

一份问卷引发男性健康大讨论

各界热议我市首届男性健康指数调查活动

□记者 裴希婷



越来越多的健康问题困扰着男性朋友

【核心提示】

“一张问卷唤起了我对健康的重视,让我重新审视了自己的生活方式!”

“参加这个活动让我意识到男人并不是‘无坚不摧’,对待自己的老毛病要懂得示弱,用科学的方法战胜它!”

“让老公填写问卷自己重视身体,比我多年的唠叨管用多了!男性健康问题已成为社会常见话题,男人同样需要保护!”

.....

由洛阳市医学会、洛阳晚报、洛阳商报、洛阳网、洛阳协和医院推出洛阳男性健康指数调查活动后,立刻受到了来自社会各界的好评,截至记者发稿,共有560人在网上答卷参加活动,有352人打电话参加活动,两天来共有475人次到协和医院现场答卷参加活动,并领取了免费体检礼券。在洛阳网以及洛阳社区论坛的活动主题帖子,一经发布就引来广大网民的关注,截至发稿,跟帖已经有300多条,本次活动特别开设的新浪微博,此次活动话题也得到了200多条网友评论。社会的关注、群众的参与,为我市男性疾病科学研究提供了重要信息和数据参考,可以预见,一场关注和提倡男性健康的新风潮将席卷而来!

【读者心声】

活动来得及时,不想再用健康换成功

“老公在家里官架子特别大,我说他是更年期‘犯病’,他还不承认,通过此次填(调查问卷),发现是心理原因造成‘更年期’提前了!”昨日,家庭主妇郭女士告诉记者。

郭女士说:“老公通过填写调查问卷意识到男性对自己的身体重视和关爱程度不及女性,在自己身上已经潜藏着健康危机,应立即重视起来。”郭女士的老公也说:“我现在承认自己有‘更年期’症状了,并会积极应对!其实跟我一样的男性朋友还有

很多,只是大家不愿意面对,总认为工作上有身份、有地位,在家有点脾气不算啥,无形中破坏了和睦的家庭关系。”

从本次活动中,记者了解到,40岁至60岁的男性中很多会出现“更年期”症状,且随年龄增大而增多。但只有不到一成的男性了解“更年期”症状,主动去医院就诊的更少。

“男性健康指数调查活动来得及时啊!像我们这些人在‘酒场’,身不由己,用透支健康换来生意成功的

人,真该做个反思!我和几位同样参与活动的合作者已经达成了共识,现在就戒掉不良饮食习惯,攒好身体——这个事业的本钱!”河南大张公司副总郑先生深有感触地说。

记者了解到,很多读者在看到活动消息后第一时间参与进来,他们希望本次活动可以为解决男性身体健康、心理健康和社会承受能力等方面的困惑或疑虑作出贡献,并希望借此提高家庭生活生活质量,构建和谐社会。

【网民声音】

男人们的健康伤不起

此次活动在网上得到网友的积极响应,许多网友纷纷表示,有这么一群男人,或许玉树临风、潇洒倜傥,或许意气风发、踌躇满志,或许事业有成、志得意满,或许是某领域技压群雄的佼佼者,或许是被前呼后拥的中心,但人群散尽、夜深人静之时他们却容易黯然神伤,精神恐慌甚至绝

望,不愿说出的慢性病折磨着他们,不愿承认他们已不再强壮。

本次活动让他们感受到社会各界对于男性健康的关心,除了被视为弱势群体女性以外,也开始把压力大、生活节奏快的“事业男”视为关心对象。

网友“天天过年”说:“希望男性朋友在维持自己如日中天的事业的

同时,能够让自己更加健康、快乐、长寿,让家庭关系更加和睦。”

网友“老男人打酱油”则风趣地说:“填个调查(问卷),打个酱油,回家见老婆去。”

网友“超级无敌美少女”略带遗憾地说:“哎呀,走错地方了,什么时候有女性免费检查的活动啊?”

【学者点评】

男性应该更加透彻地了解自己的健康

河南科技大学管理学院院长席升阳说:“现在社会已进入完全竞争性的状态,不仅是优胜劣汰,更是快者胜出,从而造成了一些社会精英人士受到超出承受能力的压力。而信息化程度的加剧,使得精英们已经跨出了单位、区域,与整个行业进行竞争。因此,尽管我市的经济发达程度不及一些沿海城市,但精英们已然在同一个平台上与对手竞争,巨大的压力考

验着身体和精神的承受能力。重视健康是工作的前提,迫在眉睫!”

洛阳理工学院邓志中副教授说:“目前出现了学历越高者压力越大的现象,而工作性质又决定了他们生活不规律、存有一些不良生活习惯,要改变这一现象,不但需要他们自身努力,更需要营造一个讲求健康、摒弃不良生活习惯的社会大环境,否则个人的改变往往因环境因素而难以实

现。”

同时,我市一些专家学者也认为这个为了更全面地了解男性健康状况,透彻解读男性健康的焦点问题,更好地服务于男性健康的活动,非常必要!切不可让那些IT界、经济界等社会精英因忽视健康而英年早逝的噩耗从我们身边传来,越是社会精英就越应注重健康,实现经济发展和强身健体的齐头并进。

我市首届男性健康指数调查问卷

主办:洛阳市医学会、洛阳晚报、洛阳商报、洛阳网 活动指定医疗机构:洛阳协和医院男科诊疗中心 * 姓名 _____ 年龄 _____ 职业 _____ * 联系方式 _____

1.8月1日,镇江一名30岁的男子因女儿出生,不堪生活压力而致恐惧昏厥。您认为中年男性目前的生活压力大吗?
大 不大 一般 没有感觉

2.现代男性压力越来越大,您会经常采用以下哪种减压方式?
唱歌 喝酒 泡吧 抽烟 读书 运动

3.经常熬夜会影响健康,您经常熬夜吗?
经常 不经常 几乎每天都熬夜 熬夜成了习惯

4.如果疲劳过度,出现胃酸、头疼等身体不适,您会推掉一个重要的应酬吗?
不会 会 委托别人或商量改期 应酬重要推不掉

5.调查显示,前列腺疾病在以白领、司机等为代表的“久坐人群”中呈高发趋势,您对此是否关注?
关注过 没有 一般化 准备关注

6.调查显示,成功男性更易患精神抑郁,您如果出现这一症状会看医生吗?
会 不会 不好说 看情况

7.您有以下不良生活习惯吗?
抽烟酗酒 紧张易怒 缺乏锻炼 高脂饮食

8.您的身体是否已经出现了下面的症状而没有引起您的重视?
经常失眠、精神抑郁 心慌、气短、胸闷、经常咳嗽
胃酸、胃疼、胃肠、消化不良 排尿困难,夫妻生活出问题

9.调查显示,男性颈椎病患者是女性的五六倍,您是否有过以下情况
看电视30分钟即颈椎疼痛 颈椎疼痛压迫神经
开车时常常感到颈椎僵硬 颈椎疼痛影响睡眠

10.身为男性,通常不太注意自己的健康,您一般隔多久做一次身体检查?
从来不做 工作太忙顾不上
每年定期做一次 每年做几次

11.如果您身体出现一些轻微的不适通常会怎么办?
小事情不会放在心上
会很注意,有些轻微不适可能存在隐患
有时间就去医院看看 工作太忙顾不上

参与方式:

1.拨通活动热线电话参与,并登记有效信息,热线电话:0379-63211111。

2.读者可将本次问卷填写完毕,于9月15日前邮寄往:洛阳新区开元大道218号洛阳日报报业大厦3楼东厅健康俱乐部。咨询热线:0379-63258700。

3.登录洛阳网: www.lyd.com.cn;参与网上有奖调查。

4.登录洛阳协和医院官方网: http:// www.lyxhyy.com 参与网上有奖调查。

5.在洛阳协和医院现场填写问卷调查表。凡是每位参与填写调查问卷活动的男性朋友,都可以获得由洛阳协和医院提供的免费健康体检套餐。(下列三项检查套餐中可任选一项)男性胃肠疾病检查套餐——胃彩超、血常规、便常规、专家亲诊;男性内科检查套餐——内科常规检测、血糖血脂二项、血常规、心电图检测、专家亲诊;男性泌尿疾病检查套餐——尿常规、残余尿检测、前列腺常规、男性功能检测、专家亲诊。

应广大读者要求,问卷再刊登最后一次,以后答卷可以上网、到医院或打电话。