

·综述·

文化因素对老年人身心健康的影响

王海云¹, 石武祥², 刘建英², 韦 婵¹, 麦 浩³

(1. 桂林医学院公共卫生学院, 广西 桂林 541004;

2. 桂林医学院人文与管理学院, 广西 桂林 541004;

3. 桂林市卫生健康委员会, 广西 桂林 541004)

摘要:随着中国老龄化加剧, 老年人口增多, 且老年人随年龄增加, 身体机能变差, 心理问题逐步凸显, 老年人的身心健康问题成为社会的关注点。文化因素在老年人对健康的认知和行为方面的影响是潜在、持续、深远的。通过物质文化因素和精神文化因素两个角度对老年人身心健康的影响进行文献综述, 旨在为积极应对老龄化政策制定、提升老年人身心健康水平提供重要的理论参考, 为进一步对老年人身心健康的研究方向的确定提供依据。

关键词:文化因素; 老年人; 身心健康

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

DOI: 10.3969/j.issn.1006-1959.2024.07.034

文章编号: 1006-1959(2024)07-0164-04

Influence of Cultural Factors on the Physical and Mental Health of the Elderly

WANG Hai-yun¹, SHI Wu-xiang², LIU Jian-ying², WEI Chan¹, MAI Hao³

(1. College of Public Health, Guilin Medical University, Guilin 541004, Guangxi, China;

2. College of Humanities and Management, Guilin Medical University, Guilin 541004, Guangxi, China;

3. Guilin Health Commission, Guilin 541004, Guangxi, China)

Abstract: With the aggravation of aging in China, the elderly population is increasing, and the physical function of the elderly is getting worse with age, and the psychological problems are gradually highlighted. The physical and mental health of the elderly has become the focus of the society. The influence of cultural factors on the health cognition and behavior of the elderly is potential, continuous and far-reaching. Through the literature review of the impact of material and cultural factors and spiritual and cultural factors on the physical and mental health of the elderly, it aims to provide an important theoretical reference for actively responding to the formulation of aging policies and improving the physical and mental health of the elderly, and provide a basis for further research on the physical and mental health of the elderly.

Key words: Cultural factors; The elderly; Physical and mental health

截至 2021 年末, 我国 60 周岁及以上老年人口约 2.67 亿人, 成为老龄化发展快速的国家之一。文化有其复杂性, 包括物质文化、习俗、民族信仰、民族心理、宗教信仰等。文化因素在人们对健康的认知和行为方面影响巨大^[1-2], 从而能对人的身心健康产生持续深远的影响。然而不同文化因素对老年人身心健康的影响效应、作用机制及其价值尚不清晰, 仍有待进一步研究。本文通过对既有的物质、精神文化因素对老年人身心健康的影响的研究进行综述, 旨在为研究老年人身心健康政策制定提供理论参

考, 进一步为老年人身心健康的影响因素研究提供新思路。

1 物质文化因素对老年人健康的影响

物质文化是精神文化的外在体现, 建筑、文艺作品等实物中承载的某些文化思想会对人的身心健康产生影响。

1.1 建筑文化对老年人身心健康的影响 建筑文化方面, 在易经“五行学说”文化影响下, 我国传统建筑以白青黑红黄五种色系为主。安平等^[3]认为不同色彩会带给人不同的心理感受和情绪。在“风水”理念影响下的四合院建筑有自然的通风与采光、冬暖夏凉的温度、减弱噪音的优点^[4]。俞捷等^[5]研究结果显示, 室内通风条件差是老年人患慢性阻塞性肺疾病的危险因素之一 ($P < 0.05$)。刘滢等^[6]认为常在自然光线下的老人既可补充钙质, 也能舒缓心理。在道教“人与自然共生”理念影响下, 我国人常会在住所内摆放绿植。高梦溪等^[7]研究发现, 景观植被因素与老年人的心理健康呈显著正相关 ($P < 0.01$)。Kondo MC

基金项目: 1. 国家自然科学基金 (编号: 81760606); 2. 广西“八桂学者”基金 (编号: 厅发[2019]79 号)

作者简介: 王海云 (1995.10-), 女, 山东东营人, 硕士研究生, 主要从事社会医学与卫生事业管理研究

通讯作者: 麦浩 (1971.8-), 女, 广西桂林人, 硕士, 主任医师, 主要从事传染病预防与控制研究

等^[8]研究发现,绿色覆盖率与死亡率之间呈现负相关性。但尚未找到从文化角度出发进行的建筑对老年人身心健康影响的研究。同时,国内在老年人健康领域中关于建筑文化因素的影响也多是定性的研究。因此,有关建筑文化因素与老年人健康关系的定量研究需要进一步加强。

1.2 文艺对老年人身心健康的影响 阅读和音乐会老年人的身心健康产生影响。杨晓霖等^[9]认为,处于叙事闭锁的老年人在生物性存在终止前就已社会性死亡,阅读文学作品会增强老人社会交往能力,经常读书看报对老年人的认知也会起保护作用^[10,11]。即使是教育水平低的老年人也因阅历丰富,会在文学作品中找到精神共鸣,改变认知^[12]。周路路等^[13]研究显示,音乐治疗干预能通过感受音乐意境来释放情绪,有效提升老年人的身心健康水平。以上研究提示合理阅读以及听唱音乐对老年人身心健康有重要意义,但从文化角度分析阅读和音乐疗法对老年人身心健康的关系与作用机制需进一步研究。

2 精神文化因素对老年人健康的影响

精神文化因素会影响老年人的身心健康,而精神文化因素主要从民俗文化、宗教文化两方面来研究对老年人身心健康的影响。

2.1 民俗文化对老年人身心健康影响 民俗是有普遍模式的民族生活文化。民俗可分为有关物质生活(主要为民族日常饮食习惯)的民俗文化和有关精神生活的民俗文化。

2.1.1 民族日常饮食习惯对老年人身心健康的影响 在经济落后的地区的老年人在饮食结构上单一,不利于老年人身体健康。桂海君^[14]研究发现,贵州苗族留守老年人因为贫穷落后,饮食以素食为主,很少摄入肉蛋奶,导致老年人摄入营养不均衡。Oldewage-Theron WH 等^[15]的研究也得出同样的结果,对随机抽取的南非沙佩维尔 170 名老年人饮食质量研究时数据显示,南非家庭食物花销为每人每天 0.9 美元,22.7%的受访者仅食用谷物一种食物,55.1%的受访者在膳食多样性得分中处于低水平,营养充足率不够。

在经济状况较好的区域内,不同的民族间的饮食习惯对老年人身体健康产生不同的影响。韦毅柳等^[16]分析了 3243 名广西居民华支睾吸虫感染情况,结果显示不同民族间的感染率比较,差异有统计学意义($P<0.001$);壮族和侗族感染率均高于汉族,感

染情况可能与壮侗居民平素食用生或半生的鱼虾,汉族则喜熟食有关。Nilsen H 等^[17]对居住在挪威的少数民族萨米人饮食模式调查发现,萨米人比挪威人消耗更多的肉和糖,较少摄入水果和蔬菜,如今的萨米人的饮食营养成分充足,但是钙和铁的摄入量依旧低于推荐水平,这种饮食习惯可能与他们传统的驯鹿放牧的民族特性有关。

同一民族中不同饮食习惯对身体健康的影响不同。杨叶娇等^[18]研究认为,回族老年人每日饮盖碗茶的习惯能预防与改善疾病,但回族人也有喜吃“油香”的饮食习惯。杨爱珍等^[19]研究显示,肉汤、油炸食品会使血清尿酸升高($P<0.05$),这种习惯不利于身体健康。钟鑫等^[20]以广西南宁 1800 名居民为研究对象,通过 Logistic 回归分析显示,饮茶频率高是壮族人群糖尿病患病的保护因素($OR<1, P<0.05$),不规律、偏咸的饮食是壮族人群糖尿病患病的危险因素($OR>1, P<0.05$)。因此,以上研究提示对于少数民族的饮食习惯中好的一面要传承,对于有碍身心健康的饮食习惯加以去除。

2.1.2 精神生活方面的习俗对老年人身心健康的影响 精神生活方面的习俗主要包括节日习俗、民间信仰、民族心理以及婚姻习俗。其中节日习俗主要有饮食习俗以及体育活动习俗,我国在重大节日饮食习俗中常大摆宴席,多酒多肉。魏佳俐等^[21]的研究显示^[21],在特殊节日,45.83%的受访老年人会打破健康的饮食计划。王秀丽等^[22]认为我国节庆时饮食注重味美,采用的高糖高脂性食物易引发食源性疾病;但唐诗博等^[23]研究侗族百家宴节日发现,一起享用美食有助于加强老年人与族人的联系,增进村民感情。在节庆体育活动方面,我国节庆必不可少的是节目表演,体育参与会提高老人的主观幸福感($P=0.001$)^[24],而且活动也有利于老人的心血管健康^[25]。尽管如此,节日习俗与老人健康的关系多是定性研究,缺乏一定的科学性,还需要多进行定量研究来支撑。

民间信仰是一种重要的精神习俗,有巫术信仰、风水信仰等,侗族、壮族、藏族等多个民族中都存在巫文化。王思特等^[26]研究显示,巫术通过音乐舞蹈的形式让人们提升自身参与感,从而达到身心愉悦的良好状态。张可心^[27]研究显示,藏族巫术认为有死后的世界,生前不孝敬老人,死后会有刑罚,在孝道上给子女施加舆论压力,保障老年人的老年生活,但也

存在老年人盲目信仰巫文化而无法及时就医,耽误病情的问题。老年人相比于年轻人更相信风水。凌焰等^[28]认为佤城客家人相信拥有好风水的阴宅阳宅会得到先人庇佑,利于后代的开运和发展,这样的心理暗示对心理健康有一定积极作用。

民族心理是日常生活中形成的心理习惯和价值观念。周浩玲^[29]认为佤族人相信灵魂存在,要求子女每年为父母举办敬老宴用以回馈父母恩情和展示孝道,这有助于老年人幸福感提升。Roberts JS 等^[30]在调查美国的少数民族对于阿尔兹海默症的认识中发现,美国印第安人认为这种病是社会角色问题而非疾病;非裔美国人则持“宿命论”观点,认为阿尔兹海默症是衰老过程的正常部分,导致推迟疾病的诊断治疗,这种错误的民族心理可能会导致病情的延误。

婚姻习俗也会影响老年人身心健康。许瑞娟^[31]认为摩梭族的“走婚”没有婆媳、姑嫂矛盾,有利于家庭和谐,是老年人晚年生活的保护因素。桂海君^[4]对贵州苗族地区留守老人调查时发现,苗族有一习俗是丧偶后不能再娶或再嫁,调查数据中 33% 的丧偶老人中没有 1 例再婚,这可能增加老年人的孤独感。

以上研究提示,不同精神习俗对老年人身心健康产生的影响呈现多种多样的结局,需要辩证地看待不同的精神习俗,继承其积极有利的部分。

2.2 宗教信仰对老年人身心健康影响

2.2.1 灾难受创后,宗教信仰对老年人心理健康的影响方向不同 灾难发生后,人的心理会向两个方向发展,一是产生消极影响,如抑郁等,二是创伤后成长(PTG)。王婷等^[32]研究发现,与无宗教信仰者相比,震后佛教信徒心理健康总分、情绪体验、适应能力的修正均数皆低($P<0.05$),抑郁修正均数较高($P<0.01$),佛教信仰存在消极影响。但是也有研究认为宗教信仰对人的心理健康有积极作用。韩运荣等^[33]认为美国人通过忏悔等宗教活动能缓解疫情初期人的焦虑恐慌情绪。Maqsood F 等^[34]认为宗教信仰对艾滋病患者的歧视感知力呈负相关,利于缓解社会压力。因此,灾难受创后宗教信仰与老年人心理健康的关系还需进一步探索。

2.2.2 不同类型的宗教信仰对老年人的身心健康影响不同 种媛^[35]对汉族、回族和藏族的幸福感研究中显示,对身体健康的体验感中,藏族要比汉族和回族

的体验感都好。因为藏族的佛教信仰让他们将疾病视为修行,积极面对,而且 3 个民族在幸福感知中的侧重也不同。汉族幸福感受家庭收入影响大,回族和藏族幸福感受政策执行和民族文化影响大。国内外宗教信仰对老年人健康影响的研究较为全面,但是有关老年人健康影响尚未达成共识;灾难受创后,不同的宗教信仰对老年人的身心健康产生不同的影响。

3 总结

文化因素对老年人身心健康的影响研究丰富,成果较多,但是也存在一些问题:一是定性研究较多,定量研究较少。定性研究的结果是一个主观性的描述,没有科学性的验证,难以外推,且定量研究多是将文化因素作为自变量指标之一进行的单因素分析,对混杂因素的控制较少,很难独立证明文化因素对老年人身心健康的影响;二是中国是多民族国家,各民族的文化均存在差异,但是研究中涉及到的民族种类较少,所得的研究的结果不一定适应所有民族情况,有必要针对不同民族具体分析文化因素对老年人身心健康的影响研究;三是研究的样本含量较少,研究结果的稳定性存在问题。因此,有必要进行一个设计严谨的针对某一特定文化因素对老年人健康影响的大规模的流行病学调查,为国家制定老年人健康政策提供理论参考。

参考文献:

- [1] Trinh NT, Bernard -Negron R, Ahmed II. Mental Health Issues in Racial and Ethnic Minority Elderly [J]. Curr Psychiatry Rep, 2019, 21(10):102.
- [2] Krüger C. Culture, trauma and dissociation: A broadening perspective for our field [J]. J Trauma Dissociation, 2020, 21(1):1-13.
- [3] 安平, 高微. 北京市雍和宫-国子监文化精华区建筑色彩研究 [J]. 北方工业大学学报, 2022, 34(3):111-119.
- [4] 刘雅芳, 巩泽, 孙丽英, 等. 中国传统建筑与身心健康 [J]. 医学与哲学, 2021, 42(1):59-62.
- [5] 俞捷, 杨江红, 度芳旭, 等. 遵义市慢性阻塞性肺疾病的危险因素分析 [J]. 遵义医学院学报, 2017, 40(1):1-5.
- [6] 刘澧, 于珈懿, 于戈. 既有住宅失能老人居室空间光热环境及舒适性评价研究 [J]. 西部人居环境学刊, 2021, 36(5):31-39.
- [7] 高梦溪, 宋昆, 孔江伟, 等. 绿色空间对老年人心理健康的影响机制研究——以天津老旧小区为例 [J]. 西部人居环境学刊, 2022, 37(5):74-80.
- [8] Kondo MC, Fluehr JM, McKeon T, et al. Urban Green Space and Its Impact on Human Health [J]. Int J Environ Res Public Health, 2018, 15(3):445.

- [9]杨晓霖,易雅琴,凌志海.老年叙事闭锁与叙事赋能[J].医学与哲学,2021,42(20):51-55.
- [10]郝晓燕,李承圣,王晓晖,等.老年人认知功能轨迹识别及生活方式的影响研究[J].护理学杂志,2023,38(3):103-108.
- [11]Lee ATC,Richards M,Chan WC,et al.Association of Daily Intellectual Activities With Lower Risk of Incident Dementia Among Older Chinese Adults [J].JAMA Psychiatry,2018,75(7):697-703.
- [12]潘庆,汪苗,王惠雪,等.社会活动对老年人认知功能的影响[J].现代预防医学,2021,48(11):2022-2026,2066.
- [13]周路路,苏华,郑泽卿,等.音乐治疗团体干预在改善养老院老年人身心健康中的作用 [J]. 中国临床心理学杂志,2022,30(1):216-219,240.
- [14]桂海君.贵州苗族地区留守老人问题研究[J].贵州大学学报(社会科学版),2010,28(2):93-97.
- [15]Oldewage-Theron WH,Kruger R.Food variety and dietary diversity as indicators of the dietary adequacy and health status of an elderly population in Sharpeville, South Africa [J].J Nutr Elder,2008,27(1-2):101-133.
- [16]韦毅柳,蔡日荣,叶路红,等.2020年广西人群华支睾吸虫感染情况调查分析[J].应用预防医学,2022,28(4):374-376.
- [17]Nilsen H,Utsi E,Bonaa KH.Dietary and nutrient intake of a Sami population living in traditional reindeer herding areas in north Norway: comparisons with a group of Norwegians[J].Int J Circumpolar Health,1999,58(2):120-133.
- [18]杨叶娇,邵先桃,郭太品.回族饮食文化中的健康养生观[J].西部中医药,2018,31(8):42-43.
- [19]杨爱珍,魁发瑞,强睿,等.兰州市汉族、回族和东乡族血尿酸水平与饮食相关因素分析[J].西北民族大学学报(自然科学版),2022,43(2):59-63.
- [20]钟鑫,戴霞,马翠,等.广西南宁市壮族居民饮食习惯与2型糖尿病患病风险的研究[J].中国医药导报,2020,17(27):12-15.
- [21]魏佳俐,冯玉,管历颖.四川广元农村老年2型糖尿病患者自我管理现状调查[J].医学信息,2019,32(5):126-129.
- [22]王秀丽,刘润雅,孙君茂.中国节庆饮食文化的特征分析与转变路径[J].中国食物与营养,2019,25(11):51-55.
- [23]唐诗博,和钰.民俗聚合观念与视觉设计中的文化隐喻——以侗族百家宴非遗类目为例[J].绿色包装,2022,84(12):163-167.
- [24]王世涛,蒋宗霖.独居老人体育参与对主观幸福感的影响[J].中国老年学杂志,2023,43(16):4062-4065.
- [25]董雪,谭静仪,周旭毓,等.中老年人活动水平与心血管健康研究[J].医学信息,2023,36(15):64-69.
- [26]王思特,张宗明.巫术音乐治疗的文化解读与当代回归[J].广西民族大学学报(哲学社会科学版),2020,42(6):152-161.
- [27]张可心.萨满信仰对鄂温克健康传播的影响[D].呼和浩特:内蒙古大学,2017.
- [28]凌焰,温婷.风水信仰与客家丧葬习俗——以龙川县佗城镇为例[J].萍乡学院学报,2018,35(1):45-50.
- [29]周浩玲.嵌入与重构:现代养老体系与少数民族传统养老文化互动[J].云南民族大学学报(哲学社会科学版),2020,37(1):74-80.
- [30]Roberts JS,Connell CM,Cisewski D,et al.Differences between African Americans and whites in their perceptions of Alzheimer disease[J].Alzheimer Dis Assoc Disord,2003,17(1):19-26.
- [31]许瑞娟.摩梭人“走婚”的文化逻辑与观念秩序[J].长春大学学报,2022,32(5):53-61.
- [32]王婷,韩布新.佛教信仰与地震灾区老年人的心理健康状况[J].中国老年学杂志,2009,29(10):1272-1275.
- [33]韩运荣,于印珠.健康传播视域下的疫后心理援助研究:应对特点、模式与启发——以美国应对为例[J].汕头大学学报(人文社会科学版),2021,37(1):67-75,96.
- [34]Maqsood F,Baneen U,Maqsood S.Stress-related growth of HIV/AIDS patients: Role of religion and self-esteem in mitigating perceived discrimination [J].J Pak Med Assoc,2021,71(6):1545-1550.
- [35]种媛.民族幸福感的跨文化研究——以大夏河流域汉族、回族和藏族为视点[D].兰州:兰州大学,2016.

收稿日期:2023-07-16;修回日期:2023-09-11

编辑/肖婷婷