文章编号: 1001-0580(2008)01-0115-02 中图分类号: G 478.5 文献标志码: A 【调查研究与分析】

医科院校大学生饮食行为调查

苏艳伟[1],高雪[1],胡孝义[1],李玲[1],李静[1],钱嘉莉[1],唐柏林[1],杨克敌[2]

摘 要: 目的 了解医科院校学生饮食行为状况及存在的问题,为纠正大学生不良饮食行为,保证其身体健康提供参考依据。方法 采用问卷调查方式,对同济医学院 593名大学生饮食行为进行调查。内容包括饮食消费、外出就餐和饮食习惯等。对回收的有效问卷进行统计分析。结果 男女生月平均消费水平差异无统计学意义。56.5%的大学生平均月消费为 300元~, <300元者占 7.7%。男女生月平均饮食费用差异有统计学意义 ($P<0.01$),月平均饮食费用 300元~的男生(50.3%)高于女生(40.6%),2者差异有统计学意义 ($P<0.01$)。有 2.4%的学生月平均饮食费用 <100元。学生普遍有外出就餐行为,64.9%的学生首选学校附近小餐馆。选择食物依据个人口味者占 57.6%,考虑营养搭配者占 20.5%。26.9%的学生有偏食现象,29.8%的学生有吃零食习惯。每周吃早餐次数 <3次者占 15.5%, >5次的女生(67.6%)显著多于男生(43.8%) ($P<0.01$)。结论 该医学院学生普遍存在不健康饮食行为,学校应采取措施加强饮食健康教育并提高食堂餐饮质量,改善大学生的营养状况,保障其身体健康。

关键词: 医科院校; 大学生; 饮食行为

Investigation of dietary behaviors of medical college students *SU Yan-wei, GAO Xue, HU Xiao-yi, et al. Grade 2002 Clinical Medicine Seven-Year, Tongji Medical College of Huazhong University of Science and Technology (Wuhan 430030, China)*

Abstract Objective To investigate the dietary behaviors of students in a medical college and provide advice to correct their unhealthy dietary behaviors. **Methods** Five hundred and ninety-three medical students' dietary behaviors (including the consumption of diet, frequency of dining outside the refectory of college and their dietary habit) were included in the investigation by a pre-designed questionnaire. All valid data were analyzed statistically. **Results** The living expenses of most college students were between 300-500 Yuan RMB per month (56.5%), while 7.7% of the students was less than 300 Yuan RMB, which had no significant difference among different genders ($P>0.05$). There was significant difference among different genders in the constituent ratio of the average monthly dietary expenses ($P<0.01$). Approximately 50.3% of the male students and 40.3% of the female spent more than 300 Yuan RMB on the monthly dining out ($P<0.01$), while 2.4% students less than 100 Yuan RMB. Approximately 64.9% of the students had a behavior of dining out at nearby restaurants outside the college, 57.6% of the students made the choice of food mostly depending on their personal favorite and taste. Dietary bias and frequent snack preference existed in 26.9% and 29.8% of the students respectively. Fifteen percent students had breakfast less than 3 times a week. There were more female students who had breakfast more than 5 times per week, which had a significant difference between different genders ($P<0.01$). **Conclusion** Unhealthy dietary behaviors exist in large proportion of medical college students. The dietary health education should be strengthened and the quality of refectory repast should be upgraded to improve the students' nutritional status.

Key words medical college; student; dietary behavior

研究表明,一些不良饮食习惯与生活行为密切相关的慢性疾病如单纯性肥胖、糖尿病和心脑血管疾病有显著关系[1,2]。大学时代是学生身体发育的重要阶段,也是其养成良好饮食习惯的关键时期。医学生在校就读期间接受健康教育的机会较多,但这是否会增加他们的营养知识,进而指导其健康饮食行为,促进身体健康有待研究。为此,于 2007年 6月对华中科技大学同济医学院大学生进行了调查。结果报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 采用系统抽样法在该医学院学生公寓内抽取本科生及研究生共 600人进行问卷调查,收回问卷 593份,问卷回收率为 98.8%;有效问卷(答题率 >95%)590份,其中男生 291份,女生 299份,有效问卷率为 98.3%。调查对象年龄 17~32岁,平均为 22.51岁。

1.2 方法 自行设计调查问卷。内容包括一般信息、饮食费用、饮食习惯和健康状况。在学生公寓内按系统抽样法抽取寝室,每寝室发放 1份问卷,随机抽取 1名学生独立完成,匿名填写并现场回收。题目有漏答者该道题目不予统计。

1.3 统计分析 应用 VisualFoxPro建立数据库,采用 SPSS 10.0统计软件进行 χ^2 检验。

2 结 果

2.1 饮食消费水平(表 1) 将大学生月平均消费水平划分 4个档次(<300元, 300元~, 500元~, 800元~)。调查显示,男女生月平均消费水平构成比差异无统计学意义。其中 7.7%的学生月平均消费 <300元,男女生各占 8.6%和 6.7%;56.5%为 300元~,男女生各占 56.2%和 56.7%;29.2%为 500元~,男女生各占 27.6%和 30.9%;6.6%为 800元~,男女生各占 7.6%和 5.7%,男女生每月各档消费水平构成比间差异无统计学意义。将其月平均饮食费用划分为 4个档次(<100元, 100元~, 200元~, 300元~)。88.8%的学生月平均饮食费用在 200元以上,男女生月平均饮食费用构成比差异有统计学意义 ($P<0.01$)。2.4%的学生不超过 100元,男女生各占 3.8%和 1.0%,差异有统计学意义 ($P<0.05$)。8.8%的学生为 100元~,男女生各占 5.9%和 11.7%,差异有统计学意义 ($P<0.01$);43.4%的学生为 200元~,男女生各占 40.0%和 46.7%,差异无统计学意义;45.4%的学生为 300元~,男女生各占 50.3%和 40.6%,差

作者单位: 1. 华中科技大学同济医学院第二临床学院 02级临床医学七年制,武汉 430030; 2. 华中科技大学同济医学院公共卫生学院
作者简介: 苏艳伟(1984-),女,满族,北京人,硕士在读,主要从事临床及流行病学研究。

异有统计学意义 ($P < 0.01$)。

表 1 男女生月平均饮食费用

性别	< 100元		100元~		200元~		300元~	
	n	%	n	%	n	%	n	%
男	11	3.8*	17	5.9**	116	40.0	146	50.3**
女	3	1.0	35	11.7	139	46.7	121	40.6
合计	14	2.4	52	8.8	255	43.4	267	45.4

注: 与女生相比, * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$。

2.2 外出就餐情况 接受调查的学生均有外出就餐行为, 女生外出就餐频率较男生高, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$)。每周外出就餐 < 3次者占 56.7%, 男女生各占 64.0% 和 49.7%, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$); 4~ 10次者占 33.2%, 男女生各占 28.7% 和 37.6%, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$); 多于 10次占 10.1%, 男女各占 7.3% 和 12.7%, 差异无统计学意义。64.9% 的学生首选学校附近小餐馆, 各年级学生外出就餐行为差异无统计学意义。外出就餐为追求食物品质者占 32.8%, 因聚会和认为方便者各占 26.3% 和 23.5%, 追求环境舒适者仅占 5.3%, 其他原因者占 12.1%。选择在校食堂的就餐者中, 42.3% 是因外出不便, 27.3% 认为价格合理, 18.6% 认为食品有安全保障, 对餐饮质量满意者仅占 2.3%, 其他原因者占 9.5%。学生每周外出就餐次数与月平均饮食费用呈正相关 ($r = 0.196$, $P = 0.01$), 即月平均饮食费用越高, 外出就餐次数越多。

2.3 饮食习惯

2.3.1 饮食态度 调查发现, 57.6% 的学生选择食物多依据个人口味; 考虑营养搭配者占 20.5%, 受价格制约者占 20.1%, 考虑其他因素者占 1.8%。重视午餐者占 60.3%, 重视晚餐者占 26.7%, 而重视早餐者仅占 13.0%。

2.3.2 用餐情况 学生中能按时就餐者占 71.2%, 但仍有不吃早餐的现象。女生每周吃早餐次数显著多于男生 ($P < 0.01$)。每周吃早餐 5次~者占 55.8%, 男女生各占 43.8% 和 67.6%; 3次~者占 28.8%, 男女生各占 35.0% 和 22.7%; < 3次者占 15.4%, 男女生各占 21.2% 和 9.7%, 以上男女生间差异均有统计学意义 ($P < 0.01$)。在不能按时就餐的学生中, 早、午、晚不能按时就餐者分别占 63.4%, 9.4% 和 27.2%。

2.3.3 不良饮食行为及高危食品消费情况 26.9% 的被调查学生有偏食现象, 29.8% 的学生有吃零食的习惯, 17.3% 的学生经常暴饮暴食。每周食用碳酸饮料、咖啡、方便面和高温油炸食品达 3次~者分别占 25.1%, 7.4%, 25.3% 和 25.5%。

2.3.4 牛奶、豆制品、水果消费情况 仅 31.4% 的被调查学生每周饮用牛奶达 3次~, 而食用豆制品及水果每周达 3次~者分别占调查人数的 67.7% 和 55.7%。

2.4 健康状况评价 在对自己健康状况的满意度评价中, 49.8% 的学生表示满意, 48.1% 的学生较满意, 1.9% 的学生认为自己健康状况较差, 其余 0.2% 的学生认为自己健康状况很差。调查同时发现, 9.8% 的学生经常有消化道不适, 10.4% 的学生在大学期间被诊断患有消化道疾病, 其中以胃肠炎和消化道溃疡多见。

3 讨 论

饮食行为与家庭人均收入水平、健康饮食观念及营养知识密切相关[1]。调查显示, 该校部分学生月平均饮食费用不足 100元, 使健康饮食行为的形成受到很大程度的限制。对这些生活上有困难的学生提供经济补助可以在一定程度上改善其营养状况, 相关部门应采取措施改善其基本生活条件。女生饮食费用普遍低于男生, 考虑与男女生本身生理特征不同, 且部分女生为减肥常控制食量和肉类摄入有关。长期控制饮食或不正确的减肥行为会致体内营养缺乏均衡, 对健康造成了潜在危害。分析表明, 校食堂就餐条件是影响学生健康饮食行为的重要因素, 与相关报道一致[3]。很多学生对校食堂就餐条件不满意而选择到学校附近小餐馆就餐, 其饮食卫生安全难以保证, 给健康带来很大隐患。早餐是三餐之重[4], 但仍有相当数量的学生对其不重视。偏食、暴饮暴食现象亦不少见。可见, 该医学院学生存在多种不健康饮食行为, 缺乏饮食安全和营养均衡的意识。作为医生的预备群体, 将来从事工作的特殊性, 他们的营养知识及饮食行为, 不仅直接影响自身健康, 也会影响病人及周围的人[5], 所以培养其形成良好的饮食行为有着重要意义。学校应对学生加强饮食安全教育, 同时提高食堂餐饮质量, 确保饮食安全, 吸引更多的学生到校食堂就餐, 改善大学生的营养和健康状况。

参考文献

〔1〕 刘宁, 高尔生, 武俊青. 居民营养知识、态度、行为及影响因素分析 [J]. 中国公共卫生, 2008, 24(4): 482-485.

〔2〕 曲鹏, 李绥晶, 刘懿卿, 等. 辽宁省成年居民糖尿病患病抽样调查 [J]. 中国公共卫生, 2006, 22(1): 108-109.

〔3〕 何智辉, 杨俊杰, 朱健玲. 当代医学生日常生活调查与分析 [J]. 中国高等医学教育, 2007, 1: 75-76.

〔4〕 Purslow LR, Sandhu MS, Forouhi N, et al. Energy intake at breakfast and weight change: prospective study of 6,764 middle-aged men and women [J]. Am J Epidemiol, 2008, 167: 188-192.

〔5〕 黄永真. 宜春学院医学生营养知识、态度及行为调查 [J]. 现代预防医学, 2008, 35(2): 291-293.

收稿日期: 2008-08-20 (王奕编辑 刘铁校对)

科技论文基本撰写须知

根据《著作权法》并结合本刊具体情况, 投稿人在接到本刊回执 4个月后未收到稿件处理通知可自行处理, 切勿一稿两投。来稿请自留底稿, 稿件不采用, 不予退稿。来稿一律文责自负。依照《著作权法》有关规定, 本刊有权对来稿做文字修改、删节。修改稿逾期 3个月不寄回者, 视为自动撤稿。

稿件经审修合格后按有关规定, 本刊将根据稿件所占版面收取版面费。作者交纳版面费后, 即视为作者论文专有使用权授予中华预防医学会所有。中华预防医学会有权以电子期刊、光盘版等其他方式出版刊登论文。论文发表后, 根据有关规定将付给第一作者稿酬并赠送当期杂志 1~3本。