

• 调查报告 • doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2014.34.028

科技期刊编辑亚健康状况调查

李钰,孙昌朋,林萍,陈望忠[△]

(南方医科大学学报编辑部,广州 510515)

摘要:目的 了解科技期刊编辑的亚健康现状。方法 采用便利抽样的方法抽取 1 200 名科技期刊编辑进行现场调查。回收问卷 1 149 份,回收率为 95.75%,排除从事科技期刊编辑工作不满 1 年者、现患疾病者和资料缺漏 20% 以上者的问卷,收回有效问卷 895 份。结果 其中亚健康者 729 人,亚健康发生率为 81.5%。科技期刊编辑亚健康主要表现在记忆力差、活力减退、疲劳、肩或腿麻木僵硬、注意力不集中。科技期刊编辑不同性别、文化程度、职务、每周工作时间、早餐、锻炼、睡眠、噪声、家人对工作支持态度的亚健康发生率比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论 科技期刊编辑亚健康状况不容乐观,卫生部门、期刊和编辑自身都应引起重视。

关键词:亚健康;科技期刊编辑;问卷调查

中图分类号:R195

文献标识码:A

文章编号:1671-8348(2014)34-4640-03

Research on sub-health situation of scientific journal editors

Li Yu, Sun Changpeng, Lin Ping, Chen Wangzhong[△]

(Editorial Department of Journal of Southern Medical University, Guangzhou, Guangdong 510515, China)

Abstract: Objective To understand the sub-health status of scientific journal editors. **Methods** Convenience sampling was used in the study, the survey of 1 200 scientific journal editors was conducted on-site investigations. 1 149 questionnaires were returned with a recovery of 95.75%, excluding those engaged in scientific journal editors less than one year, those suffering from the disease and whose questionnaires were more than 20% of data was missing, 895 questionnaires were recovered effectively. **Results** Among them, 729 were sub-health people with an incidence of 81.5%. Poor memory, vitality loss, fatigue, stiff shoulder or leg numbness and inability to concentrate were the main manifestations of sub-health scientific journal editors. There were significant differences in the sub-health incidence of scientific journal editors with different gender, education, position, weekly working time, breakfast, exercise, sleep, noise and attitude of family to support their work ($P < 0.05$). **Conclusion** Scientific journal editors' health situation is not quite optimistic, so the health sector, editorial departments and editors themselves should pay attention to the issue.

Key words: sub-health; scientific journal editors; questionnaires

随着科学技术的进步,经济社会的发展,医学模式由生物医学模式转向生物-心理-社会医学模式,亚健康问题日趋凸显,已经成为 21 世纪人类面对的重大问题。科技期刊编辑是出版行业里职业性质较为特殊的一类,需要长期伏案工作,大量阅读稿件,存在久坐不动,职业压力较大的现象。有研究显示编辑职业的亚健康发生率高于非脑力劳动的职业^[1];《2010 中国城市健康状况大调查》之“十大健康透支行业数据”显示,媒体业健康透支状况排名第 5^[2]。近年来,关于医务人员、教师、公务员等职业人群的亚健康大样本研究已陆续出现^[3-5],而关于科技期刊编辑这一类职业人群的亚健康缺少大样本研究。本课题利用调查员所在编辑部的便利条件,通过全国各类科技期刊学术会议,抽取 1 200 名科技期刊编辑为调查对象,进行现场调查,旨在了解科技期刊编辑亚健康状况,为科技期刊编辑亚健康状态的防治提供方向和依据。

1 资料与方法

1.1 一般资料 由于科技期刊编辑从业者分布散,故采取便利抽样方法,于 2013 年 11 月至 2014 年 1 月抽取 1 200 名科技期刊编辑进行现场调查,回收问卷 1 149 份,回收率为 95.75%,排除从事科技期刊编辑工作不满 1 年者、现患疾病者和资料缺漏 20% 以上者的问卷,有效问卷为 895 份。

1.2 调查工具 调查问卷由两部分组成。(1)自行设计一般

情况调查表,包括性别、年龄、民族、学历、婚姻状况、每周工作时间、吸烟、饮酒、早餐、锻炼、睡眠等问题。(2)亚健康的诊断标准问卷,经过预调查和专家咨询后确定选择陈青山等^[6]设计的亚健康的诊断标准问卷。调查者对 18 项自我诊断问题中进行“是”与“否”的回答,如 18 道问题全选择“否”为健康;如选择“是”有 1 项或以上则为亚健康。

1.3 统计学处理 采用 Epidata3.02 录入数据,并进行双人双机录入,经逻辑核查无误后导入 SPSS20.0 进行描述性统计分析,计数资料采用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 一般状况 895 份有效调查问卷中,男 418 人,女 477 人;20~30 年龄组 126 人,>30~40 年龄组 262 人,>40~50 年龄组 290 人,50 以上年龄组 217 人。

2.2 科技期刊编辑亚健康状态调查结果 实际调查的 895 人中,健康者 166 人,占 18.5%;亚健康者 729 人,亚健康发生率为 81.5%。科技期刊编辑亚健康症状分布,出现较多的症状依次是记忆力差 425 人(47.5%),活力减退 411 人(45.9%),疲劳 401 人(44.8%),肩或腿麻木僵硬 296 人(33.1%),注意力不集中 278 人(31.1%);出现最少的症状是同事关系紧张 28 人(3.1%)。见表 1。

2.3 不同人口学特征和工作、生活状态科技期刊编辑亚健康

发生率比较 科技期刊编辑不同人口学特征(性别、年龄、婚姻状况、文化程度、职务)和不同工作、生活状态(每周工作时间、早餐、锻炼、睡眠、噪声、工作支持)亚健康发生率比较,不同年龄和婚姻状况的亚健康发生率的差异无统计学意义($P > 0.05$),其余各项亚健康发生率的差异均有统计学意义($P < 0.05$)。见表 2。

表 1 科技期刊编辑亚健康症状表现情况 (n=895)

序号	亚健康症状	是	否	症状发生率(%)
1	疲劳	401	494	44.8
2	头痛或头晕	193	702	21.6
3	耳鸣	113	782	12.6
4	肩或腿麻木僵硬	296	599	33.1
5	咽部有异物感	226	669	25.3
6	心烦意乱	217	678	24.2
7	孤独感	111	784	12.4
8	注意力不集中	278	617	31.1
9	焦虑	267	628	29.8
10	失眠多梦,休息不好	268	627	29.9
11	记忆力差	425	470	47.5
12	活力减退	411	484	45.9
13	对周围事物不感兴趣	200	695	22.3
14	情绪差	195	700	21.8
15	工作觉得吃力	152	743	17.0
16	同事关系紧张	28	867	3.1
17	免疫力下降,容易感冒	195	700	21.8
18	过去 1 个月曾经到医院看病	146	749	16.3

续表 2 不同人口学特征和工作、生活状态科技期刊编辑亚健康发生率比较

项目	调查人数	亚健康人数	亚健康发生率(%)	χ^2	P
职务					
主任、副主任	177	156	88.1	11.900	0.000
主编、副主编	103	86	83.5		
编辑	542	427	78.8		
编务	55	48	87.3		
其他	18	12	66.7		
每周工作时间(h)					
<35	187	141	75.4	8.603	0.014
35~40	403	326	80.9		
>40	305	262	85.9		
噪声					
没有	415	311	74.9	23.637	0.000
偶尔有	337	289	85.8		
经常有	108	99	91.7		
总是有	35	30	85.7		
家庭成员对工作支持态度					
很支持	315	238	75.6	15.630	0.001
支持	465	386	83.0		
较支持	110	100	90.9		
不支持	5	5	100.0		
早餐					
从不吃	5	5	100.0	8.877	0.031
偶尔吃	56	48	85.7		
经常吃	234	203	86.8		
每天吃	600	473	78.8		
锻炼					
5 次以上/周	67	36	53.7	77.377	0.000
3~4 次/周	160	112	70.0		
1~2 次/周	200	157	78.5		
偶尔	306	271	88.6		
几乎不	162	153	94.4		
睡眠(h)					
<4	20	17	85.0	31.446	0.000
4~<6	49	45	91.8		
6~<8	499	418	83.8		
8~<10	268	192	71.6		
≥10	59	57	96.6		

表 2 不同人口学特征和工作、生活状态科技期刊编辑亚健康发生率比较

项目	调查人数	亚健康人数	亚健康发生率(%)	χ^2	P
性别					
男	418	368	88.0	22.517	0.000
女	477	361	75.7		
年龄(岁)					
>20~30	126	105	83.3	2.511	0.473
>30~40	262	208	79.4		
>40~50	290	243	83.8		
>50	217	173	79.7		
婚姻状况					
未婚	101	84	83.2	1.810	0.405
已婚	771	624	80.9		
其他	23	21	91.3		
文化程度					
大专或以下	74	63	85.1	17.658	0.001
本科	321	272	84.1		
硕士	328	273	83.2		
博士	172	121	70.3		

3 讨 论

WHO 的一项全球人群亚健康调查显示,全球有 75.0% 的人处于亚健康状态^[7];我国亚健康人口总数已经超过 7 亿,占全部人口的 60.0%~70.0%^[8]。本研究调查结果显示科技期刊编辑的亚健康发生率为 81.5%,高于全球亚健康发生率和我国亚健康发生率。科技期刊编辑亚健康主要表现在记忆力

差、活力减退、疲劳、肩或腿麻木僵硬、注意力不集中。可能因为编辑长期从事文字工作,长期伏案改稿、审稿、赶稿;常年面对文字、符号、图表,工作内容相对枯燥单一;工作需要脑力和注意力高度集中;久坐伏案缺乏运动,增加身体负荷,工作压力大导致^[9-10]。

不同人口学特征的科技期刊编辑亚健康状况研究显示,男性科技期刊编辑的亚健康发生率 88.0%,女性科技期刊编辑的亚健康发生率 75.7%,说明男性科技期刊编辑更易发生亚健康,这与范欣欣^[11]对公务员进行的亚健康研究结果相似。这可能是由于编辑工作要求细心严谨,大部分女性比大部分男性更符合这样的工作要求,并且女性更善于倾诉,利于排解压力,获得社会支持,有利于身心健康。>40~50 岁年龄组的亚健康发生率最高(83.8%),有可能是因为这一年龄段的编辑大多属于编辑部的中流砥柱,工作压力相对较大所致。已婚组别的编辑亚健康发生率最低(80.9%),可能是已婚编辑更容易向伴侣倾诉不良情绪,工作上更容易获得家庭支持从而减少了亚健康的发生。调查表明随着文化程度的提升,亚健康的发生率在降低,这可能是由于高学历者拥有更好的自我调节能力和自我保健意识,这对健康的保持有促进作用^[12],这与张庆祥等^[13]进行的公务员亚健康状况调查的研究结果相似。研究提示,主任、副主任这一类的编辑人员的亚健康发生率最高(88.1%),可能是主任和副主任属于期刊内部顶端的管理职位,要统筹规划、驾驭全局,工作压力大,心理负担重,因而导致亚健康状态的发生。

在对不同工作、生活方式的科技期刊编辑的亚健康状况研究中显示每周工作时间超过 40 h 组的编辑亚健康的发生率最高(85.9%),科技期刊编辑是科技出版队伍里的主力军,编辑工作时间较长脑力劳动超负荷,尤其是青年编辑为了保质保量完成工作,时常熬夜赶稿,排版校对,工作任务压力剧增。没有噪声组的亚健康发生率最低(74.9%),可能是因为编辑工作属于高强度脑力工作范畴,需要安静的环境,但在编辑的工作环境中,电脑、打印机、复印机这些办公设备会产生噪声,噪声容易给人带来生理上和心里的损害^[14]。研究还显示随着家人对编辑工作越支持,编辑发生亚健康发生率越小,可能是家人支持有利于减小编辑工作的压力,有利于提高工作热情和效率,有利于维护编辑人员的身心健康。本研究提示每天吃早餐组的亚健康发生率最低;几乎不锻炼组的亚健康发生率最高;拥有正常睡眠时间^[15]为 6~<8 h 组亚健康发生率较低。这说明拥有良好的早餐习惯、锻炼习惯、充足的睡眠时间都能够保持是身体健康的充分保证。提示编辑部应合理安排编辑人员的工作量,确保编辑的休息时间。

综上所述,科技期刊编辑亚健康发生率较高,症状较为明显,问题较为突出。编辑的身心健康状态对编辑自身、期刊的生存和发展、科技的繁荣进步都有很大的影响,不容忽视。因此,卫生部门、期刊和编辑自身都应高度重视,加强在健康自我

保健方面的宣传和教教育,结合实际从多方面入手防范亚健康状态的发生,提高科技期刊编辑整体的健康水平。与此同时,编辑自身也应摒弃不良的生活习惯,在日常的工作生活中养成良好的、健康的生活方式,有效防范亚健康状态的发生。

参考文献:

- [1] 张素炎,常群英,刘洁,等.北方地区亚健康状态的调查及其分析[J].医学动物防制,2003,19(4):208-210.
 - [2] 徐妍,石朝云,游苏宁.编辑职业健康问题分析——中华医学会杂志社关注编辑健康的实践[J].编辑学报,2012,24(5):496-498.
 - [3] 蔡文智,邓凌,陈美伦,等.医务人员亚健康状态及相关因素的调查研究[J].中华护理杂志,2009,44(10):869-873.
 - [4] 刘晴,刘文华,向浩,等.武汉市 3 340 名中小学教师心理亚健康状况及其影响因素[J].中国学校卫生,2007,28(3):246-247.
 - [5] 魏凤江,高伟,刘俊,等.天津市公务员亚健康状况及影响因素分析[J].中国公共卫生,2010,26(5):589-590.
 - [6] 陈青山,王声湧,荆春霞,等.应用 Delphi 法评价亚健康的诊断标准[J].中国公共卫生,2003,19(12):1467-1468.
 - [7] 马路,朱晓法.亚健康状态研究的历史沿革及现状[J].中华保健医学杂志,2013,15(5):449-451.
 - [8] 张志明,金冬梅.亚健康状态研究现状[J].中国健康教育,2008,24(3):201-203.
 - [9] 陈锐锋.关注科技期刊编辑的职业健康——科技期刊编辑职业危害因素探析[J].编辑学报,2012,24(1):84-85.
 - [10] 李东.期刊编辑亚健康状态及其对策[J].编辑学报,2014,26(1):76-78.
 - [11] 范欣欣.沈阳市公务员亚健康状况及其影响因素的研究[D].广州:南方医科大学,2011.
 - [12] 蒙世佼,闫宇翔,刘佑琴,等.医务人员亚健康状态及其影响因素的研究[J].中国全科医学,2013,16(1):61-64.
 - [13] 张庆祥,强瑞英,冯丽仪,等.广州市公务员亚健康患病率调查[J].现代预防医学,2013,40(2):279-281,284.
 - [14] 谢雁鸣,刘保延,朴海垠,等.基于临床流行病学调查的亚健康人群一般特征的探析[J].中国中西医结合杂志,2006,26(7):612-616.
 - [15] Stranges S, Dorn JM, Shipley MJ, et al. Correlates of short and long sleep duration: a cross-cultural comparison between the United Kingdom and the United States; the Whitehall II Study and the Western New York Health Study[J]. Am J Epidemiol, 2008, 168(12): 1353-1364.
- (收稿日期:2014-06-08 修回日期:2014-07-20)
- (上接第 4639 页)
- of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction in 52 countries (the INTERHEART study): case-control study[J]. Lancet, 2004, 364(9438): 937-952.
- [11] Maffei C, Pietrobelli A, Grezzani A, et al. Waist circumference and cardiovascular risk factors in prepubertal children[J]. Obes Res, 2001, 9(3): 179-187.
 - [12] Wang F, Wu S, Song Y, et al. Waist circumference, body mass index and waist to hip ratio for prediction of the metabolic syndrome in Chinese[J]. Nutr Metab Cardiovasc Dis, 2009, 19(8): 542-547.
- (收稿日期:2014-06-08 修回日期:2014-08-27)