

21

世纪高等医学院校教材

社会行为医学

王增珍 张述林 主编



科学出版社

www.sciencep.com

21 世纪高等医学院校教材

社会行为医学

主 编 王增珍 张述林

主 审 夏世钧

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书主要论述人们的行为对健康的影响,这些行为与社会的关系非常密切,通过社会的重视,采取全球、国家与社区干预措施,甚至国际的合作,才能加速促进人们健康行为和良好生活方式的形成,降低这些因素损害人类健康的风险。为了推动人们健康观念与健康行为的形成,做好社会预防工作,本书就人们的行为,包括吸烟、酗酒、药物滥用、不洁性行为、饮食过量与饮食限制、体育锻炼、睡眠、意外伤害、暴力等问题的流行特征、健康效应、相关因素、防治对策与措施等进行了全面而系统的论述。本书可供公共卫生硕士培训作教材,也适用于广大医务人员在防治有关疾病时作参考,而且也可供社会各界人士阅读,以系统认识不良行为的危害,提高自我保健意识,从而动员社会各阶层、各部门参与,为改进人们的行为、降低有关疾病的危害做贡献。

图书在版编目(CIP)数据

社会行为医学/王增珍,张述林主编. —北京:科学出版社,2004.4

(21世纪高等医学院校教材)

ISBN 7-03-013072-3

I. 社… II. ①王… ②张… III. 社会医学:行为医学—医学院校—教材 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 022045 号

责任编辑:李国红 / 责任校对:钟 洋

责任印制:刘士平 / 封面设计:卢秋红

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

新 蕾 印 制 厂 印 刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2004年4月第 一 版 开本:850×1168 1/16

2004年4月第一次印刷 印张:20 1/4

印数:1—3 000

字数:485 000

定 价:36.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈环伟〉)

《社会行为医学》编委会名单

主 编 王增珍 张述林

主 审 夏世钧

编写人员 (按汉语拼音顺序排列)

崔伊薇	华中科技大学同济医学院
郭国际	华中科技大学同济医学院附属同济医院
侯晓晖	华中科技大学同济医学院
胡 樱	华中科技大学同济医学院
李国光	华中科技大学同济医学院
李十月	武汉大学公共卫生学院
林能兴	华中科技大学同济医学院附属协和医院
刘 卓	华中科技大学同济医学院
涂亚庭	华中科技大学同济医学院附属协和医院
王家春	华中科技大学同济医学院
王友洁	华中科技大学同济医学院
王增珍	华中科技大学同济医学院
吴均林	华中科技大学同济医学院
夏世钧	华中科技大学同济医学院
燕 红	武汉大学公共卫生学院
杨年红	华中科技大学同济医学院
杨璞娜	华中科技大学同济医学院
曾尔亢	华中科技大学同济医学院
曾 燕	华中科技大学同济医学院
张家放	华中科技大学同济医学院
张述林	华中科技大学同济医学院
邹世清	华中科技大学同济医学院附属梨园医院

序

社会的高速发展和物质的不断丰富使人们的生活水平得到大大提高,但享受高速发展带来物质文明的人们其健康状况并非成比例地提高。在全球范围内,都面临着新旧传染病和慢性非传染病的“双重疾病负担”。为了防止患霍乱、痢疾等传染病,WHO 倡导:洗净你的双手,管好你的口;防止 SARS 更需打开你的窗口,洗净你的手,这些是社会行为。在防治慢性非传染病方面,WHO 认为,防治心血管病“与其说要传统的医学技术,不如说要用政治行动”(即社会行动);防治恶性肿瘤“要用社会和行为措施”。著名细胞病理学家魏尔啸在 150 年前说过:“医学是一门社会科学,而政治从广义上讲就是医学罢了。”当今有远见卓识的医学家认为,在全球范围内,旧的急性传染性疾病的发生、死亡虽然大大下降,但慢性非传染性疾病的患病率不断攀升。疾病谱由过去的以急性传染性疾病为主转变为以慢性非传染性疾病为主,新的与社会行为因素有关的传染病,如性传播疾病、艾滋病等也在迅速蔓延,由此导致的疾病负担远超出了人们的承受能力。医学专家普遍认识到,人们不健康的行为和生活方式对疾病、伤残、夭折的发生、发展和预后起着重要的作用。2002 年,世界卫生组织发表了年度世界卫生报告《减少风险,促进健康》,介绍了当今世界最重要的人类健康风险所造成的疾病、残疾和死亡,提出全球十大危险因素是体重过轻、不安全性行为、高血压、吸烟、饮酒、不安全的水、卫生设施和卫生习惯、缺铁、固体燃料释放的室内烟气、高胆固醇和肥胖。这些危险因素中,半数属于人们的行为和生活方式问题。降低这些因素对人类健康的危害不但需要个人的努力,更重要的是需要社会的行动。世界卫生报告中警告说,如要进一步提高全球健康水平和降低疾病负担,各国从现在起就需要采取控制政策,否则不安全的性行为 and 烟草消费等风险可在今后几十年内造成全球死亡人数大量增多,有些国家人口的预期寿命可减少 20 年。

社会行为医学主要研究人们的行为对健康的影响,这些行为与社会的关系非常密切。通过社会的重视,采取全球、国家与社区干预措施,甚至国际的合作,才能加速促进人们健康行为和生活方式的形成,降低这些因素损害人类健康的风险。为了推动人们健康观念与健康行为的形成,做好社会预防工作,华中科技大学同济医学院和武汉大学公共卫生与临床医学专家教授们根据多年研究实践,结合国内外现代研究状况,携手合作编写了一部《社会行为医学》教材,就人们的行为,包括吸烟、酗酒、药物滥用、不洁性行为、饮食过量与限制、锻炼、睡眠、意外伤害、暴力等问题的流行特征、健康效应、相关因素、防治对策、措施等进行了全面而系统的论述。此书不但可以满足国内高层次公共卫生医师的培养教学的需要,而且对从事预防工作、社区保健工作的医师们均有参考价值。我相信此书的出版必将对我国卫生保健工作的实施和研究具有良好的促进作用。

梁浩材

2003 年 10 月于广州

前 言

当前,我国人群疾病谱中的肿瘤、心脑血管病位居前列,糖尿病和肥胖病的增长趋势很快,性病也在广泛蔓延。大量研究资料表明,这些疾病的危险因素与人们的某些社会行为(如吸烟、酗酒、吸毒、营养过度、运动缺乏、性滥交等)有密切关系,实施改善社会行为是预防这些疾病的有效措施。加之这些多发病治疗费用高,且效果不够理想,如何预防和控制这些疾病,已成为广大公众日益关注的热点问题。2003年春季,我国暴发了一种传染性“重症急性呼吸道综合征”(SARS),亦称“传染性非典型肺炎”,在此项防治工作中,不但暴露出我国卫生疾病预防控制系统存在的问题,也反映出必须提高人民群众对防治有关疾病的认识,养成良好的卫生行为和习惯。

2001年12月,国务院学位委员会下文,正式批准了全国22所高校作为公共卫生硕士(master of public health, MPH)专业学位教育试点。它是为适应社会实际工作需要培养预防医学的应用型高层次专门人才而设置的。按照培养要求,应当讲授社会行为医学方面的知识。

正是为了适应社会这一需求,华中科技大学同济医学院公共卫生与临床医学专家教授们根据多年的工作和研究实践,结合国内外现代研究状况,携手合作编写了这部《社会行为医学》教材,就人们有关健康行为的流行特征、健康效应、相关因素、防治对策、措施等进行了全面而系统的论述。此书不但可供国内高层次公共卫生医师的教学之用,而且对从事预防工作、社区保健工作的医师们均有参考价值。

在教材编写过程中,得到我校各级领导的关心、支持,并得到国内著名专家教授的指导,在此,表示衷心的感谢。

由于作者水平有限,缺点、错误难免,殷切希望使用本书的师生和读者提出宝贵意见。

《社会行为医学》编委会

2003年12月

目 录

第一篇 概 论

第一章 社会因素.....	(1)
第一节 概述.....	(1)
第二节 社会制度对健康的影响.....	(2)
第三节 社会经济对健康的影响.....	(5)
第四节 社会文化对健康的影响.....	(7)
第二章 心理因素	(11)
第一节 概述	(11)
第二节 心理健康的评估	(12)
第三节 影响健康的主要心理因素	(15)
第四节 现代心理学研究方法	(21)
第三章 行为因素	(25)
第一节 人类行为特点与相关学科	(25)
第二节 主要的行为理论	(28)
第三节 行为治疗	(33)
第四章 健康教育与健康促进	(42)
第一节 健康教育的基本概念	(42)
第二节 健康促进的基本概念	(42)
第三节 PRECEDE-PROCEED 模式简介	(46)
第四节 健康促进规划评价	(49)

第二篇 社会行为与健康

第五章 吸烟	(52)
第一节 香烟烟雾的成分和毒性	(52)
第二节 吸烟流行情况	(63)
第三节 吸烟对健康的危害	(69)
第四节 烟草控制的策略和措施	(80)
第六章 饮酒	(89)
第一节 酒文化和饮酒现状	(89)
第二节 饮酒方式的分类	(91)

第三节 饮酒相关的流行病学	(93)
第四节 饮酒相关的问题	(96)
第五节 酒精所致疾病和组织损伤的机制	(98)
第六节 认识饮酒相关问题对公共卫生的重要性	(108)
第七节 饮酒疾病的预防和干预措施	(111)
总结	(119)
第七章 非法物质滥用	(121)
第一节 概述	(121)
第二节 常见非法药物对机体的作用机制	(129)
第三节 常见药物滥用的临床特征和戒毒治疗	(133)
第四节 非法药物滥用的危险因素	(139)
第五节 综合预防措施	(144)
第八章 饮食过量	(151)
第一节 摄食的调节	(151)
第二节 饮食过量的原因	(157)
第三节 肥胖	(159)
第九章 饮食限制	(169)
第一节 概述	(169)
第二节 膳食限制的动物实验概况	(170)
第三节 限食对人群的影响及其运用方法	(181)
第十章 体育锻炼	(188)
第一节 体育锻炼与健康	(188)
第二节 体育锻炼的生理效应	(191)
第三节 体育锻炼的科学指导	(196)
第四节 不同年龄人群体育锻炼的指导	(202)
第五节 高血压病体育锻炼的指导	(208)
第十一章 睡眠	(212)
第一节 睡眠概述	(212)
第二节 睡眠障碍	(215)
第十二章 不洁性行为与健康	(222)
第一节 概述	(222)
第二节 性传播疾病的流行病学	(223)
第三节 主要性传播疾病诊治	(231)
第四节 流行因素	(237)
第五节 预防策略和措施	(238)

第三篇 伤害医学

第十三章 伤害概论	(243)
------------------------	-------

第一节	概述·····	(243)
第二节	伤害的流行现状和特征·····	(244)
第三节	伤害的监测·····	(250)
第四节	伤害的预防和控制策略·····	(253)
第十四章	意外伤害的预防·····	(261)
第一节	伤害的分类·····	(261)
第二节	交通事故·····	(263)
第三节	中毒·····	(269)
第四节	烧烫伤·····	(274)
第五节	其他伤害·····	(276)
第十五章	暴力的预防和控制·····	(280)
第一节	暴力概况·····	(280)
第二节	青少年暴力·····	(284)
第三节	儿童虐待·····	(286)
第四节	亲密伴侣间暴力·····	(290)
第五节	老人虐待·····	(294)
第六节	性暴力·····	(297)
第十六章	自杀的预防·····	(301)
第一节	自杀的概念及分类·····	(301)
第二节	自杀的流行病学特征·····	(302)
第三节	自杀的预防策略与措施·····	(309)

第一篇 概 论

第一章 社会因素

第一节 概 述

众所周知,人类的健康受自然环境和社会环境两方面的影响。本章着重讨论后者对健康的影响。

中国古代的“社”原指祭神的地方,“会”为聚集之意。后来两字连用意指志同道合者的聚集。社会是由人群组成,是指按照一定的文化模式组织起来的、处于特定区域和时期、享有共同文化并以物质生产活动为基础的人类生活的共同体。社会的本质是生产关系的总和。社会环境是对健康产生影响的社会因素,包括一系列与社会生产力、生产关系有关的因素,即以生产力发展水平为基础的经济状况、社会保障、教育、科学技术等,和以生产关系为基础的社会制度、法律、文化教育、家庭、医疗保健制度等。

健康是人的一种状态,是指人的躯体健康、心理健康和社会健康。中文“健康”两字的含义是:“健”即肌体强壮有力,《晋书·郭璞传》有“得健夫二三十人”;“康”即平安、安乐,《尚书·洪范》有“身体康强”。“健康”包容了体健、心安和适应社会需要等三个方面的内容。世界卫生组织章程序言中指出:“健康是体格上、精神上、社会上的完满状态,而不只是没有疾病或衰弱”。把人同社会因素联系起来理解健康,是一个很大的进步。

但上述概念具体应用起来也不易掌握。例如过敏体质的人,只要不接触过敏原,一般说来可以认为他是健康的,但如接触过敏原,轻则出现皮疹或哮喘,重则休克甚至死亡。再如,脑力劳动者就不一定能完全适应体力劳动者的工作。

实际上,人的健康是相对的,疾病(乃至死亡)是健康的对立面,健康与疾病是共存于一体的,两者处于动态变化发展之中。一旦失去平衡,就可以呈现为疾病;由于种种因素的作用,如有效的治疗,平衡又可以恢复。平衡与失衡反复发展,最终可导致难以治愈的疾病乃至死亡。

通常把介于健康与疾病之间的过渡状态称为亚健康状态,即指非病非健康状态。亚健康状态的发展趋势一般随年龄而增大。据称,目前亚健康人群的比例明显增多。例如,在城市上层官员、企业家和高级知识分子之中,由于生活节奏快、竞争激烈、心理压力大,再加上生活活动单一,亚健康状态的比例呈上升趋势。亚健康状态的发生与人们的生活方式、饮食习惯、心理状态、体质情况密切相关。亚健康状态作为一个新的研讨领域,在 21 世纪会更加引起广泛关注。但是,由于人们对亚健康的认识还不够深入,对其范围的界定、评判的标准和综合对策尚待进一步完善。

第二节 社会制度对健康的影响

一、社会制度的内涵

人类社会有一套自我调节的机制,能够主动地、创造性地调整自身与环境的关系,创造自身生存与发展的条件,这就是社会制度。

社会制度是在一定历史条件下形成的社会关系和社会活动的规范体系,主要包括观念、规范、组织、设备等内容。观念是制度的理论基础,是某种制度的产生及实施的合理性根据;规范是制度的基本内容,包括成文的和不成文的规范;组织是保证社会制度实施的实体;设备是保证制度实施的条件,包括物质设备和有关的其他设备。

社会制度的主要特征有普遍性、相对稳定性、复合性。社会制度的普遍性是由人类基本需求的相同性决定的,存在于一切民族、国家和社会中,它对所辖范围内的人均无例外地发生制约作用;社会制度的相对稳定性是指已经确立的社会制度和规范体系能在今后相当长的时期内制约人们的行为,即使其存在的基础丧失之后,还会在一定时期内发挥作用。从总体讲,社会制度和规范体系是随社会发展而变化的。社会制度的复合性是指任何一种制度都不是单独存在的,必须与其他不同层次的制度相配合,形成一整套行之有效的制度体系。例如,家庭制度一般包括婚姻、生育、亲子、继承等具体制度。

社会制度的内涵有三个层次:一是社会形态,如社会主义制度、资本主义制度;二是指各种具体的社会制度,如政治制度、经济制度、法律制度等等;三是指各种社会组织的规章制度,如考勤制度、奖惩制度等等。在三个层次中,第一个层次是广义的,是以整个社会为实体,常常用于区别人类社会的不同发展阶段和不同性质。第二个层次是指一个社会的具体制度,它是社会制度最基本的内容。第三个层次是狭义的社会制度,代表着某种行为规范和办事程序,由各个部门制定。研究社会制度与健康的关系,主要是从宏观上分析社会制度对人群健康的影响。

二、社会制度对人群健康的影响

社会制度是重要的社会因素之一。它通过行为规范模式,提倡或禁止某些行为方式,达到对人们的行为具有广泛的导向和调节作用,以保持和促进社会的协调发展。正因为社会制度影响人的行为,故社会制度对人类健康的影响也是健康学家研究的重点之一。有学者指出,疾病不单纯是细菌、病毒、寄生虫等生物因素引起的生物学现象,而且也是一种社会现象。不同社会有不同的疾病模式。如在狩猎社会,人类以野果和鱼兽肉为食,常因食物不足而挨饿,死亡原因多为饥饿、意外伤害和传染病等。在农业社会,人类靠根茎、蔬菜和谷物充饥,缺乏足够的蛋白质和脂肪,营养缺乏,体质虚弱,尤以儿童为甚,死亡原因多为传染病、地方病和营养不良。到工业社会,人类抵御自然的能力大增,动物性食品增加,体力活动减少,紧张刺激频繁,死亡主要原因转为脑血管病、心脏病和恶性肿瘤。这三类病自 20 世纪开始日渐增加。目前发达国家每 10 人中就有 8 人死于这些疾病。社会制度对人类健康的影响还表现在人类的不良行为和习惯上,如酗酒、药物依赖、吸烟、贪食、体力活动减少等等,可引起许多疾病,如动脉粥样硬化、冠心病、糖尿病、肥胖症等等。这些疾病已经

成为当今人类健康的严重威胁。

(一) 法律对人群健康的影响

法律是社会重要因素之一,通过法律、法规强制推行或禁止某些行为方式,以规范人们的行为,对社会起着导向和调节作用,保持和促进社会健康地协调发展。从我国健康方面的法律制度建设看,虽然颁布了不少保护公民健康的卫生、医疗、医药和环境保护方面的法规,但立法程序规定的法律少,一般政策性规章多;法律强制性规范少,技术规范多;追究法律责任的少,一般要求的多。另外,由于我国卫生基本法规尚不甚健全,缺乏约束力,不少公民还不能自觉地运用法律手段维护自己的健康权益。虽然随着物质文化水平的提高,健康意识不断在增强,但还没有全面系统地认识健康,对健康含义的认识仍停留在“无病即健康”的水平,还没有真正认识到心理健康和社会健康也是健康的重要组成部分;对健康权益的认识仅局限于享受,而未能系统认识依法承担义务的必要性,更不用说自觉维护环境卫生和生态平衡、主动参与各种预防保健活动了。环境污染又造成了许多“致癌、致畸、致突变”的隐患。我国 13 亿人口还处在社会主义初级阶段,为使全国各族人民体魄健全,必须依靠法制手段保护环境,建立健全卫生、医疗保健制度。

(二) 卫生制度对人群健康的影响

人类的疾病可概略分为两大类。

一是传染病,即由生物病原体引起的疾病。病原体包括病毒、立克次体、细菌、真菌、原虫、蠕虫、节肢动物等。病原体具有强繁殖能力,在人群中从一个病人通过一定途径传播给其他人,使之产生同样的疾病。一些国家由于有良好的卫生制度,传染病病死率仅占总死因的 1% 以下。我国由于采取了预防为主的一系列政策和措施,使传染病发病率逐年明显下降,传染病病死率约为总死因的 5%。这种情况虽然比过去有很大进步,但是,在 2003 年春季,我国暴发了一种严重的急性呼吸道传染病,是由一种冠状病毒引起的,暂名为“重症急性呼吸道综合征”(severe acute respiratory syndrome, SARS),亦称“传染性非典型肺炎”。防治 SARS 的工作已取得了巨大成绩,但也暴露出我国卫生疾病控制系统仍然存在不少问题,在应对公共卫生突发事件方面显得软弱无力,不得不由全国各级政府机构直接干预处理这一公共卫生突发事件。沉痛的教训使人们认识到,传染病在我国总死因的构成比虽然不大,但仍不能掉以轻心,必须建立和健全严密的防治体系、制度和设施,也必须提高人民群众对防治有关疾病的认识,养成良好的卫生行为和习惯。

二是非传染性疾病,尤其是某些慢性非传染性疾病,如肿瘤、心脑血管疾病、糖尿病和多种职业病等均属此类。随着人类社会的发展和科学技术的进步,人们发现引起疾病的因素复杂多样,这些慢性非传染性疾病的发生发展与人们的生活行为有密切的关系。例如,吸烟可引起慢性支气管炎和肺源性心脏病,还可引起肺癌等 20 多种癌症,以及可使高血压、胃溃疡等疾病的发病率升高。研究证明,某些癌症与饮食习惯有密切的关系。在发达国家和我国大中城市,上述疾病在死因顺位分析中都居于前三位。因此,必须在工作制度方面将这些疾病列为防治的重点。

职业病有增加的趋势,这与卫生制度直接相关。我国卫生部 2001 年收到全国各类职业病报告 13 218 例,比 2000 年的报告数增加了 13%。目前,肺尘埃沉着病(尘肺)职业病人数在我国已达 43 万人,仅肺尘埃沉着病和急性职业中毒就造成 2325 人死亡。肺尘埃沉着病发病与死亡有年轻化趋势,发病工龄有缩短趋势。最短的一例,其粉尘作业工龄竟不满 3 年,时年仅 24 岁。我国曾界定职

业病包括 9 类 104 种,如铅中毒、硅沉着病(矽肺)、中暑等;最近颁布了《中华人民共和国职业病防治法》,使我国职业病的防治工作得以法制化,从而有利于开展职业人群的职业病防治工作。

(三) 人口对人群健康的影响

一个国家人口的数量与质量不但直接影响这个国家的经济发展、教育质量、资源利用和生态环境等方面,也直接影响人群健康状况和疾病的分布。

人口是经济活动的主体,是经济运动的出发点和归宿点。人口数量直接影响对经济的需求,这种需求过多或过少,都会导致生产资源的浪费或劳动工具的闲置,从而延缓经济的发展,也会影响人民生活的改善。人口数量适当,与经济发展的需要相一致,才能促进经济的发展。

一个国家的人口数量是确定教育规模的基本因素。人口增长过快,教育投资跟不上,就会影响教育规模的扩大,导致入学率和升学率降低;人口数量过多,还会导致教育质量下降、人均教育投资减少、教育普及率降低。教育事业的发展既是提高人口素质的基本途径,又是控制人口数量过快增长的重要手段,因为民众受教育的程度与生育率呈负相关关系,随着教育程度的普遍提高,生育率就具有下降的倾向。教育事业的发展有利于人口的合理分布,可以大大增强人们对职业的选择性和就业的适应性。

人口增长对生态环境有很大的影响,生态环境的变化反过来会影响人的生存和发展,这是现代人类社会发展的重大问题之一,是制约人口发展的重要因素。资源的消费是随着人口的增长而增长的,人类为了扩大生活资料和生产资料,可能过度开垦土地,过度利用耕地,过度放牧草原以及对森林和海洋无节制的开发等等,实际上在许多地区业已引起水土流失、地力衰退、草原退化、森林覆盖率降低、海洋水产资源萎缩,促使物种从生态系统中消滅的速度大大加快。据估计,在中生代末期,平均每 1000 年有一种物种灭绝,而在 20 世纪的 80 年代,平均每年就有一种物种从地球上消失。全球森林覆盖面积已大范围下降,海洋水产资源减少也超过了再生能力,这都与全世界人口爆炸性增长有密切关系。

繁衍着的人类在利用和改造生态环境的进程中,一方面表现出了巨大的创造力,另一方面也表现出了巨大的破坏力。工业对资源的过度开发,已经使一部分资源枯竭,甚至连可以循环利用的水资源也因人口激增、工业污染、生活污染而感到短缺。工艺过程、运输过程、生活过程所排放的废物,以及施用农药遗留在土壤中的残毒,造成大气、水、土壤环境的污染以及热污染和噪声污染。在城市中,生态系统的生产者——绿色植物只占据一小部分的空间,而生态系统的消费者——人,却高度密集。维持城市生态系统所需要的能量流和物质流,完全依靠强大的运输手段从外部环境输入,通过转换输出到外部环境中去。生态环境的破坏不仅损害生物界,而且也危及人类自身。生态变化除影响人口容量,引起人口迁移和再分布之外,对人口素质和人口再生产也带来直接和间接的影响。污染给人口的发病率、患病率、死亡率、平均寿命以及遗传健康等方面都带来不利的后果。

合理协调人口与生态环境之间的相互关系,是谋求全人类生活质量改善的关键。人类只能从控制人口和保护环境两方面来协调人口与生态的关系,才能使生态系统永续利用,人类得以持续发展。

社会是由人口组成的,人口生活在一定社会制度下,生产方式决定人口的发展和生育行为的性质。社会生产力的发展,物质生活水平的提高,特别是医疗卫生事业的发展,促使婴儿成活率提高,人口死亡率降低和人口平均寿命延长。此外,上层建筑中的意识形态因素,以及法令、政策和制度

(如控制或鼓励人口增长的政策等)对人口再生产也起重大影响作用。

人口自身的生产对整个社会发展起促进或延缓作用,因为人口是生产力的要素,是生产关系的主体。物质资料的分配除受社会制度的影响以外,还以人口数量多少为转移,人口过多将直接影响社会商品交换和流通,甚至因饥荒给人群带来营养不良的不利后果。

第三节 社会经济对健康的影响

一、社会经济对健康的促进作用

社会发展是经济与社会各种力量相互作用的结果,经济包括生产力、生产关系、生产量和生产质。经济发展直接关系到人的心理健康、身体健康和社会健康,是提高人群健康水平的物质基础。在不同的经济条件下,人们的健康观念和 health 行为也不同,而人类的健康观念、health 行为又在一定程度上影响着经济发展。因此,经济发展与人群健康的关系是辩证统一的关系,两者是互相促进的。

人们的生活取决于社会的经济水平,社会经济水平低,影响人们的营养状况、居住条件、接受科学知识和受教育的机会、就业和婚姻状况。在此条件下,身体发育不良,体质下降,容易引起疾病。医疗条件也取决于社会经济水平,人们罹患疾病后,若没有良好的医疗条件,不能及时得到有效的治疗,贻误最佳治疗时机,造成不良的后果。

人群的健康水平取决于社会的经济发展。世界卫生组织 1998 年世界各国的统计资料反映了经济发展对人群健康的影响(表 1-1)。

表 1-1 经济状况与人群健康的关系

国家类别	人均国民生产总值 (美元)	婴儿死亡率 (‰)	5 岁以下儿童死亡率 (‰)	平均期望寿命 (岁)
发达国家	18 295	13	17	72
发展中国家	1 240	53	68	60
不发达国家	215	100	144	45

资料来源:世界卫生组织《1998 年世界卫生报告》。

研究资料表明,经济发展有利于居民健康水平的提高,有利于增加卫生投资,促进医疗卫生事业发展,有利于人民文化水平的提高,增强人群接受卫生保健知识的能力,从而促进人群的健康。

健康水平的提高可促进经济发展。人的健康是指人的生长、发育及人的健康质量与能力等的相关因素。它不仅包括个人疾病(生理或心理的疾病),而且还包括人群健康、家庭健康、社会的健康。社会经济的发展实质上是社会生产力的提高,生产力的提高又离不开健康的人群。在 20 世纪,人们对传染病和寄生虫病进行了防治、对危害人类健康的不良生活方式进行了改造,采取了针对发展健康潜能,提高了人口质量的卫生措施,延长了人口平均寿命,使人群从事劳动年限增加,创造了更多的社会财富,减少了伤病,节约了卫生资源,从而使人群健康水平显著提高。

二、社会经济发展带来的负面作用

经济发展在解决健康问题的同时,也会产生一些负面影响。发达国家曾出现过在健康投入增加的同时,出现了健康质量下降的情况。这要求卫生发展战略不能只关心纯粹的医学科技问题 and 经济问题,也应开展卫生经济学的研究。

(一) 医疗技术发展的负面作用

随着医疗技术的进步,医疗与保健工作得到了长足的发展,诸如冠状动脉旁路移植术、心脏导管术、人体器官移植术等,使许多患者得以摆脱死神的威胁;体外受精使许多不孕症的夫妇有了子女;宫内胎儿诊断和治疗的超声波技术、羊膜穿刺、绒毛膜绒毛取样术遏制了先天性缺陷婴儿的出生。医学科学技术挽救了许多人的生命,提高了人类的生命质量,但也引起了一些政治、经济、伦理、道德方面的争议,给人类带来了困惑。

目前,器官移植术、心脏手术、肾脏透析等技术费用昂贵,社会提供给医疗技术和保健系统的资金又有一定限度,这就必然给社会和家庭增加相当沉重的经济负担。医疗技术的发展还给人造成一种错觉,以为有了医疗技术人们的健康就有了保证,在这种观念的影响下,许多人忘记了自己本身就有预防和抵御疾病的能力,而一味依赖高科学技术,而不考虑采用适当的方法预防疾病,因而患病率上升,医疗费用进一步高涨。

(二) 现行保健制度的负面作用

当前,许多国家都建立了医疗保健服务体系,其功能是通过预防保健、治疗、康复及健康教育等措施,降低人群的发病率、患病率和死亡率;通过生理、心理及社会全方位的保健措施,维护人群健康,提高生命质量。但即使是具有规模最大的保健体系的国家,也无法保证该国国民对健康的基本需求。这是因为高科技的受益者往往只是有一定政治及经济地位的人,国家不可能为全体国民提供昂贵的医疗服务。在发展中国家和不发达国家中,卫生资源投入不足的现象极为普遍,2000 年的卫生经费很难达到 WHO 要求占国民生产总值 5% 的标准。卫生资源分布不均匀的现象在各国普遍存在,最突出的是城、乡之间分布不均匀。在农村,由于经济短缺,建不起设备完整的医院。此外,一定的资源投入是开展卫生服务的必备条件,但卫生资源的投入量并非与健康效益成正比。如何利用卫生资源获得理想的健康投资效益至关重要。目前的医疗保健制度已经导致人们不珍惜有限的保健资源,支付单位也很少过问庞大的诊疗费用是否必要。有的医生利用这种心理,提出大量的诊断检查和附加试验性治疗,使得国家的保健费用开支过大。如美国,目前其日均保健费支付近 20 亿美元。

近几十年来,我国的医疗技术水平有了很大的提高,保健服务体系也有了很大的改进,但人均病床数、人均拥有医生数、人均每年所接受的常规健康检查数等统计指标仍远远低于世界水平。因此,我国现行的公费医疗制度的改革势在必行。

(三) 经济政策对健康的负面作用

许多国家和地区在烟盒上印有“吸烟有害健康”。然而有些政府却只把烟草看成是一种给人们

提供就业、增加税收的商品。政府对烟草工业的政策深受国家经济因素的制约。也就是说,国家的经济发展为民众吸烟行为开了绿灯,可以说政府的经济政策培育了一个缓慢残害人群健康的行业。值得庆幸的是,当今世界上有 180 多个国家参与了一项由联合国主持的“全球禁烟公约”,对烟草制品的生产、销售、进出口、税收和广告等做出了一系列的规定,我国政府于 2003 年 11 月也签署了该公约,一旦获得 40 个以上的国家批准,该公约就将生效。这项公约必将为保护和促进人类健康发挥积极的作用。

在 20 世纪中期发现抗生素,为人类征服病菌、抵御疾病发挥了重要作用,做出了重要贡献。但是,由于人类大量使用抗生素,许多细菌繁殖出新的具有耐药性的菌种,使许多抗生素的疗效大减乃至丧失殆尽,一段时期内一些细菌性传染病的死亡率再度上升。抗生素滥用给人类健康带来了危险,必须适当限制其适用范围和用量。有些发达国家业已这样做了,但我国滥用抗生素的现象却有增无减。政府和医药界应当制定相应的政策和科学使用抗生素的法规,以有效地遏制抗生素滥用现象。

再如农药,其发展业已给人类带来了巨大的利益,但也给人们的生活和生产环境造成了污染,也给人群健康带来了潜在的危害。我国当前已制定了一系列的经济政策(提倡与推广无公害农药、逐步淘汰高毒农药、打击假冒伪劣农药等),当会有助于问题的解决。

第四节 社会文化对健康的影响

一、社会文化

文化是人们在相互交往中获得知识、技能、体验、观念、信仰和情操的过程,是人类创造的一切物质和精神成果的总和,是社会重要因素。文化是由人类进化过程中衍生出来或创造出来的。经过人类改造的自然环境和由人创造出来的一切物品,都是文化的有形部分,在它们上面凝聚着人的观念、需求和能力。

文化大体可分为智能文化、规范文化和思想文化。

智能文化通过影响人的生活环境和生活条件作用于人的健康。随着人类智能的不断提高、科学技术的不断发展、物资的日益丰富,生活环境就会不断向有利于人类生存和发展的方向变化。但如果科学技术利用不当,也会破坏人类生存环境,影响人类健康。

规范文化通过支配人们的行为来影响健康,一些有害健康的道德规范和风俗习惯使人们采取有损健康的行为生活方式。

精神文化主要通过干预人们的心理过程和精神生活而影响人群健康。

二、社会文化对健康的影响

(一) 教育与健康

教育属于规范文化,是指人的社会化过程和手段。它不仅包括学校教育,而且包括社会、家庭、自我(学习)教育。教育可以规范人的智能和行为,可以提高人的保健意识,可以提高人们的生活质量。

教育可以从多方面影响人们的健康。许多研究结果表明,文化程度不同的人对生活资料的支配方式不同,产生的健康效果也不同。文化水平较高的人群能够较好地接受健康教育,懂得自我保健,能自觉地养成良好的卫生习惯,建立有益于健康的科学生活方式,因而其健康水平较高;文化水平较低的人群卫生知识贫乏,缺乏自我卫生保健能力,易养成有损健康的生活方式,因而其健康水平较低。如我国的农村,特别是边远地区,因文化水平较低,“因愚致贫”和“因病致贫”的现象较为严重。由于迷信巫医邪术而致残、致死的事件时有发生。因此,普及教育、提高人民文化水平对预防疾病、增进健康至关重要。

文化程度不同的人对休闲时间的安排差异颇不相同,而休闲时间的消磨方式与人群健康有密切的关系。人们休闲时间的消磨方式不同,接触致病因素的机会也不同,最终带来的健康效果当然会不一样。从病因的时间分布看,由于休闲时间内人的活动、人际关系、生活环境远比工作环境复杂,因此,人类的发病、不良行为、意外损伤等常常发生在休闲时间内。

实践证明,仅提供医疗卫生设施并不能保证每个人的健康,还需要通过健康教育提高人的保健意识,主动关心自己的健康,寻求较好的生活质量,正确利用医疗卫生设施。

(二) 饮食与健康

饮食与人体健康有着密切的关系。“民以食为天”,饮食是提供营养物质、促进正常生长发育、维持生理活动、保障人体健康的最根本手段。饮食营养至关重要,因为营养不均衡除了会导致营养不良或肥胖以外,还会导致某些疾病,乃至癌症。几千年来,中华民族在饮食方面积累了丰富的经验,形成了自成体系的饮食文化。

现代人的生活几乎与那些对健康不利的因素(食物添加剂、环境污染、农药……)形影不离。多项国际性研究都显示,营养摄取不足是很多慢性疾病的起因。研究表明,有的营养素可减缓乃至终止某些慢性病的恶化过程,合理的营养对提高癌症患者的存活率和生活质量有很大关系。可见,正确地选择食物是“食”的第一要义。我国饮食对食物的选取有以下几个观点。

一是全面摄食观。《黄帝内经》说:“五谷为养,五畜为益,五果为助,五菜为充,气味合而服之,以补益精气”,“谷肉果菜,食养尽之。”认为只有摄食全面,荤素合度,调配得当,才能补益精气,使五脏六腑得到充分营养,气血旺盛,就能防患于未然。儿童少年必须养成良好的饮食习惯。老年人的饮食应有利于预防高血压、冠心病等多发病,例如,补充维生素 B₁、B₂ 和叶酸,就有利于防治早老性痴呆症和其他神经退行性变性疾病。

二是节制摄食观。根据各人的不同体质、体力、年龄和健康状况,适量进食,有规律地进食,切忌过饥过饱、过冷过热、暴饮暴食。实践证明,缺乏某种养分或营养不良,会使免疫力降低,直接或间接使正常细胞发生病变。营养过剩也会造成肥胖或某些疾病,如过多摄入动物性脂肪与乳腺癌及结肠癌的发生有关。

三是顺时摄入观。人的生理活动是顺乎天时的,故维持生理活动的食物亦当顺乎天时。冬春两季,地冻天寒,适合滋补,食宜甘味厚味;夏秋两季,燥热多汗,食宜轻淡,尤应多食瓜果蔬菜补充水分、维生素和矿物质。实践证明,合理安排饮食可以有效预防心血管等各种疾病。良好的饮食习惯,有益于机体神经系统、免疫系统、内分泌系统等处于良好的稳定状态,有利于延长寿命。

四是食补食疗观。食文化有“药补不如食补。”食补食疗即“寓补于食”,“寓医于食”,就是针对人体某方面的不足而选择相应的食物,以补其虚弱,维持整体的健康于平衡状态。食补食疗的原则