

空巢老人饮食行为及影响因素的研究*

解瑞宁¹ 李英娥¹ 高洪彩¹ 李 宁² 张 妍¹

(¹ 济宁医学院公共卫生学院, 山东 济宁 202067; ² 济宁医学院 2005 级预防 1 班, 济宁 272067)

摘要 目的 了解市区空巢老人的饮食行为状况及影响因素,为进一步干预提供依据。**方法** 自行设计调查问卷,采用面对面的访谈形式,对济宁市区 140 名空巢老人进行调查,以了解其饮食行为状况及影响因素。**结果** 140 名空巢老人饮食行为中,有 58.6% 的老年人存在的不良饮食行为;Logistic 多元回归分析发现,性别、职业、人均收入、文化程度、是否参加体育锻炼均可影响其饮食行为。**结论** 空巢老人中存在不良的饮食行为较多,女性的饮食习惯比男性好;文化程度越高,家庭人均收入越高,饮食行为越好;没有较好的固定的职业,不参加体育锻炼的空巢老人,饮食行为较差。

关键词 空巢老人;饮食行为;Logistic 多元回归分析

中图分类号: R15 **文献标志码:** A **文章编号:** 1000-9760(2013)02-046-03

The investigation of the empty-nest elder in eating and behavior

XIE Rui-ning, LI Ying-e, GAO Hong-cai, et al

(School of Public Health, Jining Medical University, Jining 272067, China)

Abstract: Objective To investigate the empty-nest elder of eating and behavior, and discuss the factors. **Methods** By self-designed questionnaire and face to face interviews with the form in District of Jining City a survey was conducted on the 140 empty nesters in order to understand their eating behavior and its influencing factors. **Results** Among 140 empty nesters eating behavior, there existed 58.6% of the elderly poor eating behavior, and only 41.4% of the elderly better dietary behavior. Logistic regression analysis showed that their eating behavior was affected by factors of good and bad conditions sex, occupation, income, education, whether to participate in physical exercise. **Conclusion** There is more of the elderly poor dietary behavior, empty nest eating habits of older women better than men, empty nesters higher the educational level, family the higher per capita income, the better the eating behavior; no good steady jobs, not for physical training in the empty nest elderly, poor eating behavior.

Key words: Old solitary people; Dietary behaviors; Influence factors; Logistic regression analysis

近年来,随着人口老龄化进程的加快,现代生活的转变,子女成家立业或外出打工等原因,空巢家庭发展迅速,预计至 2030 年空巢家庭比例将达 90%,届时我国的老年人家庭将“空巢化”^[1-2]。老年人口中无人照顾的“空巢”老人日益增多,已经成为一个不容忽视的社会问题。已有研究表明,老年人的许多健康问题是可以通过饮食行为的干预而加以预防^[2]。现国内对老年人的生活饮食行为研究较多,对空巢老人饮食行为的研究较少。本次研究通过对空巢老人饮食行为调查,综合评价其饮食行为的好坏,探讨分析可能影响空巢老年人饮食行为的因素,为改善空巢老人营养状况提高生活质量

提供科学依据。

1 研究对象

2010 年 3 月至 4 月在济宁市区随机抽取 60 岁以上空巢老人 140 人。空巢老人界定标准:

1)真空巢,即没有子女,老两口相依为命,或者鳏寡独守空房;2)形式上的空巢,主要表现为子女在外地求学或工作,或者子女虽在同一城镇,但分开吃、住。年龄大于 60 岁。

1.2 方法

自行设计调查问卷,采用面对面的访谈形式进行询问调查,通过预调查对调查表反复修改。问卷内容包括一般情况、饮食行为、生活习惯等;其中饮

* [基金项目]济宁医学院 2011 年青年科学基金资助项目

食行为包括每周早餐次数、每天餐次、吃饭定时情况、奶制品消费情况、零食、饮酒、食用肥肉情况、炒菜用油、外购熟食情况 10 项,将 10 项饮食行为进行赋分,每项根据好、中、差分别赋予 3、2、1 分,最多 3 分,满分 30 分。综合评价,根据饮食行为 10 项问题的得分相加总和分为好、中、差 3 级,总分小于 25 分的为饮食行为差,总分 25~27 分的为饮食行为中,总分大于 27 分的为饮食行为好。

1.3 统计处理

采用 Epidata3.1 软件建立数据库,应用 SPSS13.0 软件统计学分析。

2 结果

2.1 一般情况

调查人群的基本特征:本次调查男性 76 人(54.3%),女性 64 人(45.7%);年龄 60~81 岁,平均(70.8±5.55)岁;文化程度初中以下 66 人(47.1%),初中及以上 74 人(52.9%)。

2.2 空巢老人饮食行为

对本调查人群的饮食行为综合评价显示,有 58.6% 的老年人存在不良饮食行为,仅 41.4% 的老年人饮食行为较好。在空巢老人所有的不良饮食行为中,不良奶制品消费行为比例最高,为 64.3%。良好的饮食行为中,早餐、每天餐次和炒菜用植物油 3 项的好的饮食行为比例较高,都在 90.0% 以上,甚至每天餐次和炒菜用油没有差的饮食行为(见表 1)。

表 1 空巢老人饮食状况

饮食行为	好		中		差	
	n	构成比 (%)	n	构成比 (%)	n	构成比 (%)
早餐	128	91.4	8	5.7	4	2.9
餐次	132	94.3	8	5.7	0	0.00
吃饭定时	120	85.7	16	11.4	4	2.9
奶制品消费	50	35.7	46	32.9	44	31.4
零食	94	67.1	44	31.4	2	1.4
食用肥肉	86	61.4	54	38.6	0	0.00
饮酒	96	68.6	24	17.1	20	14.3
外购熟食	72	51.4	60	42.9	8	5.7
挑食	124	88.6	0	0.00	16	11.4
炒菜用油	138	98.6	2	1.4	0	0.00
综合评价	58	41.4	40	28.6	42	30.0

2.3 多因素非条件 Logistic 回归分析

以性别、婚姻状况、文化程度、职业、家庭人均

收入、经济来源、体育锻炼等为可能影响饮食行为的因素为自变量,将空巢老人饮食行为综合评价合并成好、不好(中、差)为应变量,进行非条件有序分类 Logistic 回归分析。结果显示,性别、职业、人均收入、文化程度、体育锻炼对空巢老人饮食行为有影响。可认为老年女性的饮食习惯比男性好;空巢老人文化程度越高,家庭人均收入越高,饮食行为越好;没有较好的固定的职业,不参加体育锻炼的空巢老人,饮食行为较差。见表 2。

表 2 老年人饮食行为影响因素的 Logistic 回归分析

影响因素	β 值	S.E	Wald 值	P 值	OR 值	95%CI
性别	-2.53	0.843	8.990	0.036	0.080	0.015~0.417
职业	-1.34	0.432	9.680	0.002	0.261	0.112~0.608
人均收入	3.760	1.196	9.891	0.002	4.124	4.104~447.5
经济来源	19.143	0.000	16.96	0.133	691.602	690.602~691.892
文化程度	2.796	0.679	0.413	0.000	16.385	4.329~62.013
婚姻状况	-0.705	1.097	13.872	0.520	0.494	0.057~4.244
体育锻炼	-2.190	0.588	0.065	0.000	0.112	0.035~0.354

3 讨论

调查显示,有 58.6% 空巢老年人存在不良的饮食行为,空巢老年人奶制品消费行为最差,每天消费奶制品的(每周 6~7 次)只占 35.7%,应注意增加奶制品的摄入;空巢老年人也有良好的饮食行为,早餐情况、每天餐次和炒菜用植物油等好的饮食行为比例较高,都在 90.0% 以上,应继续保持。空巢老人的不良饮食行为应得到重视,通过改变空巢老人不良的饮食行为习惯而改善其营养状况生活质量。

老年人的性别、职业、人均收入、文化程度、体育对空巢老人饮食行为有影响。空巢老年女性的饮食行为比男性好,女性更注重自己的饮食。在中国家庭中,女性负责掌管家庭的饮食和生活,对生活饮食有更多的知识和经验,较易养成良好的饮食习惯^[4]。空巢老年人文化程度越高,家庭人均收入越高,饮食行为越好;文化程度越高知识越渊博,对饮食和饮食行为的知识了解越多,在生活中越注意自己的饮食和饮食行为,老年人有更多的时间学习关于营养保健方面的知识,他们比文化程度较低的饮食行为较好。职业对空巢老年人饮食行为影响有影响,这是由于有较好的固定的工作,有稳定的收入,家庭人均收入高的空巢老人更有条件去改善自己的生活饮食,并能保持良好的饮食行为习

惯^[5]。本次调查也发现经常参加体育锻炼的空巢老年人有较好的饮食行为。“生命在于运动”，适量的体育锻炼使人体器官的血液循环加快，代谢旺盛，减缓人体器官的衰老保持健康的功能。经常参加体育锻炼的空巢老年人，其人体器官消耗较大，有较好的食欲，消化系统衰老较慢，饮食行为较好。没有较好的固定的职业，不参加体育锻炼的空巢老人，饮食行为较差。该结果与国外的一些研究结果相似^[6]。

空巢老年人应改善不良的饮食行为，增加奶制品的摄入，继续保持良好的饮食行为；进行适量的锻炼，放松心情；多读书提高健康饮食知识，关心注意自己的饮食，制定适合自己特点的膳食模式，形成良好的饮食习惯，改善提高自己的营养状况生活质量。

(上接第 40 页)区分良恶性，病理学诊断仍然是确诊的金标准。

脾脏良性肿瘤体积逐渐增大可产生压迫症状，有破裂出血及继发感染的可能，且部分病例早期良、恶性鉴别困难。因此，一旦发现脾脏占位，大多建议手术治疗。手术方式目前分为开腹脾切除术、腹腔镜脾切除术和脾区段切除术。早期受医学设备、技术的限制，通常行开腹脾切除术。微创技术的出现使腹腔镜于上世纪 90 年代开始应用于脾切除术。与传统的开腹手术相比，腹腔镜脾切除术具有创伤小、痛苦少、恢复快、并发症少的优点。本组中有 4 例(占 20%)实施了腹腔镜脾切除术，手术后第 1 天便下床活动、进流质饮食，术后 3~5d 均顺利出院^[4]。随着对脾动脉分段供血及脾脏免疫功能认识的增加，脾区段切除术逐渐被肝胆外科医生所接受^[5]。此种手术方式不仅去除了病灶而且保留了正常脾脏的部分功能，特别是降低了儿童和青少年脾切除术后发生凶险性感染的发生率。对于体积较小、局限于脾脏上、下两极的良性肿瘤，可考虑行脾区段切除术。本组中有 6 例(占 30%)实施了脾区段切除术，术后均恢复良好。此类手术能否实施除了肿瘤的体积及位置外，更关键的在于对病变性质的正确判断。以往术前脾脏占位性质确诊较困难，但细针穿刺细胞学检查的应用，使其可作为脾脏肿瘤术前定性诊断的重要手段。因存在出血、肿瘤沿穿刺针道转移等并发症，细针穿刺细

参考文献：

- [1] 邵澜. 委员:2030 年空巢老人或逾 2 亿,吁建空巢老人档案[EB/OL]. [2012-03-12]. <http://gongyi.people.com.cn/BIG5/17357145.html>
- [2] 李德明, 陈天勇, 李贵芸. 空巢老人心理健康状况研究[J]. 中国老年学杂志, 2003, 23(7):405-407.
- [3] 陈霞飞. 老年营养与健康[J]. 老年医学与保健, 2004, 10(2): 65-66.
- [4] 刘弘, 郭红卫, 高国激, 等. 上海市老年人饮食行为及影响因素[J]. 中国慢性病预防与控制, 2007, 15(1):16-19.
- [5] 张建凤, 李志菊, 尹明, 等. 合肥市社区空巢老人健康行为及影响因素研究[J]. 中国护理管理, 2009, 9(11):31-33.
- [6] Mairice, Sara. Modern nutrition in health and disease[M]. Baltimore: Williams & Wilkins(9th ed), 1998:1783-1790.

(收稿日期 2012-12-03)

胞学的安全性及可靠性曾受到质疑,但随着穿刺技术的不断进步,其临床价值将日益提高^[5-6]。目前应用较多的还是术中预约快速冰冻病理检查,协助明确病变性质,指导手术方式^[7]。因本组病例数相对较少,无法对脾切除与脾区段切除治疗脾脏良性肿瘤的远期疗效对比形成有价值的统计数据,可待病例数增加后再做进一步探讨。

参考文献：

- [1] 黄洁夫. 腹部外科学[M]. 北京:人民卫生出版社, 2001:1534-1581.
- [2] 范晓明, 寿金朵, 吕红红. 脾脏肿瘤的超声诊断[J]. 中华超声影像学杂志, 2002, 11:124-125.
- [3] 何柳, 高玉颖. 脾脏肿瘤的 CT 诊断及鉴别诊断[J]. 中国现代医生, 2012, 50(6):98-100.
- [4] 章璠, 方国恩, 毕建威. 原发性脾脏肿瘤 43 例临床诊治分析[J]. 中华肝胆外科杂志, 2009, 15(7):509-511.
- [5] Friedlander MA, Wei XJ, Iyengar P, et al. Diagnostic pitfalls in fine needle aspiration biopsy of the spleen[J]. Diagn Cytopathol, 2008, 36(2):69-75.
- [6] Cavanna L, Lazzaro A, Vallisa D, et al. Role of image-guided fine-needle aspiration biopsy in the management of patients with splenic metastasis[J]. World J Surg Oncol, 2007, 5:13-18.
- [7] 巩鹏, 王忠裕, 贾友鹏, 等. 脾原发肿瘤的诊断和治疗[J]. 中国普通外科杂志, 2008, 17(9):908-910.

(收稿日期 2012-12-27)