

琼海市某社区老年人便秘现状及影响因素分析

陈元金

(海南省第三卫生学校 海南 琼海 571400)

[摘要]目的 了解琼海市某社区老年人便秘现状,分析老年人便秘的影响因素,为老年人便秘防治提供理论依据。方法于2021年9月~2021年11月,采用方便抽样的方法对琼海市嘉积镇山叶社区≥60岁老年人进行问卷调查,问卷内容包括自行设计老年人一般情况资料、罗马III诊断标准、匹兹堡睡眠质量指数量表、成年人健康自我管理能力和自行设计的便秘影响因素调查表。所有数据建立Excel数据库,使用SPSS23.0统计软件进行统计学分析。结果 琼海市某社区老年人便秘患病率是29.9%。男性老年人便秘患病率为27.6%;女性老年人便秘患病率为32.0%。不同工作情况、不同每日饮水量(ml)、是否经常抑制便意、不同睡眠情况、不同健康自我管理能力的老年人,便秘发生率不同,差异均具有统计学意义($P < 0.05$)。结论 山叶社区的老年人便秘的患病率较高,女性的患病率高于男性,老年人便秘影响因素较多,应引起重视。

[关键词]社区;老年人;便秘;影响因素

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.07.203

据有关部门推测,截至到2015年年底,60岁以上老年人口将会达到2.21亿,而到2030年时全国老龄人口规模将会翻一番,严峻的老龄化形势使老年人健康相关问题成为医学及护理研究者的重要科研课题。便秘是老年人常见的消化系统疾病,老年便秘患者占总便秘患者的25%~30%,且便秘发病率随着年龄的增长而增加。便秘是一个独立性病种,是临床上比较常见的胃肠道疾病,主要症状为排便次数减少、排便费力、排便后感到未排尽、排便时需要帮助等。便秘还可加重患者病情、引

发其他躯体疾病,导致患不良者情绪。

因此,老年人便秘的危害大,基于此,研究人员对琼海市嘉积镇山叶社区老年人进行抽样调查,了解其便秘情况和影响因素,为防治老年人便秘提供理论依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2021年9月~2021年11月,采用方便抽样的方法抽取琼海市嘉积镇山叶社区共500名≥60岁的老年人作为研究对象,排

表1 社区老年人便秘的影响因素分析

因素	类别	调查人数	便秘人数	发生率(%)	χ^2	P
性别	男	225	62	27.6	4.527	0.033
	女	250	80	32.0		
年龄(岁)	60~	243	63	25.9	6.478	0.042
	75~	174	55	31.6		
	90~	58	24	41.4		
婚姻状况	原配	360	110	30.6	6.125	0.183
	离婚	17	5	29.4		
	丧偶	88	23	26.1		
文化程度	再婚	10	4	40.0	11.128	0.084
	文盲	23	9	39.1		
	初小	110	37	33.6		
	高小	65	24	36.9		
	初中	138	47	34.1		
工作情况	高中专	79	20	25.3	13.015	0.005
	大专及以上	60	5	8.3		
	在工作	24	3	12.5		
	赋闲在家	365	111	30.4		
兴趣爱好	未工作过	26	9	34.6	1.647	0.189
	有时参与劳作	60	19	31.7		
	有	299	87	29.1		
是否按时进餐	无	176	55	31.3	7.655	0.039
	是	308	80	26.0		
每天进食蔬果种类	偶尔	103	39	37.9	9.519	0.046
	否	64	23	35.9		
	0	73	21	28.8		
	1	9	4	44.4		
	2	333	104	31.2		
晨起是否饮水	3	44	11	25.0	17.123	0.000
	4	16	2	12.5		
	是	307	81	26.4		
	有时	127	46	36.2		
每日饮水量(ml)	否	41	15	36.6	12.124	0.003
	1500~	272	72	26.5		
	1000~	95	30	31.6		
	<1000	108	40	37.0		

吸烟	不吸	45	10	22.2		
	戒烟	339	96	28.3	10.793	0.015
	偶尔	15	5	33.3		
	经常	76	31	40.8		
运动情况	很少	155	51	32.9	10.742	0.004
	偶尔	206	69	33.5		
	经常	114	22	19.3		
常规排便时间	晨起	54	7	13.0		
	上午	162	42	25.9	13.776	0.006
	下午	166	52	31.3		
	不规律	93	41	44.1		
是否经常抑制便意	是	39	16	41.0	10.879	0.004
	偶尔	220	71	32.3		
	否	216	55	25.5		
睡眠障碍	无	360	92	25.6	42.112	0.000
	有	115	50	43.5		
饮酒	不饮	400	105	26.3		
	偶饮	45	22	48.9		
	常饮	30	15	50.0		
自我健康管理能力	强	72	15	20.8	21.143	0.000
	弱	403	127	31.5		

出不能配合的老年人, 475名老年人的问卷是有效问卷, 有效率是95.0%。男225人(47.4%), 女250人(52.6%)。

1.2 调查工具

采用一般情况调查表、罗马III诊断标准、匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)、成年人健康自我管理能力和测评量表及自行设计的便秘影响因素调查表对老年人进行问卷调查。

1) 一般情况调查表: 自行设计, 内容包括性别、年龄、婚姻状况、文化程度、工作情况、兴趣爱好等。

2) 罗马III诊断标准: 本研究采用便秘的罗马III诊断标准。

3) PSQI: 由18个条目构成, 总分范围为0~21, 以总分>7分判断有睡眠障碍, 得分越高, 表示睡眠质量越差, 该量表有较好的信度和效度。

4) 成年人健康自我管理能力和测评量表: 由3个分量表组成的, 包含38个条目。采用Likert 5级评分, 总分36~76分表示自我管理能力强, 77分及以上表示自我管理能力强。

1.3 质量控制

1) 调查问卷设计: 研究人员根据调查内容查阅文献, 自行设计调查量表, 根据预实验结果调整问卷的相关内容, 对问卷进行补充和修正。

2) 调查现场的质量控制: 入户调查前, 研究人员取得居委会工作人员的同意; 入户调查时, 遵循知情同意原则, 向老年人耐心解释此调查的目的, 且告知老年人研究员定会遵循保密原则。

3) 数据质量控制: 所得问卷的调查数据由双人录入, 建立Excel数据库。

1.4 统计学方法: 采用SPSS23.0软件进行统计学分析。

2 结果

2.1 社区老年人便秘现状 475名社区老年人中, 便秘者142人, 占29.9%; 非便秘者333人, 占70.1%。

2.2 社区老年人便秘影响因素分析

结果显示: 不同性别、年龄、工作情况的老年人便秘的发生率不同, 差异有统计学意义; 是否按时进餐、每天进食蔬菜种类、每日饮水量、晨起是否饮水与便秘的发生有关, 差异有统计学意义; 吸烟、运动情况、常规排便时间、是否经常抑制便意、睡眠障碍与便秘的发生有关, 差异有统计学意义; 自我健康管理能力与便秘的发生有关, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。婚姻状况、文化程度、兴趣爱好与便秘的发生无

关, 差异无统计学意义; 饮酒与社区老年人便秘的发生无关, 差异无统计学意义($P > 0.05$)。详见表1。

3 结论

3.1 社区老年人便秘现状

调查显示山叶社区老年人的便秘发生率是29.9%, 低于刘钰^[1]等人的调查结果46.45%, 高于国内老年便秘发生率24%^[2]。调查结果的不同可能与研究者使用的便秘诊断标准不同有关, 也可能与调查人群、调查地区的不同有关。

3.2 社区老年人便秘影响因素探讨

本次调查显示社区老年人女性的便秘发生率是32.0%, 高于男性的便秘发生率27.6%。有报道指出, 女性是便秘发生的危险因素, 原因可能与女性情绪易波动、活动量少、腹肌及盆底肌欠发达或收缩不协调等有关。年龄大的社区老年人便秘的发生率高, 其原因可能是: 随着年龄的增长, 老年人不仅消化功能呈现生理性减退, 胃酸和各种消化酶分泌减少, 内脏感觉亦有减退的趋势, 胃肠反射减弱, 加之, 各肌群的收缩功能不断减弱, 腹部和盆腔肌肉收缩无力, 这些都可以增加排便的难度, 从而引起便秘。

本次调查显示, 存在睡眠障碍社区老年人的便秘发生率较高, 很多研究揭示, 睡眠质量与生理健康存在相关性, 如果睡眠质量差或者睡眠不足会加重与年龄有关的慢性疾病(便秘、心脑血管疾病等)的严重程度。自我健康管理能力强的社区老年人, 便秘的发生率低。究其原因可能是社区老年人的自我健康管理能力越强, 心理健康状况越好, 生活质量越高, 而便秘与否与心理健康存在相关性, 心理状况好, 便秘发生率低。

综上所述, 琼海市山叶社区老年人便秘的发生率偏高(29.9%), 影响社区老年人便秘的因素有女性、每天的饮水量少、进食蔬果的种类单一、平时运动量少、排便不规律、存在睡眠障碍、自我健康管理能力较弱。社区卫生服务工作人员应根据老年人的便秘危险因素制定防治便秘的干预措施, 从而提高其生活质量。

参考文献

- [1] 刘钰, 陈长香, 杨卫, 等. 生活方式对养老院老年人便秘的影响[J]. 现代预防医学, 2012, 39(15): 3882-3883.
- [2] 田苗苗, 陈长香, 李淑杏, 等. 社区老年人便秘与否与心理健康的相关性分析[J]. 现代预防医学, 2014, 41(7): 1235-1236+1241.