	每天喝牛奶 ≥ 1 杯	每天吃早餐	偏食
初中	男	298	48(16.11)	76(25.50)	6(2.01)	9(3.02)	172(57.72)	54(18.12)
	女	357	45(12.61)	136(38.10)**	5(1.40)	11(3.08)	177(49.58)	89(24.93)*
	小计	655	93(14.20)	212(32.37)	11(1.68)	20(3.10)	349(53.65)	143(21.53)
高中	男	214	20(9.35)	40(18.69)	5(2.34)	24(11.21)	143(66.82)	70(32.71)
	女	306	26(8.50)*	86(28.10)**	7(2.29)	35(11.44)	179(58.50)	115(37.58)
	小计	520	46(8.92) $\Delta\Delta$	126(24.39) $\Delta\Delta$	12(2.31)	59(11.32) $\Delta\Delta$	322(61.66) $\Delta\Delta$	185(35.58) $\Delta\Delta$

注:()内数字为报告率/%;不同性别学生比较,* $P<0.05$,** $P<0.01$;不同学段学生比较, $\Delta P<0.05$, $\Delta\Delta P<0.01$ 。

表 2 湘西州农村中学生生活习惯相关行为报告率比较

学段	性别	人数	健康减肥	不健康减肥	缺乏锻炼	每天看电视 ≥ 2 h	每天做课外作业 ≥ 4 h	每周课外补课 ≥ 5 h	每天玩电子游戏 ≥ 4 h	每天上网 >2 h
初中	男	298	68(22.82)	54(18.12)	190(63.76)	170(57.05)	25(8.39)	14(4.70)	67(22.48)	61(20.47)
	女	357	90(25.21)	70(19.61)	256(71.71)*	194(54.34)	46(12.89)**	30(8.40)**	40(11.20)**	31(8.68)**
	小计	655	158(24.12)	124(18.93)	446(68.09)	364(55.57)	71(10.84)	44(6.72)	107(16.34)	92(14.05)
高中	男	214	56(26.17)	36(16.82)	147(68.69)	72(33.64)	50(23.36)	22(10.28)	68(31.78)	54(25.23)
	女	306	62(20.26)	61(19.93)	254(83.01)**	116(37.91)	70(22.88)	24(7.84)	54(17.65)**	50(16.34)**
	小计	520	118(22.69)	97(18.65)	401(77.11) $\Delta\Delta$	188(36.15) $\Delta\Delta$	120(23.12) $\Delta\Delta$	46(8.85)	122(23.46) Δ	104(20.00) $\Delta\Delta$

注:()内数字为报告率/%;不同性别学生比较,* $P<0.05$,** $P<0.01$;不同学段学生比较, $\Delta P<0.05$, $\Delta\Delta P<0.01$ 。

表 3 湘西州农村中学生物质滥用行为报告率比较

学段	性别	人数	尝试吸烟	首次	目前吸烟	经常吸烟	严重吸烟	尝试饮酒	首次	目前饮酒	重度饮酒	醉酒
				吸烟≤13 岁					饮酒≤13 岁			
初中	男	298	166(55.70)	213(71.48)	139(46.64)	34(11.41)	7(2.35)	198(66.44)	196(65.77)	127(42.62)	44(14.77)	69(23.15)
	女	357	66(18.49) **	325(91.04) **	29(8.12) **	3(0.84) **	1(0.28) **	167(46.78) **	279(78.15) **	66(18.49) **	30(8.40)	42(11.76) **
	小计	655	232(35.42)	538(82.14)	168(25.65)	37(5.65)	8(1.22)	365(55.73)	475(72.52)	193(29.47)	74(11.30)	111(16.95)
高中	男	214	128(59.81)	137(64.02)	66(30.84)	31(14.49)	7(3.27)	168(78.50)	102(47.66)	66(30.84)	28(13.08)	41(19.16)
	女	306	118(38.56) **	247(80.72) **	22(7.19) **	3(0.98) **	3(0.98) **	218(71.24)	157(51.31) *	50(16.34) **	24(7.84) *	47(15.36)
	小计	520	246(47.31) △△	384(73.85) △△	88(16.92)	34(6.54)	10(1.92)	386(74.42) △△	259(49.81) △△	116(22.31)	52(10.00)	88(16.92)

注: () 内数字为报告率 /%; 不同性别学生比较 ,* P<0.05 ,** P<0.01; 不同学习阶段学生比较 ,△P<0.05 ,△△P<0.01。

表 4 湘西州农村中学生精神成瘾与非故意伤害相关行为报告率

学段	性别	人数	长时间上网	网络成瘾	步行违规	骑自行车违规	严重受伤	去过非安全场所游泳
初中	男	298	67(22.48)	54(18.12)	11(3.69)	150(50.34)	128(42.95)	175(58.72)
	女	357	40(11.20) **	25(7.00) **	6(1.68) **	116(32.49) **	83(23.25) **	97(27.17) **
	小计	655	107(16.34)	79(12.06)	17(2.60)	266(40.61)	211(32.21)	272(41.53)
高中	男	214	68(31.78)	62(28.97)	9(4.21)	69(32.24)	43(20.09)	82(38.32)
	女	306	54(17.65) *	46(15.03) **	12(3.92)	59(19.28) *	42(13.73)	62(20.26) **
	小计	520	122(23.46) △	108(20.77) △△	21(4.04) △△	128(24.62) △△	85(16.35) △△	144(27.69) △△

注: () 内数字为报告率 /%; 不同性别学生比较 ,* P<0.05 ,** P<0.01; 不同学段学生比较 ,△P<0.05 ,△△P<0.01。

表 5 湘西州农村中学生故意伤害相关行为报告率比较

学段	性别	人数	受欺侮	无安全感	打架	孤独	学习压力大	失眠
初中	男	298	23(7.72)	18(6.04)	151(50.67)	36(12.15)	69(23.15)	34(11.41)
	女	357	20(5.60)	28(7.84)	89(24.93) **	67(18.77) **	109(30.53) *	42(11.76)
	小计	655	43(6.56)	46(7.02)	240(36.64)	103(15.73)	178(27.18)	76(11.60)
高中	男	214	29(13.55)	21(9.81)	44(20.56)	43(20.09)	68(31.78)	35(16.36)
	女	306	22(7.19) *	32(10.46) *	29(9.48) *	75(24.51) *	134(43.79) **	56(18.30)
	小计	520	51(9.81) △△	53(10.19)	73(14.04) △△	128(24.62) △△	202(38.85) △△	91(17.50) △△
学段	性别	人数	抑郁	自杀意念	自杀计划	尝试自杀	离家出走意念	尝试离家出走
初中	男	298	54(18.12)	38(12.75)	11(3.69)	9(3.02)	62(20.81)	25(8.39)
	女	357	50(14.01)	56(15.69)	13(3.64)	12(3.36)	81(22.69)	19(5.32)
	小计	655	104(15.88)	94(14.35)	24(3.66)	21(3.21)	143(21.83)	44(6.72)
高中	男	214	41(19.16)	40(18.69)	21(9.81)	9(4.21)	61(28.50)	25(11.68)
	女	306	71(23.20)	92(30.07) **	35(11.44)	17(5.66)	99(32.35)	20(6.54) *
	小计	520	112(21.54) △	132(25.38) △△	56(10.77) △△	26(5.00)	160(30.77) △△	45(8.65)

注: () 内数字为报告率 /%; 不同性别学生比较 ,* P<0.05 ,** P<0.01; 不同学段学生比较 ,△P<0.05 ,△△P<0.01。

3 讨论

调查显示 ,湘西州农村中学生不健康饮食行为普遍存在。除吃甜点报告率与全国^[2]的调查结果相近 ,其他不健康饮食行为和健康饮食行为的报告率均低于全国^[2]、上海^[3]、江苏^[4]、福建^[5]等地的调查结果 ,可能由于湘西州农村经济水平低 ,食品种类少 ,既降低了吃快餐、偏食的可能性 ,也限制了饮食条件;湘西州农村的留守儿童缺少关爱与照顾 ,使得每天吃早餐等健康饮食行为得不到保障。中学生在青少年时期缺少生长发育所需的蛋白质 ,可能影响体格健康成长 ,呼吁社会多关注贫困地区学生的学习生活条件 ,引导学生均衡营养 ,改善不健康饮食行为 ,促进学生健康成长。

湘西州农村有 31.57%的中学生有过减肥行为 ,与张天成等^[6]的调查结果相近 ,高于四川^[7]的调查结果。不健康减肥行为会使中学生的健康生长发育受到影响 ,学校、家长应教导学生健康减肥 ,开展营养健

康教育 ,促进学生健康成长。湘西州农村中学生缺乏锻炼的报告率高达 72.09% ,高于广州^[8]的调查数据 ,看电视、课外作业、玩电子游戏等静态活动也高于福建^[5]、四川^[7]等地的报道。可能是因为湘西州农村地区学校的体育场地器材不足 ,而体育教师又缺乏引导和重视 ,不能有效调动学生参与体育活动的积极性。另外 ,由于学习压力重 ,家庭监管意识淡薄 ,学生空闲时间更多选择看电视、玩电子游戏 ,导致学生静态行为发生率较高。调查发现 ,女生和初中生的体育锻炼时间少于男生和高中生 ,提醒学校和家庭应适当减轻高中生的学习负担 ,引导学生合理安排课余生活 ,积极参加体育锻炼 ,增强体质。

吸烟饮酒低龄化是湘西州农村中学生的突出问题 ,目前吸烟、目前饮酒等指标均高于江西^[9-10]、太原^[11]等地的调查结果 ,可能与当地风俗、饮食习惯和家庭疏于防范教育等有关。湘西州是土家族、苗族的聚居地 ,烟酒是当地居民生活中的必备之物 ,目前仍

保留着自制土烟、自酿美酒的习俗^[12-13],在一定程度上加大了中学生发生吸烟饮酒行为的可能性。女生首次吸烟饮酒年龄 ≤ 13 岁的报告率高于男生,可能是由于青春期的女生好奇心强,行为模仿能力强而认知能力差,因而较早的接触烟酒。男生目前吸烟饮酒和经常吸烟饮酒行为的报告率均高于女生,说明部分男生受好奇心和环境因素的影响,处在初始吸烟饮酒状态,尚未成瘾,可积极加以引导和教育。调查结果显示,中学生尝试饮酒报告率随年级上升而减少、目前饮酒的报告率随年级上升而增加。可能随着年龄、年级的上升,中学生的自主意识越来越强,易产生叛逆思想从而尝试饮酒。同时因认知能力的逐渐提高,高中生目前饮酒的报告率出现下降趋势,提示应积极预防女生接触烟酒,科学干预男生吸烟饮酒。由于物质成瘾行为对青少年的生理和心理会产生巨大的危害,尤其 13 岁前吸烟饮酒与自杀、斗殴、吸毒等多种危害健康行为有关联^[14]。因此,学校应尽早对学生开展禁烟戒酒的健康教育,教育尚未接触烟草的学生不吸第一支烟,限制教师和家长在学生面前吸烟,创造无烟小环境;加强健康饮食教育和监督力度,引导学生转变态度,积极发展个人生活技能,培养健康行为^[1]。

湘西州农村中学生长时间玩电子游戏、网络成瘾的报告率高于上海^[15]、佛山^[16]等地的调查结果,可能与目前上网途径多样化和电子游戏的大量增加有关,再加上学校和家庭疏于监督教育,导致部分自制力薄弱的中学生网络成瘾。同时也提醒有关部门应合理地利用网络资源,制定政策规范网络管理,学校及家长应提供有效的教育措施,引导学生树立正确的观念。

中学生是各类伤害相关危险行为的高危人群^[17],湘西州农村中学生骑车违规、严重受伤、去过非安全场所游泳的报告率均高于上海^[3]、四川^[7]、广西^[18]等地的调查结果,可能因为湘西州农村道路缺乏交通管制,学生安全意识薄弱,所以骑车违规行为报告率较高。湘西州农村留守儿童,生活缺少父母关心照料,受伤的机率增大。由于骑车违规、去非游泳场所游泳与交通事故等意外伤害有密切联系,学校和家长应对潜在危险人群进行生活技能教育^[19],提高安全意识,同时有关部门要加强交通设施和游泳场所的建设,减少意外事故的发生。湘西州农村中学生打架的报告率男生高于女生、初中生高于高中生,而不良情绪、自杀意念、离家出走意念的情况恰好与之相反。研究提示要加强湘西州农村中学生的心理健康教育,预防初

中生的校园暴力行为,建议建立学校、家庭、社会全方位的屏障^[20],学校落实健康教育、加强心理辅导,家庭提供良好环境、合理引导管教,社会建立文明服务体系、倡导健康生活方式,三者密切配合,共同促进中学生的健康发展。

4 参考文献

- [1] 季成叶.中国青少年健康相关/危险行为调查综合报告 2005 [M]. 北京:北京大学医学出版社,2007:38-164.
- [2] 季成叶.青少年健康危险行为监测:学校卫生工作的重要前沿 [J].中国学校卫生,2009,30(2):102-103.
- [3] 李轶群.上海市金山区青少年健康危险行为现状调查分析 [J].中国预防医学杂志,2010,11(5):482.
- [4] 胥占忠,葛小伍,苗升浩.江苏省 6 地青少年健康危险行为比较研究 [J].中国校医,2011,25(7):513.
- [5] 苏玲.福建省青少年健康危险行为流行现状及其影响因素的研究 [D].福州:福建医科大学,2008.
- [6] 张天成,郑丽,谢朝杰.湘西土家族苗族中学生健康相关行为分析 [J].中国学校卫生,2012,33(9):1062-1063.
- [7] 孙莉,朱鸿斌,张成云,等.四川省城市青少年健康危险行为现状分析 [J].中国学校卫生,2006,27(12):1069-1071.
- [8] 郭宁晓,潘国新,丘春萍,等.广州市海珠区青少年健康危险行为调查 [J].职业与健康,2011,27(16):1810-1814.
- [9] 黄晓君,胡珊,罗物强.江西省农村中学生健康危险行为现状分析 [J].中国公共卫生,2008,24(6):578.
- [10] 刘珊珊,朱贱香,曾晓星.吉安市农村中学生健康危险行为现状调查 [J].中国现代医生,2014,52(34):78-80.
- [11] 赵平花,吕树茂.太原市高中生健康危险行为调查 [J].中国学校卫生,2013,34(11):131-1318.
- [12] 彭瑛.咂酒:土家族酒文化的精髓 [J].酿酒科技,2007(8):158-160.
- [13] 杨圣敏.中国民族志:修订本 [M].北京:中央民族大学出版社,2003:383.
- [14] JACQUELINE WM,TIMOTHY SN,ROBERT DB,et al.Binge drinking and associated health risk behaviors among high school students [J].Pediatrics,2007,11(9):76-85.
- [15] 钟亚,杨春雪,郑晶泉,等.2012 年上海市浦东新区青少年健康危险行为调查 [J].中国校医,2013,27(8):561-566.
- [16] 邵昭明,郝元涛,张珊珊,等.佛山市城区中学生健康危险行为及其相关因素分析 [J].中国校医,2009,23(4):412-413.
- [17] 陈天娇,季成叶.北京市中学生伤害相关危险行为流行现状分析 [J].中国学校卫生,2010,31(3):328-329.
- [18] 阮青,黄林,韩彦彬,等.广西青少年伤害相关危险行为流行状况调查 [J].广西预防医学,2005,11(5):288-290.
- [19] 张天成,张福兰,郑丽.湘西土家族与苗族中学生健康危险行为分析 [J].中国公共卫生,2013,29(9):1272-1276.
- [20] 陶芳标.青少年健康危害行为的研究 [J].中国学校卫生,2007,28(7):579-583.

收稿日期:2015-10-30;修回日期:2015-12-02