

昆明地区空巢与非空巢老人意外跌倒情况调查报告

李恒希¹⁾, 杜时甫²⁾, 黄志华³⁾, 吴光柳¹⁾, 冯蕾⁴⁾

(1) 昆明医科大学研究生院, 云南昆明 650500; 2) 六盘水市水矿集团总医院, 贵州六盘水 553000; 3) 西双版纳傣族自治州人民医院, 云南景洪 666100; 4) 昆明医科大学护理学院, 云南昆明 650500)

【摘要】目的 调查昆明市空巢与非空巢老人意外跌倒的情况并分析其原因, 以帮助护理人员更好地指导空巢老人提高生活质量和减少意外跌倒的风险。**方法** 随机抽取昆明市金河社区、虹山社区、幸福家园廉租小区、荷塘月色小区以及春苑小区 122 名 60~90 岁老年人进行随访和发放调查组自制问卷, 运用统计学 SPSS 软件对收集到的数据进行统计学分析。**结果** 独居老人跌倒率高于非独居老人, 2 组比较差异具有统计学意义 ($P < 0.05$); 性别、居住方式、受教育程度、子女探望频率、洗浴方式、视力及跌倒时有无人陪同是相对比较危险的老年人致跌因素 ($OR > 1, P < 0.05$)。**结论** 预防空巢及非空巢老人发生意外跌倒应关注老年人的生活环境、身体状况以及对预防跌倒知识的认知情况, 从而提出行之有效的社区护理干预措施, 以提高老年人的生活质量, 减少意外跌倒的发生。

【关键词】 空巢老人; 非空巢老人; 意外跌倒; 跌倒因素; 护理干预

【中图分类号】 R473.2 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2095-610X (2015) 11-0035-04

The Report of Accidental Falls Situation of Empty Nesters and Non-empty Nesters in Kunming

LI Heng-xi¹⁾, DU Shi-fu²⁾, HUANG Zhi-hua³⁾, WU Guang-liu¹⁾, FENG Lei⁴⁾

(1) *The Graduate School of Kunming Medical University, Kunming Yunnan 650500*; 2) *Water Mining Group General Hospital of Liupan City, Liupanshui Guizhou 553000*; 3) *People's Hospital of Xishuangbanna Dai Prefecture in Yunnan Province, Jinghong Yunnan 666100*; 4) *School of Nursing, Kunming Medical University, Kunming Yunnan 650500, China*)

【Abstract】 Objective To study the falling accident situation of the old empty nesters and non-empty nesters in Kunming and analyze the reasons so as to help nurses better guide the empty-nesters to improve their quality of life and reduce the risk of falling accident. **Methods** 122 olds who were 60~90 years were selected randomly from certain communities in Kunming and follow-up visits and questionnaires were carried out so as to collect and analyze statistically the data by SPSS. **Results** Falling accident rate of empty nest group was higher than that in the non-empty nest group, then two groups had a significant contrast ($P < 0.05$); relative risk factors of the aged accident falls were gender, resident manner, educational status, family visit frequency and vision, bath way, fall unaccompanied ($OR > 1, P < 0.05$). **Conclusion** To prevent the old man from falls in the accident it should concern the life environment, physical condition and the cognitive situation of falls preventionary knowledge. Thus put forward community nursing intervention measures were out forward effectively, to improve the quality of life and reduce

【基金项目】 云南省教育厅科学研究基金资助项目 (2012Y013); 昆明医科大学大学生创新性实验基金资助项目 (CX201247)

【作者简介】 李恒希 (1992~), 女, 云南宣威市人, 在读硕士研究生, 主要从事人体解剖学与组织胚胎学研究工作。

【通讯作者】 冯蕾. E-mail: fenglei1030@hotmail.com

the happening of the falling accident.

[Key Words] Empty nesters; Non-empty nesters; Accidental falls; Factors of falls; Nursing intervention

我国社会正呈现出人口老龄化日益加重的趋势.据《中国老龄事业发展报告(2013)》显示:2013年,我国老年人口达到了2.02亿,老龄化水平达到14.8%,且昆明市也早已进入老龄化地区,1988年昆明市城区60岁及以上老年人已占总人口的14%^[1].此外,我国老龄人口的病患现状表现为“高龄化”、“空巢化”、“慢病化”、“失能化”和“失智化”,其中空巢化已然成为一个社会问题,目前我国城市的空巢家庭已达到49.7%,空巢家庭的增加令老年健康的照护问题更为严峻^[2].而失能不但使高龄独居老人的生活质量下降,还将使其成为易受伤害的脆弱、高危人群^[3],导致跌倒风险的增加.

世界卫生组织认为跌倒是导致老年人慢性致残的第3大原因,有调查显示^[4]每年约有30.3%的65岁以上老年人及50%的80岁以上老年人都发生过跌倒,其中15%发生2次以上并伴有骨折、软组织挫伤和脑部伤等损害.意外跌倒伴随着现阶段空巢老人逐年递增的趋势,已成为老年人日常生活很常见的一种现状.

本次研究通过对昆明市不同地区122名60~90岁老年人进行调查并分析导致其跌倒的主要原因,从而针对造成空巢老人与非空巢老人跌倒的原因进行对比,以减少老年人跌倒发生率为目的,强化日常安全管理,提出相应的行之有效的社区护理干预措施,从而提高老年人的生活质量.

1 资料与方法

1.1 一般资料

随机抽取昆明市金河社区、虹山社区、幸福家园廉租小区、荷塘月色小区以及春苑小区122名60~90岁老年人进行随访并发放调查问卷,122位调查对象的一般资料见表1,由表可见,调查对象平均年龄为(71.54±5.92)岁,其中独居者占64.75%.

1.2 研究方法

本次调研将昆明市金河社区、虹山社区、幸福家园廉租小区、荷塘月色小区以及春苑小区作为调研区域,抽样向社区内老年人发放问卷,从而调查空巢及非空巢老人发生意外跌倒的情况并

对调研数据进行统计学分析得出结论.此次调研采用课题组自编问卷对所抽取昆明社区内的老年人进行问卷发放调查的方式,调查人员进行统一培训,要求规范用语、统一标准,避免诱导性和提示性提问,该调查表均为受访者无记名独自填写或小组成员代填写,当场发放当场回收.问卷内容包括一般人口资料及有无跌倒史、是否有人同住、子女探望频率、跌倒时间和环境、跌倒所致后果等方面.共发放问卷130份,回收122份,有效问卷122份,回收率94%,剔除无效问卷0张,有效率为94%.

1.3 统计学处理

SPSS17.0软件包对调研结果进行分析,计数资料以百分率表示,组间比较用 χ^2 检验,多因素分析采用Logistic回归分析,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义.

2 结果

2.1 空巢及非空巢老人跌倒率对比

近5a内受访者中发生跌倒的共有89人,占总人数的72.95%;无跌倒的共有33人,占27.04%(见表1).其中空巢老人跌倒人数为71人,为总跌倒率的79.77%;非空巢老人跌倒有18人,占总跌倒率的20.22%,本例未矫正 χ^2 检验结果为 $\chi^2=32.529$, $P<0.05$,差异有统计学意义,可认为两种居住方式的跌倒率不同,独居老人跌倒率高于非独居老人,见表2.

2.2 意外跌倒情况的相关因素

为了有效控制混杂因素的影响,本次研究使用多因素Logistic回归共做两次统计分析.第一次分析将是否跌倒引入因变量,性别、年龄、婚姻状态、居住方式、受教育程度、子女探望频率、客厅地板材质、卫生间地板材质、室内光线是否明亮、室内地板是否平坦、室内环境是否整洁、洗浴方式、视力、听力、精神状态引入自变量进行分析后结果见表3,结果筛选出相对比较危险的因素有性别、居住方式、受教育程度、子女探望频率、洗浴方式和视力(由 $OR>1$, $P<0.05$ 得出).第二次分析将5a内意外跌倒老人的居住方式(独居、非独居)引入因变量,跌倒时有无人陪同、

表 1 调查对象的一般资料 [$n = 122, (\bar{x} \pm s)$]Tab. 1 Respondents general information [$n = 122, (\bar{x} \pm s)$]

背景信息	分组情况	样本数(人)	最小值	最大值	平均值	百分比(%)
年龄(岁)	总体年龄	122	60	87	71.54 ± 5.92	100.00
	男性年龄	79	62	87	72.09 ± 6.11	64.75
	女性年龄	43	60	81	70.53 ± 5.48	35.24
婚姻	已婚	26	-	-	-	21.31
	未婚	10	-	-	-	8.19
	离异	18	-	-	-	14.75
	丧偶	68	-	-	-	55.73
居住方式	独居	79	-	-	-	64.75
	非独居	43	-	-	-	35.24
受教育程度	未受教育	27	-	-	-	22.13
	小学	19	-	-	-	15.57
	中学	65	-	-	-	53.27
	大学	11	-	-	-	9.01
最近 5 a 有无跌倒	有	89	-	-	-	72.95
	无	33	-	-	-	27.04

表 2 空巢与非空巢老人意外跌倒跌倒率比较 [n (%)]Tab. 2 Compare the the falling accident rate of empty nesters and non- empty nesters [n (%)]

跌倒情况	居住方式		合计	χ^2 32.529	P 0.000
	独居	非独居			
跌倒	71(79.77)	18(20.22)	89(72.95)	-	-
未跌倒	8(24.24)	25(75.75)	33(27.04)	-	-
合计	79(64.75)	43(35.24)	122(100)	-	-

表 3 影响空巢和非空巢老人意外跌倒的多因素 Logistic 分析

Tab. 3 The empty nesters and non- empty nesters multivariable Logistic analysis of falling accident

影响因素	β	Wald χ^2	P	OR	95%CI
性别	-2.262	8.130	0.004	0.104	0.022 ~ 0.493
居住方式	4.015	21.598	0.000	55.399	10.191 ~ 301.161
受教育程度	1.153	9.071	0.003	3.167	1.496 ~ 6.705
子女探望频率	1.775	10.822	0.001	5.900	2.049 ~ 16.986
洗浴方式	-3.273	10.973	0.001	0.038	0.005 ~ 0.263
视力	-1.116	0.555	0.044	0.328	0.110 ~ 0.972
跌倒时有无人陪同	-3.814	24.324	0.000	0.022	0.005 ~ 0.100

跌倒地点、跌倒原因、跌倒后有无造成严重损害、有无根据跌倒原因采取措施以及跌倒后情绪影响引入自变量进行分析后结果见表 3, 结果筛选出的危险因素为跌倒时有无人陪同 (由 $OR > 1, P < 0.05$ 得出)。

3 讨论

跌倒等意外情况很大程度上降低了老年人的生活质量, 且在老年人群伤残、失能、死亡等情况下跌倒属于相对重要的因素^[9]。随着人口老龄化的日益加重, 空巢老人的健康状况及生活质量备受关注, 本次研究发现独居老人的意外跌倒率高于非独居老人, 因此及时发现导致空巢老人跌倒的原因并提出相应行之有效的措施是改善其生活质量的重要课题。

曾有研究证实跌倒在老年人中是一起复杂事件,涉及到多种因素的相互作用^[6],本次调研发现老年人意外跌倒与老年人的性别、居住方式、受教育程度、子女探望频率、视力以及洗浴方式、跌倒时是否有人陪同都有一定关系,现对这几个因素做出分析并提出相关建议。

3.1 环境因素

有研究表明^[7],61.54%的老年人在室内发生跌倒,其中卫生间、厨房和卧室是发生跌倒的主要区域,针对独居老人家庭致跌环境评估发现,居家致跌环境主要为地板湿滑,本次调查也认为洗浴方式与老年人发生意外跌倒有一定关系,针对室内环境不安全这一因素,增加设施合理性是关键:如增加夜间照明;地面保持干净不潮湿;穿大小合适防滑拖鞋以及采用防滑质地的地板等。

3.2 生理因素

此次调查发现,老年人的视力情况可导致跌倒的发生,这与部分已有文献报道^[8]一致,原因可能是老年人中老花眼占较高比例,且其判断所处环境及对暗的适应能力随年龄下降,从而易引起跌倒。此外,本次调查还发现性别也是影响跌倒的因素之一,据数据显示^[9],女性患者的跌倒概率是男性患者的2倍。加强体育锻炼对减少老年人跌倒有重要意义,应鼓励老年人进行一些低强度训练或有氧运动以提高注意力。此外,还应积极治疗和预防某些慢性疾病,以减少跌倒发生的机率。

3.3 空巢化因素

这次调查的样本中,64.75%的老人为独居者,独居和非独居两种居住方式发生跌倒的概率不同,前者明显高于后者。此外,子女探望频率和跌倒时是否有人陪同均提示独居可能为跌倒的间接因素,Luukinen 等报道了相似的研究结果^[10]。解决目前空巢老人健康和生活的关键而有效的措施是完善社区卫生及家庭保健服务网络的建设,鼓励家人经常探访,邻居给予关心、照顾,从而为空巢老人提供更多的精神和社会支持。

3.4 认知因素

本次研究发现老年人受教育程度也是影响其跌倒的一个原因,老年人对预防跌倒知识的掌握程度及依从性的高低直接影响了跌倒的发生率^[11]。

此外,“害怕跌倒”也是一个易被忽视的危险因素,郑淑君等^[12]研究指出,健康行为不仅受知识的影响,还与信念、社会支持等因素有关。所以在老年人中开展关于避免跌倒的宣传计划非常重要,护理人员可以制作通俗易懂的小册子,在老年人活动多的场所进行宣传和发放,从而促进其有效地预防跌倒^[13]。

[参考文献]

- [1] 姜润生,张茂镛,祁秉先,等.昆明市老年人医疗保健问题及对策探析[J].中国卫生事业管理,2002,5(167):308-309.
- [2] 刘志学.我国老年医学健康管理和服务亟需加强[J].中国医药导报,2014,3(11):5-8.
- [3] 郭欣,曹光.我国老年伤害现状及危险因素研究进展[J].中国公共卫生,2006,22(4):388-390.
- [4] 穆光中.挑战孤独-空巢家庭[M].石家庄:河北人民出版社,2002:1.
- [5] 沈浩.老年人跌倒的危险因素及预防措施[J].中外医学研究,2011,17(16):248-249.
- [6] MYERS A H, YOUNG Y, LANGLOIS J A. Prevention of falls in the elderly [J]. Bone, 1996, 18(1 Suppl): 87S-101S.
- [7] 徐伟,万秋萍.上海市闸北区社区独居老人居家致跌环境调查[J].职业与健康,2012,28(1):54-55.
- [8] 张晖.17例老年人疗养期间跌倒情况调查分析[J].中国疗养医学,2010,19(2):186-188.
- [9] 潘国梅.社区医院老年患者跌倒原因及预防方式分析[J].吉林医学,2014,35(6):1298.
- [10] LUUKINEN H, KOSKI K, KIVELA S L, et al. Social status, life changes, housing conditions, health, functional abilities and lifestyle as risk factors for recurrent falls among the home-dwelling elderly [J]. Public Health, 1996, 110(2): 115-118.
- [11] 周园,李凌,曹晓文.老年患者对预防跌倒的认知及依从性调查分析[J].护理学杂志,2013,28(17):37-39.
- [12] 郑淑君,叶晓青,成守珍,等.2型糖尿病患者饮食治疗依从性研究[J].护理学杂志,2007,22(5):1-3.
- [13] 沈爱英.社区老年人跌倒的原因分析及护理干预进展[J].解放军护理杂志,2009,26(12A):117-119.

(2015-06-10 收稿)