

2012年

中国公务员 健康绿皮书

GREEN PAPER ON THE HEALTH
OF CHINESE CIVIL SERVANTS



人民网 **people**
www.people.com.cn

爱康国宾™

360° 健康全管理

目录 ontents

引言	01
调查研究方法	02
健康研究五大发现	04
一、超八成公务员存在健康问题	05
二、男性公务员的“健康幻觉”	06
三、倒U曲线：老年人比中年人更注重健康	07
四、成都公务员“一枝独秀”	08
五、健康自评：中国公务员打分低于英国公务员	10
健康危机对策	11

I 引言 Introduction

金饭碗 ≠ 好身体

2012年3月12日，公务员主管部门发布了对2008年、2009年、2010年统计的最新数据，全国公务员的数量分别是659.7万人、678.9万人、689.4万人，近两年年均增长约15万人。

此外，我国还有88.4万参照公务员法管理的群团机关、事业单位工作人员。

作为特殊的职业群体，作为国家的公职人员，他们肩负管理国家的职责，行使国家赋予的权力，他们不仅要有专业的工作能力，更应具备健康的体魄，其健康水平将关系到整个行政系统的管理水平，进而关系到经济发展和社会进步。

从目前已有的研究来看，公务员人群健康不容乐观，他们极易高发脂肪肝、高血脂、高血压、超重等疾病。针对中国公务员的健康问题，爱康国宾健康体检管理集团联合清华大学公共健康研究中心、人民网共同合作，在2011年1月1日至2011年12月31日期间对此开展了一次卓有成效的合作研究。

我们的研究显示，公务员群体虽然被社会视为精英阶层，但公务员的健康问题却比较突出。增强健康风险意识，培养良好的生活习惯，提升工作满意度，加强社会支持，将有利于改进公务员群体的健康状况，从而为改进公共服务质量打下坚实的基础，为国民经济的发展和社会进步提供切实的保障。



+ 调查研究方法

METHODOLOGY



调查研究方法

我们所研究的公务员人群包括国家行政机关工作人员、非行政机关（但具有行政管理职能的机构）中工作的人员、以及参照公务员法管理的群团机关、事业单位工作人员。

我们所分析的材料由三个部分组成。

第一是体检数据，一共提取了2011年有效样本量共21,125份在爱康国宾健康体检管理集团体检公务员的体检结果作为分析基础，样本覆盖北京、上海、广州、南京、杭州、成都、深圳七个城市。

第二是由爱康国宾健康体检管理集团发出的健康状况自评问卷，健康状况自评问卷是国际通用的生命质量测评工具之一，即SF-36量表。

第三是对8名公务员的深入访谈记录。我们根据问卷调查的回收情况，对8名公务员通过电话和面对面的方式进行了深入访谈，内容涉及自身健康状况、生活习惯、健康意识、心理状态、工作压力等，每次访谈的时间在20-60分钟之间。

+ 健康研究五大发现
FIVE FINDINGS

一、超八成公务员存在健康问题

在对血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、血尿酸升高这八项指标进行分析后发现，88.5% 公务员至少被查出一项指标异常，查出两项指标异常的比例是 67.9%，查出 3 项指标异常的比例是 46.4%，查出 4 项指标异常的比例是 28%。发现有肥胖超重问题的比例是 48.6%。发现有脂肪肝问题的比例是 37.9%。在接受体检的公务员中，近一半出现血脂异常问题。

我们的数据分析结果说明，中国公务员的健康风险主要来自与工作、饮食习惯以及生活方式密切相关的慢性疾病，与普通公民的健康风险格局相似。



二、男性公务员的“健康幻觉”

对血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、尿酸升高这八项指标的合并分析显示，至少有一项指标异常的检出率在男性公务员中达到 94.0%，而在女性公务员中仅为 80.2%。若以所有异常指标率的检出率而言，几乎各项指标都显现了男性公务员健康显著差于女性。

例如，男性超重 & 肥胖检出率 60.4%，女性 30.3%；男性血脂异常检出率 49.2%，女性 35.8%；男性脂肪肝检出率 45.5%，女性 25%；男性血压增高检出率 28.2%，女性 16.1%；男性尿酸升高检出率 22.1%，女性 4.4%；男性空腹血糖增高检出率 19.1%，女性 12.4%；（见图 1）与此同时，在我们的健康自评调查中，我们发现男性对自身健康的评价却显著高于女性，男性公务员对自己的健康状况产生了“幻觉”。

图1：体检指标异常检出率的性别分布

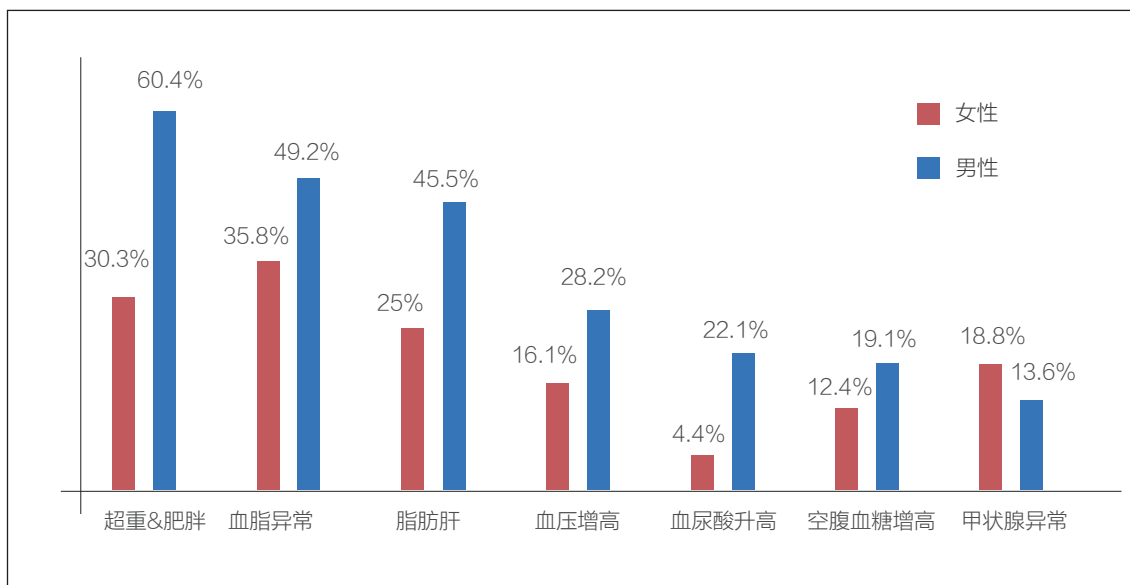


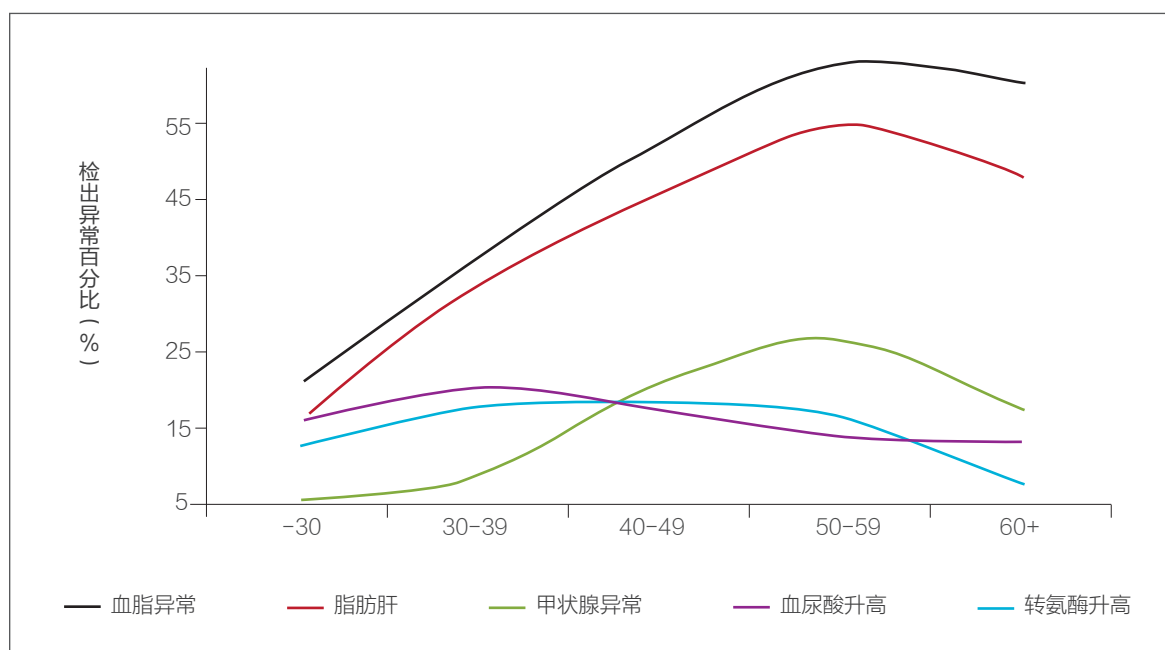
表1：健康自评得分的性别对照

打分领域 / 性别	男性	女性
躯体活动功能	88.17	84.25
躯体对角色功能的限制	87.68	85.50
躯体疼痛状态	86.11	82.70
总体健康状态	65.39	56.80
自我感觉的活力	69.01	63.30
社会功能	85.04	79.88
情绪对角色功能的限制	83.33	79.00
心理健康	69.75	65.24

三、倒 U 曲线：老年人比中年人更注重健康

尽管几乎所有的指标异常检出率都随着年龄的增长而显著上涨，但在血脂异常、脂肪肝、甲状腺异常、血尿酸升高、转氨酶升高这几项指标上，异常检出率呈现倒 U 型趋势，即低年龄组和 60 岁以上年龄组检出率较低，而检出率较高的为中间年龄层的人群。一个可能的解释是老年人相比中年人健康风险意识更强，更注重健康。（见图 2）

图2：异常检出率随年龄呈倒U形趋势的体检指标



四、成都公务员“一枝独秀”

在血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少及骨质疏松、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、血尿酸升高这八项指标中，我们的数据分析显示了显著的地区差异。例如，至少一项指标为异常的检出率在上海样本中高达 99.6%，而在成都样本中仅为 72.96%。前者比后者高出近 27 个百分点（见图 3-4）。

图3：体检指标异常检出率的地区差异

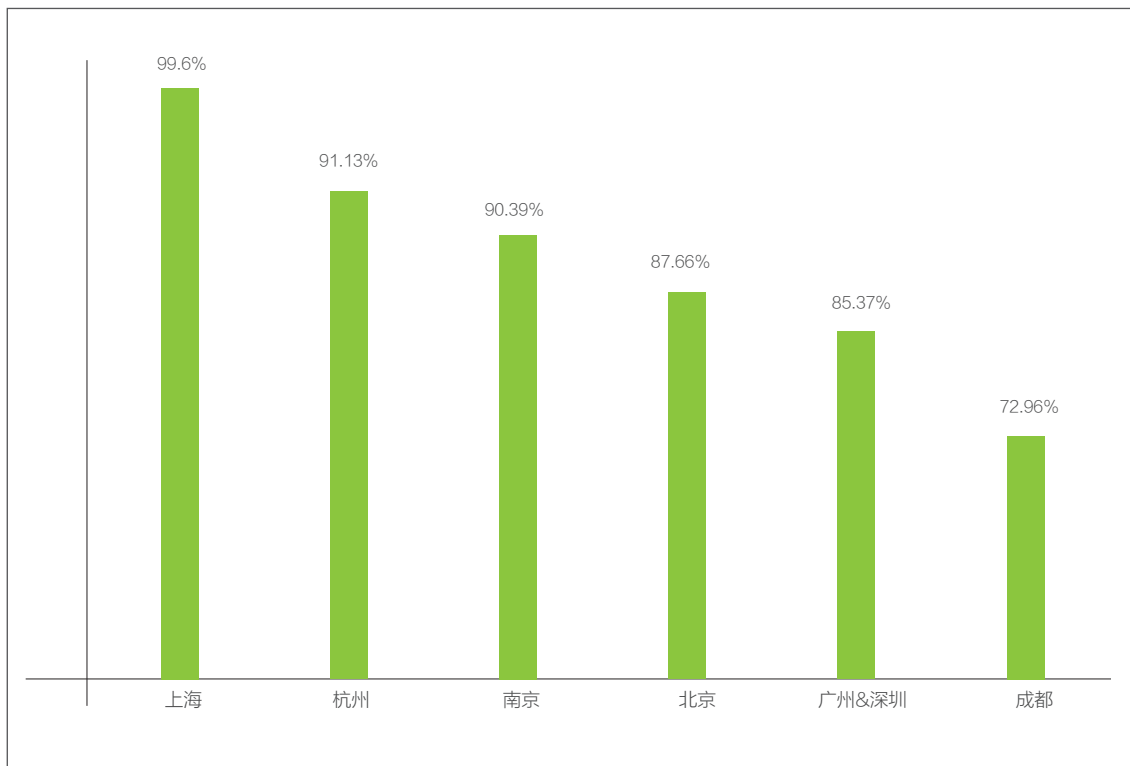
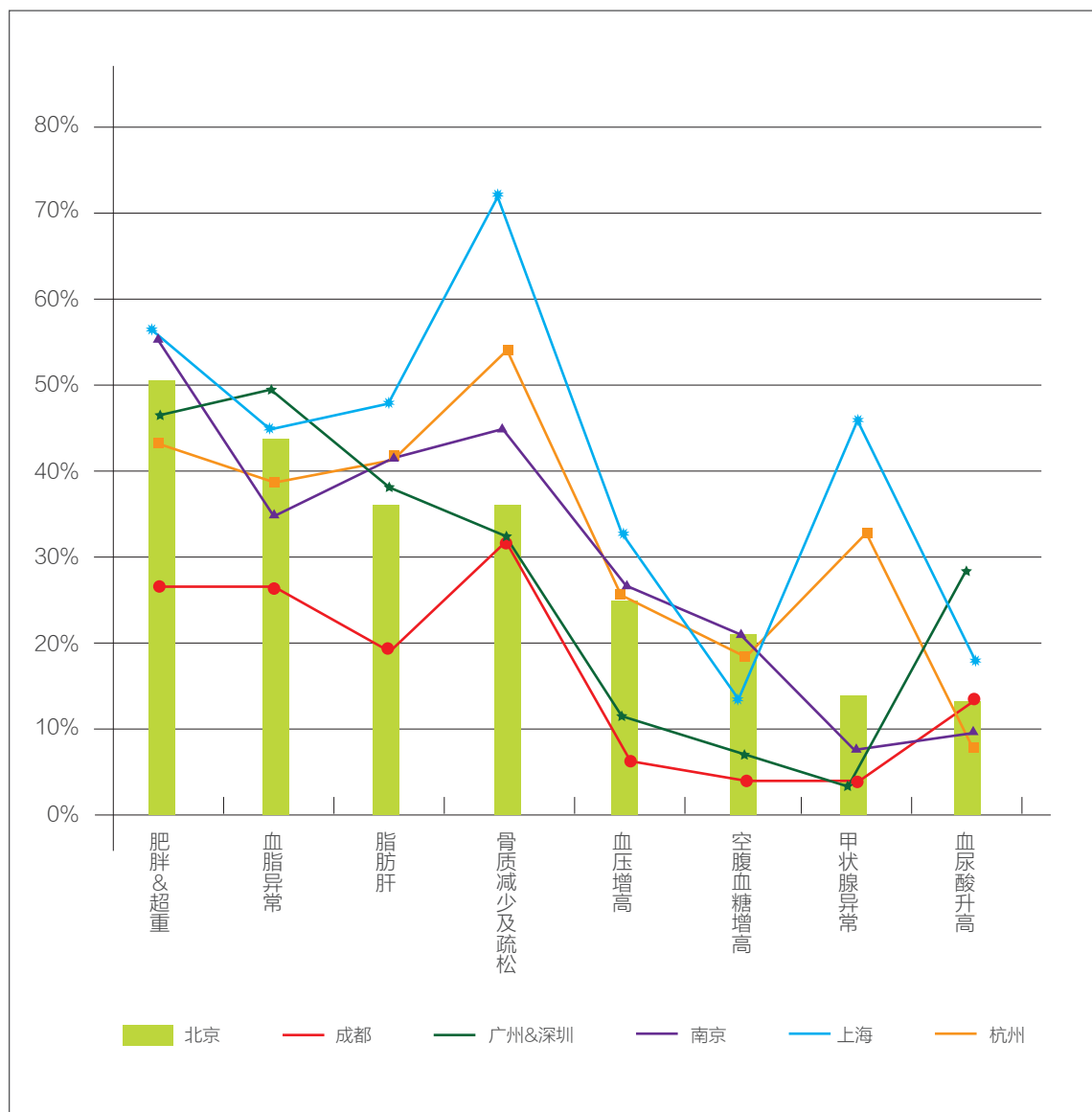


图4：8项体检指标异常检出率的地区差异



五、健康自评：中国公务员打分低于英国公务员

在我们邀请参加 SF-36 量表问卷填答的 1,000 名公务员中，有 240 人填答了健康自评问题。在分析健康自评分值后，我们将结果与中国企业家和英国公务员的健康自评数据加以了对照分析。中国公务员在 7 个健康领域的自评结果分值中都高于中国企业家，仅在心理健康方面处于劣势。但与英国的公务员的健康自评数据相比，中国公务员在 8 个健康领域的得分中有 7 项低于英国公务员，仅在“自我感觉的活力”一项中略高。（见表 2）

表2：健康自评得分的人群对照

自评项 / 对照人群	中国公务员	中国企业家	英国公务员
PF 躯体活动功能	86.55	64.40	89.36
RP 躯体对角色功能的限制	86.78	61.93	89.58
BP 躯体疼痛状态	84.70	71.48	84.88
GH 总体健康状态	61.84	53.55	72.28
VT 自我感觉的活力	66.65	59.18	61.88
SF 社会功能	82.90	65.13	89.72
RE 情绪对角色功能的限制	81.54	57.81	88.56
MH 心理健康	67.88	73.14	75.95

+ 健康危机对策
ADVICES

多管齐下：走出健康危机

一、改善生活方式

我们的研究显示，近半公务员检出体重肥胖&超重。这提示我们，饮食结构的问题在公务员中普遍存在。另外，近6成的公务员每周有4天在夜间11点后睡觉。考虑到中国的大城市交通拥挤的状况，早起上班为必然。这样一来，睡眠时间无法保证。另外一个改善生活方式的办法即避免过多的应酬，尤其是需要大量饮酒的饭局。

二、找到减压途径

工作压力大是公务员普遍反映的身心健康问题之一，尤其在与国家维稳政策密切连接之际。针对这个问题，相关部门需要开展心理工作压力筛查，为心理压力过大的公务员提供咨询。强化领导和同事的支持力度当属应对工作压力的另外一个较好方法。具体方式包括营造较好的上下级沟通方式、同事间友好工作关系以及团结和谐的工作氛围。

三、做到劳逸结合

我们的问卷调查结果显示，每日使用电脑的累计时间超过8小时的公务员比例高达68.6%。长时间使用电脑会导致肌肉僵硬，颈椎问题高发等问题。因此，公务员在工作期间要注意休息、适度活动、缓解眼睛疲劳。此外，公务员需要加强体育锻炼。我们的问卷调查结果显示，每周下班后坚持三次以上体育锻炼的公务员比例近四成。这说明在公务员经常参与体育锻炼的潜力有待开发。

四、积极参加体检

我们在研究过程中了解到，一部分公务员对体检有恐惧感，生怕查出问题会极大地影响到自己的情绪。针对这部分公务员的恐惧感，相关单位需要有组织地展开健康教育，用体检带动健康意识的提高，将体检的过程作为提高健康水平的推动力之一。