

國人健康行為研究

(初步報告)

李 蘭 季瑋珠 楊志良

江永盛 呂 槃

行政院衛生署

中華民國衛生教育學會

編印

目 錄

摘 要.....	1
一、引言及文獻回顧.....	3
二、研究目的.....	5
三、材料與方法.....	6
四、結 果.....	10
五、討 論.....	16
附 表.....	19
附 圖.....	34
重要參考文獻.....	35
附 錄 一	38
附 錄 二	49

摘 要

本計畫的目的在探討台灣北部地區成人的健康行為現況。2,000 個家戶並戶內男女成人各一名被抽出後，利用家庭訪視方式於民國七十六年二月至三月間完成調查工作。本研究欲回答的問題有：

- (一)不同的家庭結構、性別和年齡對成人之健康行為有何影響？
- (二)「家庭功能」變項要如何測量？家庭功能與個人之健康行為有何關係？
- (三)高血壓在受訪者中盛行的情形如何？

統計分析後發現，(一)受訪成人的健康行為（包括吃早餐習慣、攝鈉習慣、從事運動、休閒活動、睡眠、抽菸、喝酒等）因性別、年齡及家庭結構之不同而有不同程度的差異；(二)家庭功能因婚姻狀態和用藥習慣之不同而顯著差異；但不因家庭結構、健康狀態、運動習慣、抽菸和飲酒習慣等之不同而有差異；(三)受訪成人中經醫師診斷，確知有高血壓者佔 5.70 %，經本研究血壓篩檢發現有高血壓者佔 8.72 %。

綜合所得的結論可作為改進各項保健措施和社會福利的參考，同時也作為第二年實施高血壓教育的基礎。

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the adults' health behaviors in northern Taiwan. 2,000 families with one male adult and one female adult of each family were selected. Home visit for collecting data were implemented during February and March 1987. Questions being raised for this study include : (1) how family structure, gender and age affect adults' health behaviors? (2) how do we measure the variable of family function? and what are the relationships between family function and health behavior? (3) what is the prevalence rate of hypertension among respondents?

Data analyses revealed that : (1) respondents' health behaviors (ie., taking breakfast, sodium intake, exercise, recreation, sleeping, smoking, and drinking) varied according to individual's gender, age and family structure; (2) significant difference was found when family function was compared by "marriage status" and "using drug". However, family function showed no difference when it was compared by "family structure", "health status", "exercise", "smoking" and "drinking"; (4) there is 5.70% of the respondents were diagnosed by physicians as hypertensives while 8.72 % of the respondents were screened as hypertensives during investigation.

Results can contribute to modify the health policy and social welfare, and can also be used as the basis of developing an intervention program for hypertension control next year.

一、引言及文獻回顧

自古至今，無論何種型態的社會，家庭總是其最基本的單位，更是促進社會安定與進步的基石。在健康照顧方面，家庭不僅是滿足個人身體、心理與社會需求最基本的單位，亦是提供第一線保健與醫療照顧最重要的場所，健康行為與觀念的形成，更是根植於家庭。而以往類似的研究均以個人為中心，而非著重家庭整體及其結構、功能變遷所引起之改變。

工業化、資訊化的巨波改變了社會、經濟結構，也改變了家庭結構與功能，與整個社會的健康狀況和行為，使得家庭在其基本健康照顧的提供及健康行為與觀念的養成上，有了新的調適及發展。然而，目前的保健醫療體系，對於家庭健康行為、健康照顧、健康狀態等種種資料，可謂嚴重欠缺。本研究擬以家庭為單位，收集最基本的健康行為資料，在國內為首創。更重要的是，保健與醫療政策的制訂和實施，特別是健康服務計畫，更能參考這些訊息，靈活規劃運用，配合社區中各個家庭原有的資源，提供真正切合民衆需要的服務。

國內外有關之研究：Toffler⁽¹⁾在「第三波」(The Third Wave)中討論了家庭變遷的世界趨勢，將之歸因於生產與消費方式的變遷。朱岑樓⁽²⁾在「中國家庭組織的演變」中，分別討論了專家學者所指出，美國與中國家庭六十年來的重大改變，並分析中國歷代家庭的結構與成因。孫德雄⁽³⁾應用家庭計畫知識態度與行為調查的資料，分析台灣地區四十年來家庭結構及觀念的變遷。Litman⁽⁴⁾將家庭視為保健與醫療照顧的基本單位。Crawford⁽⁵⁾試以概念化的分析模式，討論疾病之各階段家庭與健康的相互影響。Schwenk & Hughes⁽⁶⁾以「一般系統理論」討

論家庭在健康照顧上的角色。Young⁽⁷⁾以調適架構討論家庭對健康照顧的積極影響。Shapiro⁽⁸⁾整理以往學者的研究，討論家庭在孩童生病時的調適。Coreil⁽⁹⁾、Finerman⁽¹⁰⁾、Jones & Vether⁽¹¹⁾分別對孩童、成人及老人照顧中，家庭的參與及所受到的影響加以研究。國內方面，李鍾祥⁽¹²⁾在台北市中山區對某年出生的嬰兒作了一項長達5年的追蹤，探討其養育、照顧的方式。營養、生長、發育的狀態，及其間的關係。江昭興等⁽¹³⁾在雲林鎮四湖鄉發現青壯人口外流，嬰幼兒的衛生教育、營養及預防接種，責任大多落在祖父母身上，而建議服務的重點及內容應因時因地制宜。

關於指標的建立及測量上，Toffler⁽¹⁾、朱岑樓⁽²⁾及顏裕庭⁽¹⁴⁾的分類，家庭的結構可分：1.核心家庭；2.主幹複式家庭；3.聯合家庭；4.其他，如修飾的核心及複式家庭。謝繼昌⁽¹⁵⁾則根據其在某北部農村的田野研究，將中國人的家「族」，分類為：①高層次，家戶群家族，又分聯邦家族、輪伙頭家族；②低層次，家戶家族，又分簡單家族、複雜家族，並分六個指標家族的分與合，似乎更能代表中國社會的家族分類。家庭的結構尚須參考其發展周期，本研究是採取Carcia-Selton & Brody⁽¹⁶⁾的分期及顏裕庭⁽¹⁴⁾的分期，均以戶長為父代的核心家庭為準。家庭功能方面，參考Smilkstein⁽¹⁷⁾、謝美娥⁽¹⁸⁾及Epstein⁽¹⁹⁾的指標。本研究採取Smilkstein的APGAR計分（A = Adaptation，P = Participation，G = Growth，A = Affection，R = Resilie）。Swee DE⁽²⁰⁾另外指出家庭的健康資源，分別為財務、決策與監護、醫療、關愛、訊息與教育，及結構（含物理及人際關係），本研究將之納入基本變項。家庭為整體的健康行為及健康狀態，是研究中最感欠缺的指標。世界衛生組織於1976年發表了一篇家庭健康統計指標的報告⁽²¹⁾，對於健康

狀態的測量整理出一些原則，但對於家庭為整體考慮的健康行為，至今未有很好的參考資料。事實上無論健康行為或狀態，都是傾向對個人層次的測量，以家庭為單位者尚十分罕見。

就健康行為而言，欲建立新行為或改變舊行為，已非傳統的衛生教育可達。近年來，行為改變技術應用於慢性病（尤其是高血壓、CVD）的控制上極具成效（Engel, et al. 1981⁽²²⁾；Shapiro, et al. 1977⁽²³⁾；Elder, et al. 1977⁽²⁴⁾；Glasgow, et al. 1982⁽²⁵⁾；Agras, 1983⁽²⁶⁾）。有鑑於國內十大死因中⁽²⁷⁾，與高血壓相關之心臟血管疾病（第二位）、心臟病（第四位）、高血壓性疾病（第五位）等影響國民健康甚鉅，本計畫擬於下一年度以實驗法之設計，評估行為改變技術應用於高血壓病人的成效，期能對慢性病人行為改變模式之建立，跨出一大步。

二、研究目的

本年度（第一年）的計畫目的為：

- (一)探討台灣北部地區目前的家庭結構和功能現況。
- (二)探討台灣北部地區成人目前的健康行為及健康狀況。
- (三)建立以家庭為單位，測量與預測健康及其相關行為之指標。
- (四)瞭解民衆對自身是否有高血壓和糖尿病的認知情形。
- (五)瞭解台灣北部地區成年人罹患高血壓的比率。

三、材料與方法

(一)研究方法與實施步驟：

本研究探討範圍廣泛，牽涉變項複雜，測量困難，在國內尚無前人之研究可資借鏡，國外亦缺乏整體性之研究，故擬分數階段，依年度循序進行。以下為第一年度之實施方法及進行步驟：

1. 結構式問卷之設計：

將所要探討之問題，使用低度結構之參與觀察及訪問法，立意取樣，加以深入觀察訪問。儘量使用開放式問句，廣泛取得各種可能之答案，據以設計結構式之問卷。訪問對象自下列群體中選得，針對家中主婦或其他成人進行訪問：

(1)群體醫療執業中心門診病人及其家庭，社區一般家庭。

(2)省立醫院及台大醫院家庭醫學科門診病人、病房住院病人及其家庭。

2. 專家效度處理：敦請有關之專家學者詳閱並討論問卷之效度。

3. 先驅性調查：

(1)經由上述過程設計出之結構式問卷，再針對上述群體，各選 50 戶進行先驅性調查。

(2)由實施訪視中迴饋，修飾問卷內容，訪視方式，使之結構趨於完整，且易於實施。

(3)測定信度、效度，並加以提高。效度方面，由研究者抽查受訪家庭，加以觀察訪問，並請家庭自行記錄，核對相符程度，再針對問題設計及訪視之進行加以調整。信度方面，藉訪視員複訪及同份問卷前後問題設計，加以核對及控制。定稿之問卷見附錄一。

4. 選樣 (sampling) :

採 proportional probability to size 的方法，自台灣北部地區所屬之鄉、鎮、區中抽出 50 個集束 (cluster)，每一集束中抽取 40 戶，共計 2,000 戶為本研究之調查家戶。家戶名冊之製作係按下列步驟完成：(1)根據七十五年度統計資料，從台灣北部地區（苗栗縣以北）之累計人數資料，按抽中數字，以系統抽樣步驟，選出 50 個地區；(2)由衛生署行文，向抽中的 50 個市、鄉、鎮、區等戶政事務所索取其轄區內各「里」的人口數；(3)從各里人數的累計資料中找出第(1)步中樣本號碼座落的里別；(4)再次由衛生署行文至各地戶政事務所請提供抽中之「里」內各「鄰」的人口數；(5)由累計各「鄰」的人口數，找出樣本號碼座落的「鄰」別；(6)第三次由衛生署行文，請同意接受本計畫相關人員前去抄錄抽中「鄰」內 40 戶的戶籍資料，依序登錄在家戶問卷的「個人資料」欄內（包括姓名、稱謂、出生、性別、教育等項）。在 25% 流失率的考慮下，估計最後完成 1,500 戶為目標時，共需抽得 2,000 戶之樣本。

5. 建立訪視準則及實施訪視員訓練：

訪視員由省衛生處第六科借調村里衛生護士 16 人擔任。於民國七十六年二月一日至三日訪視員齊集台北接受訓練，除瞭解本研究之目的及實施方法外，更進行問卷訪視與血壓測量的演練。另安排一個下午前往台北市古亭區預先抽樣的家戶中實地訪視，並於次日共同討論，交換經驗和謀求解決困難的方法。期能統一訪視員的施測標準能力。

6. 實地進行資料收集和高血壓篩檢：

訪視員結訓後以二人為一小組，共計八組，分別前往樣本地區

收集資料。調查期間為二月十四日起至三月三十一日止。完成訪問的家戶佔 79.4 %；受訪個人因搬遷、空戶、出國或三訪未遇者共佔 20.6 %。

7. 資料處理、分析及解釋，並完成初步報告，以作為下一年度研究之基礎。

(二)重要變項與定義：

1. 核心家庭：由夫、妻、子、女等成員所組成的家庭。「夫和妻」或「夫、妻、子和女」同住是兩種典型的核家庭；其它如單親家庭，兄、弟、姐、妹同住等是核家庭的變形。
2. 擴大家庭：由上、下兩代或以上的核家庭組合而成的家庭。
3. 吃早餐行為：平均每星期吃早餐的次數。
4. 攝鈉行為：以每週使用的次數評估個人在五種情況下（餐桌上取用鹽罐或醬油罐、吃含鹽調味品、吃加工食物、吃速簡食物、在外用餐等）的發生數總和計算（因為每次用鹽量不易評估，所以未列入問卷內）。
5. 運動行為：從事散步、慢跑、健行、韻律、國術、打球、溜冰、游泳等活動的頻率總和（運動量以分／次為單位計算，因絕大多數受訪者拒絕回答或無法估計而於資料分析時未予採用）。
6. 休閒行為：以“次／日”為單位評估個人從事閱讀、下棋、彈奏樂器、繪畫（雕塑）、聚會、園藝、飲茶、觀賞文藝活動等頻率的總和（活動量與前述情形相同而未列入統計分析）。
7. 睡眠行為：每天平均睡眠時數。
8. 抽菸行為：指目前固定有抽菸習慣者，分析時計算其佔總受訪者的比率。

9. 喝酒行為：指目前固定有喝酒習慣者，分析時計算其佔總受訪者的比率。

10. 家庭功能：以「家庭關懷」(APGAR) 指數代表。採用「從未」、「很少」、「有時」、「常常」、「總是」五個等級，評估個體在家庭中面對麻煩、問題、計畫、情緒、休閒等情況時，家庭成員給予支持的程度，以五種情況所得的等級之和為指標。

四、結 果

(一)基本資料：

本研究調查對象之基本資料按家庭結構（分成「核心」與「擴大」家庭二組，單身戶不予考慮）比較（表一），年齡分佈上顯示擴大家庭中 65 歲以上老人所佔的比率（15.5%）比核心家庭中老人所佔的比率（5.2%）為高。教育程度的分佈也以擴大家庭成員中「未曾入學」的人佔有較高的比率（17.5%）。婚姻狀況以「單身」所佔的比率來看時，擴大家庭比核心家庭為高。由家庭結構之分布看來，台灣北部地區有 79.55% 的居民是住在核心家庭中。

(二)家庭結構、性別、年齡與健康行為之關係：

健康行為包括吃早餐、攝取含鈉食物、運動、休閒、睡眠、抽菸和喝酒等，以家庭結構、性別、和年齡為自變項進行變異數分析，結果摘錄於表二。有關內容分別敘述於下：

1. 吃早餐習慣

於變異數分析中，僅在「年齡組」和「家庭結構」二自變項的主要效果上達到顯著差異。再以杜凱考驗（Tukey test）分析比較（表三），發現顯著差異存在於：(1)核心家庭成員與擴大家庭成員之間；(2)“18—29 歲”組與“40—64 歲”組之間；(3)“18—29 歲”組與“65 歲以上”組之間；(4)“30—39 歲”組與“65 歲以上”組之間。一般說來，擴大家庭成員吃早餐頻率比核心家庭成員高；而且年齡愈長的組吃早餐的頻率愈高。

2. 攝取含鈉食物的習慣

三自變項之間的交互作用未達顯著水準，僅在「年齡組」和「性別」二自變項的主要效果檢定有顯著意義。在表四的事後分析結

果爲：(1)男成人和女成人的攝鈉習慣不同，而且是男性的攝鈉頻率高於女性；(2)“18－29歲”組攝鈉頻率高於“65歲以上”組；(3)“30－39歲”組之攝鈉頻率也高於“65歲以上”組。

3.運動習慣

經變異數分析發現「年齡組」與「家庭結構」二自變項之間，以及「年齡組」和「性別」二自變項之間有交互作用存在。再經單純主要效果分析（表五），結果歸納如下：(1)在“65歲以上”組中，因家庭結構之不同，則運動頻率有差異，即屬於擴大家庭中的老人比核心家庭中的老人從事運動的頻率高；(2)以核心家庭的成員比較時，不同年齡組之成員的運動習慣有不同，也就是說，“30-39歲”組的運動頻率最低，次爲“18－29歲”組，而“65歲以上”老人的運動頻率最高；(3)以擴大家庭的成員比較時，也顯示年齡組之間運動頻率的的不同，其型態與(2)相似。表六爲「年齡組」與「性別」的單純主要效果分析，在“65歲以上老人”組中，男性的運動頻率高於女性。不論男、女性在各別比較不同年齡組之運動頻率時，也有顯著差異。

4.休閒習慣

「年齡組」和「性別」二自變數之間的交互作用在變異數分析中達到有意義的水準。表七呈現出單純主要效果分析後的結果：(1)在“30－39歲”、“40－64歲”、“65歲以上”三組中，分別表現出男女兩性之間的差異，而且一致爲男性參與休閒活動的頻率高於女性；(2)從男性和女性分別比較，其型態爲，成人從事休閒活動的頻率是隨年齡增長而遞減。

5. 睡眠習慣

「年齡組」為唯一在主要效果分析中達到顯著水準的自變項。經薛費氏檢定 (Scheffe' test) 的結果 (表八) 為，兩組之間的比較達到顯著水準的有：(1) “18－29 歲”組與“40－64 歲”組；(2) “18－29 歲”組與“65 歲以上”組；(3) “30－39 歲”組與“40－64 歲”組；(4) “30－39 歲”組與“65 以上”組。整體而言，成人每天的睡眠以年齡較長者所需時間較短。

6. 抽菸習慣

「年齡組」和「性別」之間的交互作用達到顯著水準，利用單純主要效果分析 (表九) 發現：(1) 在每一個年齡組中各別以「性別」加以比較時，均有顯著差異存在，即男性有抽菸習慣的比較顯著地高於女性；(2) 在「男性」和「女性」兩組中，分別以不同年齡組比較，也有顯著差異，而且吸菸人口之比率隨年齡而下降，但女性中“40－64 歲”和“65 歲以上”兩組之吸菸人口比率反而由 4% 升至 8%，是較不一樣的地方。

7. 喝酒習慣

變異數分析也呈現出「年齡組」和「性別」二變項之間有交互作用存在。表十為單純主要效果的分析，其重點為：(1) 在每個年齡組中各別去比較男、女兩性的差別時，與前述吸菸習慣有相同現象，即男性有喝酒習慣的比率顯著高於女性；(2) 以「男性」和「女性」二組分別比較不同年齡組是否有差異時，均達顯著水準，不論男女，有喝酒習慣的人所佔之比率，以“30－39 歲”組最高，而“65 歲以上”組則最低。

㊦家庭功能與健康行為之關係：

本研究根據 Smilkstein 所設計的 Family APGAR⁽¹⁷⁾，加上符合國人生活的實例，作為家庭功能的指標，而其主要精神在於測量個人對家庭給予支持和關懷的滿意度。係現代社會中，家庭大部分功能被社會取代之後，所剩餘而突顯出的最重要功能。又名「家庭關懷指數」。茲將不與家人同住者除去，進行以下之分析：

1. 家庭結構與家庭功能

由表十一可知，核心家庭和擴大家庭之間，「家庭關懷指數」並無顯著差異，「家庭結構」並不影響個人對家庭支持和關懷的滿意度。

2. 婚姻狀態與家庭功能

表十二則顯示，喪偶、離婚等失去婚姻生活的人，「家庭關懷指數」顯著地低於已婚者平均相差 2.6 分，而和未婚者的 95% 信賴區間亦只有少許重疊。可見失去婚姻生活者對家庭給予的支持與關懷滿意的程度的確比較低。

3. 健康狀態與家庭功能

表十三為各種不同健康狀態者，「家庭關懷指數」之比較。整體而言，雖未達 0.05 的顯著水準，但一年內曾患嚴重（須住院）疾病者，及殘障者之「家庭關懷指數」平均值，仍較無病者低了 1 分左右。

4. 家庭功能與健康習慣

為了比較和說明的方便清晰，再者家庭功能與健康習慣間的因果關係並沒有明顯的方向性，此部分以較易了解的 t-檢定和一方分類之變異數分析（1-ANOVA）加以比較：

(1)運動的習慣

表十四顯示，有規則運動（至少每次15分鐘，每星期三次）的人「家庭關懷指數」較沒有者為高，且達統計上的顯著水準。但細觀其數值，可以發現此一顯著性實由樣本數太大而來，實值上應無任何意義。在解釋上宜加以留意。

(2)吸菸和飲酒

表十五為各種不同的吸菸狀況，「家庭關懷指數」之比較。表十六為各種不同的飲酒狀況，「家庭關懷指數」之比較。各種不同之狀況分別為：「每天吸（喝）」、「偶而吸（喝）」、「過去吸（喝）現在沒有」，以及「從來沒有」。表十四雖顯示不同的吸菸狀況之間有顯著差異，且係從未吸菸者得分較每天吸菸者顯著為高所致，但如同前面所言，其差異甚微，在實際上並無任何意義。表十五雖有依次（每天喝至從來沒有）得分漸高的傾向，但在統計上沒有顯著差異，實質上亦無意義。

(3)藥物的使用

表十七至十九分別為經常使用（每星期三次以上）補藥、維他命和安眠藥者，有顯著差異，且使用者平均得分比不使用者低了將近3分，是全部比較中差異最大者。由表中亦可同時發現三種藥物使用的盛行率，分別為：補藥4.40%（102／2316），維他命5.65%（131／2318）及安眠藥0.86%（20／2317）。（按此盛行率僅指與家人同住者而言。）

總結以上的分析，統計和實值上都有有意義之差異的，是「婚姻狀態」和「使用安眠藥」二項，且與預測相符。統計上有意義但實值上差距不大的，是「運動」和「吸菸」二項。統計上無差異但各組間平均值

相差較大，值得注意的是「健康狀態」一項。其餘均無差異。

(四)高血壓盛行情況：

在 2,524 位受訪者中，144 位是於過去曾經被醫師診斷為高血壓病人，僅佔總人數的 5.70 %。透過本次家庭訪視中同時進行的血壓篩檢，發現血壓等於或超過 160 / 95 mmHg 的受訪者共 220 人，佔總人數的 8.72 %；而血壓介於 160 ~ 140 / 95 ~ 90 mmHg 者共 206 人，佔總人數的 8.16 %。曾經被醫師診斷為高血壓患者的 144 人中有 62 人在篩檢時血壓仍呈現偏高 ($\geq 160 / 95$) 現象，表示高血壓未被控制的比率達 43.06 %。根據上述資料，經篩檢為高血壓患者的 220 人和邊際高血壓的 206 人，再加上自我報告曾經被醫師診斷為高血壓患者，卻未在篩檢時被發現的受訪者 82 人，共計 508 人將列入下年度實施高血壓控制介入計畫的實驗對象。

五、討 論

(一)家庭結構與健康行爲

經由資料分析結果發現，原來預期「家庭結構」爲影響家庭成員健康習慣的重要因素，未能獲得強有力的證據。雖然在變異數分析中，顯示「家庭結構」變項對「吃早餐」和「從事運動」二項健康行爲有不同程度的影響，但進一步從 multiple classification analysis 所獲得的數值看來，「家庭結構」在吃早餐行爲中的 Eta 值僅爲 0.06 ；也就是說，吃早餐行爲的變異量中能被「家庭結構」變項所解釋的部分僅達 0.36 % 。另一方面，「家庭結構」對於運動行爲的解釋力也只有 0.04 % (Eta = 0.02)。此一結果所提示的重要事實是：有關「家庭結構」的操作型定義，在本研究中採用之分類方式，未能充分表達家庭功能對成員行爲的影響，故另以「家庭關懷」指數做進一步的分析。

(二)家庭功能與健康行爲

不同的家庭結構之間，由「家庭關懷指數」顯示出的「家庭功能」十分接近，沒有差異。此一結果，和前面探討健康行爲的部分一併考慮，似乎暗示現有的「核心家庭」與「擴大家庭」，雖有結構上的不同，但對個人的影響，及個人對家庭的感受，並無如此大之差別。正如謝繼昌⁽¹⁵⁾的田野研究，及 Freedman et. al. 對台灣家庭的分析⁽²⁸⁾，台灣現今存在的家庭結構，表面上雖以核心家庭爲多，實質上多爲連繫甚廣的「高層次家戶家族」，或「連繫基礎」上的「擴大家庭」，而至「核心」與「擴大」的分野，遠比表面的分類模糊。換言之，表面的「家庭結構」似已不構成一個具有影響力的變項。

在其他理論上可能相關的變項中，相當有趣的一個現象是，與「家庭關懷指數」的本意——對家庭給予支持和關懷的滿意度，理論上關係最為密切的「婚姻狀態」與「使用安眠藥」二項，果真出現統計上和實質上均十分顯著的差異。這顯示此一指數的確能測出家庭在現代社會中最重要的功能。在「健康狀態」上，理論上亦應有所關連，但結果卻未如預期，由平均值仍出現足夠的差距來看，統計上不相關的原因應來自各組變異太大，而後面三組人數太少，就平均值而言，慢性病患者仍有頗高的得分，但嚴重疾病患者及殘障者卻顯出了較大的差距，可視為危險群，應加以注意，或可在以後的研究中，藉立意取樣或分層抽樣，特別研究這些病人的問題，以免造成圖 1 的惡性循環。

最後，在其他幾項健康行為中，「家庭關懷指數」均無統計上和實質上均有意義的差異。此實暗示了「家庭的支持與關懷」與採行某一項有益或有害健康的行為，並無必然之關連。尚有許多社會的、文化的、及行為上的因素，在影響個人的行為，須藉更廣泛的方式加以研究探討。反過來說，一個有益或有害的健康行為，由本研究來看，似乎也不會顯著地影響個人在家庭中得到的支持和關懷。因此，在行為改變的努力中，如何同時影響家人的態度、觀念，發揮督促效用，也值得仔細研究和設計。

(三) 高血壓的控制

根據本研究所獲資料顯示，已確知患有高血壓的受訪者中有 43.06% 的人血壓控制未達理想。這些人既經醫師診斷為高血壓病人，卻未為遵從醫囑按時服藥或改變生活習慣，實為病人衛生教育重視的對象。本次血壓篩檢找出來的高血壓及邊際高血壓的個案，宜趁早給予衛

生教育，使其血壓能及時被控制並提昇生活品質。所以，高血壓控制的實驗計畫將於下一年度實行。

附表

表 1. 按家庭結構分研究對象的人口學變項分布

變 項	核心家庭		擴大家庭		總 計 卅	
	人數	%	人數	%	人數	%
性別:	1813	100.0	466	100.0	2279	100.0
男	868	47.9	231	49.6	1099	48.2
女	945	52.1	235	50.4	1180	51.8
	$X^2 = 0.426$		$P = 0.514$			
年齡:	1807	100.0	458	100.0	2265	100.0
18-29	393	21.7	122	26.6	515	22.7
30-39	652	36.1	106	23.1	758	33.5
40-64	668	37.0	159	34.7	827	36.4
65-97	94	5.2	71	15.5	165	7.3
	$X^2 = 57.934$		$P = 0.000$		***	
教育程度:	1814	100.0	463	100.0	2277	100.0
未入學	100	5.5	81	17.5	181	7.9
小學	759	41.8	157	33.9	916	40.2
初中	305	16.8	72	15.6	377	16.6
高中	438	24.1	101	21.8	539	23.7
大學	208	11.5	52	11.2	260	11.4
研究所	4	0.2	0	0.0	4	0.2
	$X^2 = 73.655$		$P = 0.000$		***	
婚姻狀況:	1800	100.0	452	100.0	2252	100.0
單身	201	11.2	71	15.7	272	12.1
已婚	1561	86.7	369	81.6	1930	85.7
寡	28	1.6	11	2.4	39	1.7
離	5	0.3	0	0.0	5	0.2
分居	5	0.3	1	0.2	6	0.3
再婚	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	$X^2 = 7.740$		$P = 0.021$		*	

註： ☆ 計算卡方值時，這些組歸併為一組

④ 計算卡方值時，這一組不計算

* $p < 0.05$

*** $P < 0.001$

因有部分資料欠缺或未填，故總數不一致

表 2. 健康行為按年齡、家庭結構和性別分之變異數分析

變異來源	吃早餐			鈉攝取		運動		休閒		睡眠		抽煙		喝酒	
	自由度	平方和	F (P)	平方和	F (P)	平方和	F (P)	平方和	F (P)	平方和	F (P)	平方和	F (P)	平方和	F (P)
主要效果:	5	213.1	10.5(.000)	3905.7	7.2(.000)	21879.9	27.5(.000)	56517.6	28.7(.000)	64.4	3.4(.004)	161.7	234.5(.000)	91.4	116.0(.000)
年齡	3	157.6	13.0(.000)	2272.8	7.0(.000)	19490.2	40.8(.000)	27602.9	23.3(.000)	45.7	4.0(.007)	.7	1.8(.149)	4.4	9.3(.000)
家庭結構	1	19.6	4.9(.028)	60.8	0.6(.453)	147.4	0.9(.336)	733.3	1.9(.173)	3.3	0.9(.346)	.0	.0(.952)	.3	1.6(.200)
性別	1	13.9	3.4(.064)	1948.7	18.0(.000)	1566.4	9.8(.002)	32648.5	82.8(.000)	9.2	2.4(.119)	160.4	1163.4(.000)	86.7	550.9(.000)
二交交互作用	7	14.1	0.5(.837)	482.0	0.6(.726)	3086.1	3.6(.001)	5416.6	2.0(.057)	12.79	0.5(.846)	2.2	2.3(.026)	3.0	2.7(.003)
年齡×家庭結構	3	7.3	0.6(.615)	129.5	0.4(.754)	1727.4	3.6(.013)	354.4	0.3(.826)	2.98	0.3(.852)	.3	.8(.484)	.0	.1(.969)
年齡×性別	3	5.8	0.5(.699)	279.4	0.9(.461)	2424.5	5.1(.002)	5163.0	4.4(.005)	7.55	0.7(.572)	1.8	4.3(.005)	2.0	4.3(.005)
性別×家庭結構	1	1.8	0.4(.507)	65.9	0.6(.435)	562.0	3.5(.060)	35.0	0.1(.766)	2.26	0.7(.439)	.0	.2(.660)	.4	2.7(.099)
三交交互作用	3	4.0	0.3(.803)	251.3	0.8(.508)	541.0	1.1(.335)	2322.6	2.0(.118)	2.50	0.2(.882)	.0	.1(.961)	.2	.4(.743)
年齡×性別 ×家庭結構	3	4.0	0.3(.803)	251.3	0.8(.508)	541.0	1.1(.335)	2322.6	2.0(.118)	2.50	0.2(.882)	.0	.1(.961)	.2	.4(.743)

註: * P<0.05 ** P<0.01 *** P<0.001

表 3. 吃早餐行為按年齡和家庭結構分之平均得分和杜凱氏檢定

家庭結構	年 齡 組								總 計	
	18-29		30-39		40-64		>=65			
	人數	平均值	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	
核心家庭	337	5.67	660	5.79	683	6.21	106	6.52	1786	5.97
擴大家庭	110	5.70	107	6.19	161	6.53	76	6.61	454	6.26
總 計	447	5.68	767	5.85	844	6.27	182	6.55	2240	6.03

杜凱氏檢定之多重比較:

(核心家庭)-(擴大家庭): $q=-3.54^{\textcircled{e}}$

(18-29)-(30-39): $q=-1.47$

(18-29)-(40-64): $q=-5.09^*$

(18-29)-(>=65): $q=-7.51^*$

(30-39)-(40-64): $q=-3.62$

(30-39)-(>=65): $q=-6.04^*$

(40-64)-(>=65): $q=-2.42$

註: $\textcircled{e}$ 顯著水準: $q_{.95}(2,\infty)=2.77$
* 顯著水準: $q_{.95}(4,\infty)=3.63$

表 4. 鉛攝取行為按年齡和性別分之平均得分和杜凱氏檢定

性別	年 齡 組				總 計
	18-29	30-39	40-64	>=65	
	人數 平均值	人數 平均值	人數 平均值	人數 平均值	人數 平均值
男	177 18.54	350 18.62	445 16.19	95 14.91	1067 17.26
女	267 16.08	411 16.00	338 15.13	85 13.62	1151 15.55
總計	444 17.06	761 17.20	833 15.70	180 14.30	2218 16.37

杜凱氏檢定之多重比較:

(男)-(女): $q = 4.55$ ^①

(18-29)-(30-39): $q = -0.26$

(18-29)-(40-64): $q = 2.56$ [±]

(18-29)-(>=65): $q = 5.19$ [±]

(30-39)-(40-64): $q = 2.82$ [±]

(30-39)-(>=65): $q = 5.46$ [±]

(40-64)-(>=65): $q = 2.63$

註: ① 顯著水準: $q_{.95}(2, \infty) = 2.77$

± 顯著水準: $q_{.95}(4, \infty) = 3.63$

表 5. 從事運動之行為按年齡和家庭結構分平均得分和單純效果檢定

家庭結構	年 齡 組								總計	
	18-29		30-39		40-64		>=65			
	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值
核心家庭	339	6.78	665	4.87	681	7.90	106	14.56	1791	6.96
擴大家庭	110	5.15	108	2.66	161	7.63	75	18.16	454	7.54
總計	449	6.38	773	4.56	842	7.85	181	16.05	2245	7.08

變異來源	平方和	自由度	均方	F
家庭結構:				
在 18-29	199.58	1	199.58	1.25
在 30-39	366.87	1	366.87	2.30
在 40-64	5.48	1	5.48	0.03
在 >=65	937.50	1	937.50	6.11 ^②
年齡組:				
在 核心家庭	7994.63	3	2664.88	16.74 [*]
在 擴大家庭	20936.26	3	6978.75	43.83 [*]
組間	354910.09	2229	159.22	

註: ② 顯著水準: $F_{.95}(1, \infty) = 3.84$

* 顯著水準: $F_{.95}(3, \infty) = 2.60$

$\bar{N}h = 150.23$

表 6. 從事運動之行爲按年齡和性別分平均得分和單純效果檢定

性 別	年 齡 組								總 計	
	18-29		30-39		40-64		>=65			
	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值
男	178	7.69	353	4.35	451	8.95	97	18.84	1079	8.13
女	271	5.52	420	4.74	391	6.57	84	12.83	1166	6.12
總計	449	6.38	773	4.56	842	7.85	181	16.05	2245	7.08

變異來源	平方和	自由度	均方	F
性別:				
在 18-29	453.70	1	453.70	2.85
在 30-39	14.65	1	14.65	0.09
在 40-64	545.77	1	545.77	3.43
在 >=65	3480.19	1	3480.19	21.86 ^e
年齡:				
在 男性	22449.43	3	7483.14	47.00 [*]
在 女性	7858.86	3	2619.62	16.45 [*]
組間	354910.09	2229	159.22	

註：^e 顯著水準： $F_{.95}(1, \infty) = 3.84$

* 顯著水準： $F_{.95}(3, \infty) = 2.60$

$\bar{N}h = 192.70$

表 7. 休閒行為按年齡及性別分之平均得分及單純效果檢定

年 齡 組										
性別	18-29		30-39		40-64		>=65		總 計	
	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值	人數	平均值
男	178	27.02	352	26.38	453	24.24	96	18.58	1079	24.89
女	270	23.92	419	20.28	391	13.42	85	8.07	1165	17.93
總 計	448	25.15	771	23.06	844	19.23	181	13.65	2244	21.28

變異來源	平方和	自由度	均方	F
性別				
在 18-29	926.36	1	926.36	2.35
在 30-39	3586.86	1	3586.86	9.09 [@]
在 40-64	11285.19	1	11285.19	28.60 [@]
在 >=65	10647.80	1	10647.80	26.99 [@]
年 齡				
在 男性	8522.61	3	2840.87	7.20 [*]
在 女性	28893.84	3	9631.28	24.41 [*]
組 間	879060.58	2228	394.55	0.02

註: @ 顯著水準: $F_{.95}(1, \infty) = 3.84$

* 顯著水準: $F_{.95}(3, \infty) = 2.60$

$\bar{N}h = 192.79$

表 8. 睡眠按年齡分之平均得分和薛費氏檢定

	年 齡 組				
睡眠 (小時/天)	18-29	30-39	40-64	>=65	
平均值	8.00	7.92	7.64	7.69	7.87
人數	(445)	(761)	(836)	(178)	(2204)

薛費氏檢定：

(18-29)-(30-39): $F = 5.96$

(18-29)-(40-64): $F = 27.73$ *

(18-29)-(>=65): $F = 10.45$ *

(30-39)-(40-64): $F = 29.59$ *

(30-39)-(>=65): $F = 8.80$ *

(40-64)-(>=65): $F = -1.95$

註：* 顯著水準： $(K-1)F_{1-\alpha}(K-1, N-K) = 3 * F_{.95}(3, 2200) = 7.80$

表 9. 抽煙行為按年齡及性別分之平均得分及單純效果檢定

年 齡 組											
		18-29		30-39		40-64		>=65		總計	
性別		人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
男		177	59	350	63	452	56	97	47	1076	58
女		269	4	416	4	392	4	84	8	1161	4
總計		446	26	766	31	844	32	181	29	2237	30

變異來源	平方和	自由度	均方	F
性別				
在 18-29	29.08	1	29.08	210.74 ^e
在 30-39	33.47	1	33.47	242.51 ^e
在 40-64	26.00	1	26.00	188.38 ^e
在 >=65	14.62	1	14.62	105.96 ^e
年齡				
在 男性	2.67	3	0.89	6.44 [*]
在 女性	5.77	3	1.92	13.93 [*]
組間	306.226	2221	0.138	

註: ^e 顯著水準: $F_{.95}(1, \infty) = 3.84$
^{*} 顯著水準: $F_{.95}(3, \infty) = 2.60$

$\bar{N}h = 192.28$

表 10. 喝酒行為按年齡和性別分之平均得分和單純效果檢定

年齡組										
性別	18-29		30-39		40-64		>=65		總計	
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%
男	169	48	326	53	424	52	96	24	1015	49
女	263	9	400	11	385	7	84	5	1132	9
總計	932	24	726	30	809	30	180	15	2147	28

變異來源	平方和	自由度	均方	F
性別				
在 18-29	14.29	1	14.29	91.04 [@]
在 30-39	16.58	1	16.58	105.59 [@]
在 40-64	19.03	1	19.03	121.21 [@]
在 >=65	3.39	1	3.39	21.61 [@]
年齡				
在 男性	10.54	3	3.51	42.74 [*]
在 女性	20.13	3	6.71	22.38 [*]
組間	335.541	2131	0.157	

註: @ 顯著水準: $F_{.95}(1, \infty) = 3.84$

* 顯著水準: $F_{.95}(3, \infty) = 2.60$

$\bar{N}h = 187.95$

表 11. 家庭結構與家庭關懷指數

	人 數	平均值	標準差	標準誤
核心家庭	1792	17.5050	4.146	.098
擴大家庭	462	17.4502	4.223	.196

使用加權平均之變異數估計值				使用分別計算之變異數估計值			
F	雙尾P值	t 值	自由度	雙尾P值	t 值	自由度	雙尾P值
1.04	.604	.25	2252	.801	.25	707.25	.803

表 12. 婚姻狀態與家庭關懷指數

組別	人數	平均值	標準差	標準誤	平均值之 95% 信賴區間		
單身	291	17.0241	4.1948	.2459	16.5401	-	17.5080
已婚	1940	17.6479	4.1122	.0934	17.4648	-	17.8310
喪偶/離婚	53	15.0943	5.3431	.7339	13.6216	-	16.5671
合計	2284	17.5092	4.1748	.0874	17.3379	-	17.6805

變異數分析

來源	自由度	平方和	均方	F	P
組間	2	414.9052	207.4526	12.0175	.0000
組內	2281	39375.9017	17.2626		
合計	2283	39790.8069			

變異數同質性檢定

Cochrans C = 最大變異數 / 變異數和 = .4528, P = .000 (近似值)
 Bartlett-Box F = 4.135, P = .016
 最大變異數 / 最小變異數 = 1.688

表 13. 健康狀態與家庭關懷指數

組別	人數	平均值	標準差	標準誤	平均值之 95% 信賴區間	
無病	1807	17.5556	4.0457	.0952	17.3690	17.7423
急性病	143	16.8881	4.2775	.3577	16.1810	17.5952
慢性病	216	17.0648	5.0454	.3433	16.3882	17.7415
重大疾病	53	16.6792	5.0641	.6956	15.2834	18.0751
殘障	27	16.1111	5.2502	1.0104	14.0342	18.1880
總合	29	17.6897	4.6760	.8683	15.9110	19.4683
合計	2275	17.4312	4.2187	.0884	17.2578	17.6047

變異數分析

來源	自由度	平方和	均方	F	P
組間	5	178.1006	35.6201	2.0058	.0749
組內	2269	40293.8836	17.7584		
合計	2274	40471.9842			

變異數同質性檢定

Cochrans C = 最大變異數 / 變異數和 = .2039, P = .004 (近似值)
 Bartlett-Box F = 5.809, P = .000
 最大變異數 / 最小變異數 = 1.684

表 14. 規則運動與家庭關懷指數

	人數	平均值	標準差	標準誤
有	542	17.8782	4.694	.202
無	1779	17.2878	4.066	.096

使用加權平均變異數估計值 : 使用分別計算之變異數估計值

F	雙尾P值	t	自由度	雙尾P值	t	自由度	雙尾P值
1.33	.000	2.85	2319	.004	2.64	803.83	.008

表 15. 吸菸與家庭關懷指數

組別	人數	平均值	標準差	標準誤	平均值之 95% 信賴區間	
每天	640	17.0344	4.5204	.1787	16.6835	- 17.3853
偶爾	74	17.4324	3.9382	.4578	16.5200	- 18.3448
已戒菸	85	17.6118	4.1779	.4532	16.7106	- 18.5129
從未	1545	17.6084	4.1294	.1051	17.4023	- 17.8145
合計	2344	17.4462	4.2407	.0876	17.2745	- 17.6180

-+

變異數分析

來源	自由度	平方和	均方	F	P
組間	3	151.5422	50.5141	2.8154	.0379
組內	2340	41983.6848	17.9417		
合計	2343	42135.2270			

變異數同質性檢定

$$\begin{aligned} \text{Cochrans C} &= \frac{\text{最大變異數}}{\text{變異數和}} = .2901, P = .004 \text{ (近似值.)} \\ \text{Bartlett-Box F} &= \frac{\text{最大變異數}}{\text{最小變異數}} = \frac{2.785}{1.318}, P = .039 \end{aligned}$$

表 16. 双河梁家庭關懷指數

組別	人數	平均值	標準差	標準誤	平均值之 95% 信賴區間	
每天	116	17.1034	4.9473	.4593	16.1936	18.0133
偶爾	504	17.1786	4.2365	.1887	16.8078	17.5493
已戒煙	96	17.4375	4.5348	.4628	16.5187	18.3563
從未	1534	17.4733	4.2274	.1079	17.2616	17.6850
合計	2250	17.3867	4.2819	.0903	17.2096	17.5637

變異數分析

來源	自由度	平方和	均方	F	P
組間	3	42.8836	14.2945	.7794	.5054
組內	2246	41192.7164	18.3405		
合計	2249	41235.6000			

變異數同質性檢定

Cochrans C = Max.	變異數/變異數和	= .3027, P = .000 (近似值)
Bartlett-Box F =		2.181, P = .088
最大變異數 / 最小變異數		1.370

表 17. 服用補藥與家庭關懷指數

	人數	平均值	標準差	標準誤
無	2214	17.4616	4.216	.090
有	102	16.9216	4.811	.476

使用加權平均之變異數估計值				使用分別計算之變異數估計值			
F	雙尾P值	t	自由度	雙尾P值	t	自由度	雙尾P值
1.30	.051	1.26	2314	.209	1.11	108.27	.268

表 18. 服用維他命與家庭關懷指數

		人數	平均值	標準差	標準誤			
無有		2187	17.4065	4.223	.090			
		131	17.8855	4.519	.395			
		使用加權平均之變異數估計值				使用分別計算之變異數估計值		
F	雙尾P值	t	自由度	雙尾P值	t	自由度	雙尾P值	
1.15	.263	-1.26	2316	.209	-1.18	143.93	.239	

附圖

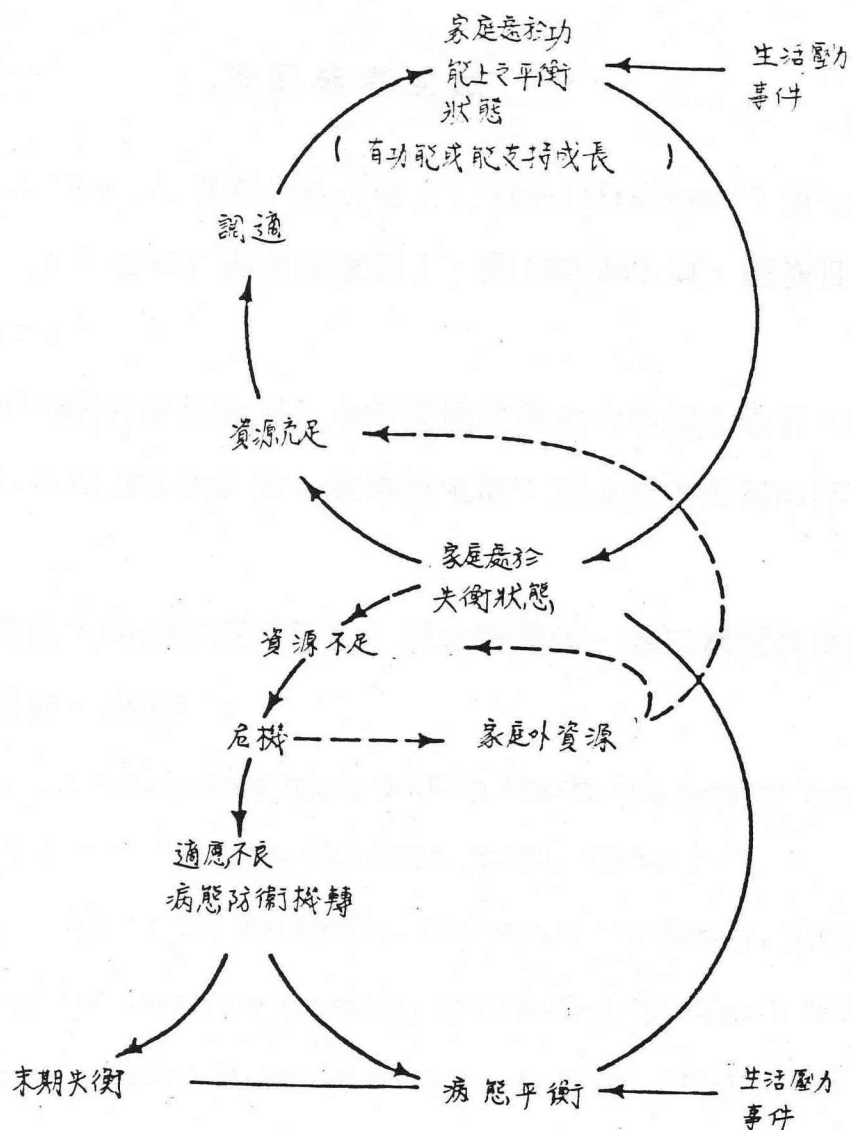


圖 1. 家庭功能周期：家庭對生活壓力事件之反應模式
取自 Smilkstein

重要參考文獻

1. 黃明堅譯，Toffler, A. 原著「第三波」(The third wave) 第十六章「電子住宅」，第十七章「未來的家庭」，第 197-232 頁，經濟日報社印行，民國 70 年。
2. 朱岑樓，中國家庭組織的演變，中華民國建國七十年紀念叢書，我國社會的變遷與發展第 255-287 頁，朱岑樓主編，東大圖書公司印行，民國 70 年。
3. 孫得雄，現代化對中國家庭的衝擊，以台灣為例，第二屆現代化與中國文化國際研討會，1980。
4. Litman, T.J.: The family as a basic unit in health and medical care, a sociadbehavioral overview, Soc. Sci. Med. 8:485, 1974.
5. Crawford, C.O.: The family and health; health and the family, a paradigm for analysis of the interface dynamics, in Crawford, C.O.(ed.) "Health and the family, a medical-sociological analysis." pp. 113-125, The Marmillan Co. Nr. 1971.
6. Schwvenk, T.L. & Hughes, C.C.: The family as a patient in family medicine, Soc. Sci. Med. 17:1-16, 1983.
7. Young, R.F.: The family-illness intermesh; theoretical aspects and their application. Soc. Sci. Med. 17:395-398, 1983.
8. Shapiro, J.: Family reactions and coping strategies in response to the physically ill or handicapped child: a review. Soc. Sci. Med. 17:913-931, 1983.
9. Coreil, J.: Allocation of family resoureces for health care in rural

- Haiti, Soc. Sci. Med. 17:709-719, 1983.
10. Finerman, R.D.: Experience, expectation, conflicts and change in traditional family health care among the Quichua of Saraguro. Soc. Sci. Med. 17:1291-1298, 1983.
 11. Jones, D.A. & Vether, N.J.: A survey of those who care for the elderly at home, their problems and their needs. Soc. Sci. Med. 19:511-514, 1984.
 12. 李鍾祥，中國嬰幼兒生長、發展及教育之縱式研究。醫學文摘出版社，民國70年。
 13. 江昭興等，四湖鄉民衆小兒麻痺預防接種知識態度實行之研究，中華民國公共衛生學會雜誌第2期 63-83 頁，民國72年。
 14. 顏裕庭，完整的家庭照顧，家庭醫學的理論與教學，嘉洲出版社，民國74年。
 15. 謝繼昌，仰之村的家族組織，中研院民族所專刊乙種第十二號，民國73年。
 16. Garcia-Shelton, L.M. & Brody, H., 1983: Family structure and development, in Taylor, R.B.(ed.) "Family medicine principles and practice". pp.8-21, Springer Verlag, New York, Heidelberg, Berlin, 1983.
 17. Smilkstein, G.: Family function assessment, the same as Ref. 16 pp.74-84, 1983.
 18. 謝美娥，醫療機構中家族治療的實施，社區發展季刊第十期，81-90 頁，民國74年。
 19. Epstein NB et al: The McMaster Model of Family Functioning, J. of Marriage and Family Counseling, 19-31, 1978.
 20. Swee, D.E.: Family resources, the same as Ref. 16. pp.64-73. 1983.

21. WHO Technical Report series No.587. Statistical Indices of Family Health, 1976.
22. Engel BT, Gaarder KR, Glasgow MS: Behavioral treatment of high blood pressure I. Analysis of intra-and interdaily variations of blood pressure during a one-month, baseline-period. Psychosom Med 43:255-270, 1981.
23. Shapiro AP, Schwartz GE, et al: Behavioral methods in the treatment of hypertension. A review of their clinical status. Ann Intern Med 86:626-636, 1977.
24. Elder ST, Longacre A JR, Welsh DM, McAfee RD: Apparatus and procedure for training subjects to control their blood pressure. Psychophysiology 14:68-72, 1977.
25. Glasgow MS, Gaarder KR; and Engel BT: Behavioral treatment of high blood pressure II. Acute and sustained effects of relaxation and systolic blood pressure biofeedback. Psychosomatic Medicine 44(2):155-170, 1982.
26. Agras WS: Relaxation therapy 13 hypertension, Hospital Practice pp.129-137, May 1983.
27. 行政院衛生署，中華民國台灣地區公共衛生概況，1985。
28. Freedman R. et. al. Household Composition and Extended Kinship in Taiwan, Population Studies. 32:65-80, 1976.

台灣北部地區居民健康照顧與健康行為研究

*** 家 戶 問 卷 ***

壹、家庭資料

日期：____年____月____日

(甲)基本資料

訪員：_____

1. 戶長姓名：_____

(譯碼欄)

2. 住址：____縣市____鄉鎮市區____里村____鄰____路街____巷____弄____號

□□□□

3. 戶長性別： ☐ (1)男 ☐ (2)女

□

* 4. 都市化程度 (不必填寫)

□

5. 您家中有那些家庭設備？ (複選，生財工具不計)

☐ (1)電視 ☐ (2)電冰箱 ☐ (3)電子鍋 ☐ (4)瓦斯爐 ☐ (5)洗衣機

□□□□

☐ (6)熱水爐 (器) ☐ (7)冷氣機 ☐ (8)錄影機 ☐ (9)鋼琴 ☐ (10)汽車

□□□□

☐ (11)音響 ☐ (12)電話 ☐ (13)機車 ☐ (14)微波爐 ☐ (15)家用電腦

□□□□

(乙)家庭結構及親友聯繫 _____

1. 平時在您家裏一共住了多少人？_____人

□□

2. 您家裏共住有幾代？_____代

□

3. 代 別 最大子女的年齡

第一代 _____ 足歲

□□

第二代 _____ 足歲

□□

第三代 _____ 足歲

□□

第四代 _____ 足歲

□□

第五代 _____ 足歲

□□

4. 與您家經常有來往的是那些人？ (每月至少有 1 次或以上者)

電話或書信 互 訪

①親族 (包括父母、外出子女
及其他親族)

_____ 家 _____ 家

□□□□

②朋友 鄰居

_____ 家 _____ 家

□□□□

＊ ＊ 以下二題由研究者判斷，訪員可不必填寫 ＊ ＊

1. 根據此一家庭的結構，以同住成員關係而言，他是屬於：

- ☐ (1) 典型的核家庭 ☐ (2) 核心家庭的變型 ☐ (3) 主幹複式家庭
☐ (4) 聯合家庭 ☐ (5) 其他

2. 在此家庭的各個核心單位，分屬那些階段？

- ☐ (1) 新婚期 ☐ (2) 生育及學齡前期 ☐ (3) 學童期 ☐ (4) 青少年期
☐ (5) 離散期 ☐ (6) 空巢期 ☐ (7) 老化期

(譯碼欄)

☐☐

丙 家庭健康行為與照顧

1. 您家中有關保健方面的習慣通常是由誰來作主的？（只能單選，選最合適者）

① 嬰幼兒預防注射：_____

② 小孩（小學畢業前）照顧：_____

③ 中老年人身體保健與照顧：_____

④ 飲食營養：_____

0 自己 1. 夫（父） 2. 已婚子

3. 婿 4. 妻（母） 5. 已婚女

6. 媳 7. 未婚子女 8. 兄弟姊妹

9. 不同住親族 10. 非親族 11. 夫

父妻母 12. 夫父組合 13. 妻母組

合 14. 其他組合

☐☐☐☐

2. 家中有人患一般疾病時，是否去同一家醫院（診所）看病？

☐ (0) 不固定 ☐ (1) 各有其固定之醫院（診所） ☐ (2) 相同醫院（診所）

☐ (3) 其他 _____

☐

3. 您家中有人從事醫護方面的工作嗎？

☐ (1) 沒有

☐ (2) 有 →

他們分別是：

西醫師 _____ 人；牙醫師 _____ 人；中醫師 _____ 人

藥劑師 _____ 人；護理人員 _____ 人；其他（ _____ ） _____ 人

☐☐

貳、個人資料

姓 名	稱 謂	出 生			性 別	教 育	職 業		保 險	婚 姻	健 康 問 題	主 要 照 顧 方 式	陪 同 協 助 服 藥	照 顧 費 用
		前 後	年	月 日			種 類	家 內 外						
1	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
2	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
3	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
4	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
5	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
6	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
7	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
8	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
9	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
10	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
11	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
12	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
13	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
14	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
15	☐				☐	☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐	☐	☐	☐	☐ ☐	☐ ☐	☐ ☐
	0 非親族 1 夫(父) 2 已婚子 3 婿 4 妻(母) 5 已婚女 6 媳 7 未婚子女 8 兄弟姐妹 9 不同住親族	1 民前 2 民國	1 男 2 女	0 不 1 小 2 初 3 高 4 大專 5 研	0 無 1 農 2 工 3 商 4 社會服務 5 軍醫 6 在學學生 1 高級 2 次級 3 行政 4 職員 5 熟工 6 准熟工 7 不熟 SES: 查表	1 家內 2 家外	0 無保險 1 部份負擔 2 全額負擔	1 單身 2 已婚 3 喪偶 4 離婚 5 再婚 6 同居 7 分居	健康問題請依下列方式詢問：(針對「有」的個案追問) ①過去一個月，有那位家人有身體不舒服的情形，需要照顧的？ ②年紀大的人常常會有一些高血壓、糖尿病、風濕痛等慢性病，請問您家裏有沒有這樣的患者？ ③在過去一年，有那位曾經因病住院，或動過手術的？ ④家中是不是有那位有需要臥床，四肢行動不便，或是五官、智能有些缺陷的？ 0 無 1 常見急性 2 慢性病 3 重大疾病 4 殘障 5 綜合	1 不去治療 2 中藥房 3 西藥房 4 中醫診所 5 西醫診所 6 住院 7 其他	0 自己 1 夫(父) 2 已婚子 3 婿 4 妻(母) 5 已婚女 6 媳 7 未婚子女 8 兄弟姐妹 9 不同住親族 10 非親族 11 夫夫妻母 12 夫父組合 13 妻母組合 14 其他組合			

台灣北部地區居民健康照顧與健康行為研究

*** 個人問卷 ***

姓名：_____

□□

受訪者編號

壹 健康意識

(譯碼欄)

1. 請問您對自己目前的健康情形感覺如何？

□(1)非常不好 □(2)不太好 □(3)還算好 □(4)非常好

□

2. 請問您現在是否為自己的健康而煩惱？

□(1)非常煩惱 □(2)有點煩惱 □(3)不太煩惱 □(4)一點都不煩惱

□

↓ ↓
(a)請問您現在對自己的健康感到煩惱的是些什麼事情呢？

(不提示，可複選)

□(1)久病不癒 □(2)怕得到癌症 □(3)怕得到腦中風 □(4)感覺高血壓可怕
□(5)感覺心臟病可怕 □(6)感覺糖尿病可怕 □(7)感覺體力已漸衰
□(8)因壓力而感覺精神疲憊 □(9)煩惱肥胖
□(10)其他 _____

□□□

□□□

□□□

□

3. 請問您平時是否常注意自己的健康，而想使健康變得更好？

□(1)從來不注意 □(2)不太注意 □(3)稍有注意 □(4)非常注意

□

4. 請問您個人認為健康的好壞最主要是受到那個因素的影響？(逐一讀出，只能選一個答案)

□(1)自己的習慣 □(2)環境 □(3)遺傳 □(4)醫療服務 □(5)不知道

□

(甲)飲食習慣

1. 您吃早餐的情形是：

每星期平均吃 ____ 次

☐☐

2. 一般說來，您三餐都是吃到肚子有什麼樣的感覺才停止？

☐ (1) 一定都是吃得非常飽以後才停止 ☐ (2) 偶而是吃得非常飽以後才停止
☐ (3) 經常是只吃到八分飽時就停止 ☐ (4) 每餐一定是只吃到八分飽時就停止

☐

3. 您家中的飲食主要是依誰的口味來決定（請依照這個人在家中的稱謂回答）？

☐ (1) 夫（父） ☐ (2) 妻（母） ☐ (3) 小孩 ☐ (4) （外）祖父
☐ (5) （外）祖母 ☐ (6) 管家 ☐ (7) 其他 _____

☐

4. 按下面五種情況分別回答：

(1) 您在吃飯時，另外取用鹽罐或醬油瓶，把食物加得更鹹的次數是：

_____ 次／週。

☐☐

(2) 您吃含鹽調味品，如味精、豆瓣醬、辣椒醬、沙茶醬等的次數是：

_____ 次／週。

☐☐

(3) 您吃用鹽加工的食物，如香腸、醃肉、鹹魚、豆腐乳、泡菜和罐頭等的次數是：_____ 次／週。

☐☐

(4) 您吃速簡食物，如速食麵、炸雞、漢堡、外面賣的飯盒及各式小吃等的次數是：_____ 次／週。

☐☐

(5) 您在外面吃飯，如飯館、自助餐館、朋友家作客及參加婚喪喜慶等的次數是：_____ 次／週。

☐☐

5.請問您是否常吃下列食物？

(譯碼欄)

食物種類	幾 乎 都 沒 吃	很 少 吃 (每 週 一 次 或 更 少)	經 常 吃 (每 週 約 2、3 次)	幾 乎 每 天 都 吃	
新鮮魚類	☐	☐	☐	☐	☐
五花肉	☐	☐	☐	☐	☐
內臟、腦、 蝦、蚵等	☐	☐	☐	☐	☐
綠色或黃 色蔬菜， 如胡蘿蔔 、菠菜、 芹菜等	☐	☐	☐	☐	☐
新鮮水果 如香蕉、 柳丁、橘 子、蕃茄 、蕃石榴 等	☐	☐	☐	☐	☐
零食，如 冰淇淋、 蜜餞、糖 菓等	☐	☐	☐	☐	☐

(Z)抽菸、飲酒和用藥習慣

1.請問您現在是否抽菸？

☐ (1)幾乎每天都抽 (1 天約 ____ 支)

☐ (2)偶而抽

☐ (3)以前抽過但現在不抽

☐ (4)從來就不抽

(a)您是否想過要戒菸？

☐ (1)從沒有想過要戒

☐ (2)想過要戒，但沒有戒成

☐ (3)其他

☐

☐

☐

2. 請問您現在是否喝酒？

(譯碼欄)

- ☐ (1) 每天一定喝
☐ (2) 偶而喝
☐ (3) 以前喝過，但現在不喝
☐ (4) 從來就不喝酒

☐

平均一週您大概喝了多少次酒？酒的種類和量又是怎樣？（請由喝得最多的酒填起）

酒的種類	頻率（次／月）	飲酒量	
		小杯／次	罐／次
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

☐	☐	☐	
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	

3. 請問您是否常吃（每週三次以上）下面藥物？

- ☐ (1) 進補用的藥
☐ (2) 維他命
☐ (3) 容易入睡的藥

☐
☐
☐

(丙) 運動及休閒活動

1. 請問您是否經常（每週三次以上，每次15分鐘以上）做運動？

- ☐ (1) 是
☐ (2) 否

☐

(a) 請問您做運動的主要原因是什麼？（不提示，可複選）

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ (1) 為彌補運動的不足 | ☐ (2) 保持和增進體力 |
| ☐ (3) 解除心理的壓力 | ☐ (4) 美容 |
| ☐ (5) 減肥 | ☐ (6) 與朋友來往社交 |
| ☐ (7) 有興趣 | ☐ (8) 感覺愉快 |
| ☐ (9) 為治療疾病 | ☐ (10) 其他 |

☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

2. 請問您平常從事休閒和運動的種類有那些？每月大概做多少次？一次的量有多少？主要的鼓勵者是誰？（請按項目依次詢問）

（譯碼欄）

休 閒 的 種 類	頻 率 (次/月)	運 動 量 (分/次)	主 要 鼓 勵 者 (以代碼填入)	主要鼓勵者代碼號
(1)散 步	_____	_____	_____	1. 自己的決定 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(2)慢 跑	_____	_____	_____	2. 配偶 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(3)健行或爬山	_____	_____	_____	3. 父母 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(4)土風舞或韻律操	_____	_____	_____	4. 兄弟姊妹 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(5)太極拳或外丹功	_____	_____	_____	5. 外祖父母 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(6)球類運動	_____	_____	_____	6. 老師 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(7)溜 冰	_____	_____	_____	7. 鄰居朋友 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(8)游泳(夏天)	_____	_____	_____	8. 醫師 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(9)閱讀書報	_____	_____	_____	9. 子女 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(10)下 棋	_____	_____	_____	0 其他 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(11)彈奏樂器	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(12)繪畫或彫塑	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(13)宗教聚會	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(14)園 藝	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(15)飲茶聊天	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(16)各項藝文活動	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
(17)其他 _____	_____	_____	_____	☐ ☐ ☐ ☐ ☐

(J)睡眠

1. 請問您睡眠時間是否固定？

☐ (1) 固定 ☐ (2) 經常是固定（只有特殊事情時才例外） ☐ (3) 不固定

☐

2. 請問您每天大約幾點鐘就寢？ _____ 小時 _____ 分（請以24小時為單位記錄）

☐☐☐☐

3. 請問您每天（包括午睡）平均睡幾個小時？ _____ 小時 _____ 分

4. 請問您睡了之後覺得飽不飽？

☐ (1)飽 ☐ (2)有時飽有時不飽 ☐ (3)不飽

(譯碼欄)

☐☐☐☐

☐

叁 健康狀況

(甲)高血壓

1. 您知道自己血壓的情形嗎？

☐ (1)不知道自己血壓是否正常 ☐ (2)知道自己血壓是正常 ☐ (3)知道自己有高血壓（經醫師診斷的） ☐ (4)知道自己有高血壓（自己覺得）

☐

2. 您能說出自己現在的血壓嗎？

☐ (1)不能 ☐ (2)能（請說出） _____ / _____ mm Hg

☐☐☐☐☐☐

3. 您知道血壓值在多少以上算是高血壓嗎？

☐ (1)不知道 ☐ (2)知道（請說出） _____ / _____ mm Hg

☐☐☐☐☐☐

4. 您大約多久量一次血壓？

☐ (1)從未量過

☐ (2)偶而量

☐ (3)固定量，大約每隔 _____ 天量一次

☐

☐☐☐

(a)您多數是在什麼地方量血壓？

☐ (1)醫療院所 ☐ (2)西藥房 ☐ (3)自己家 ☐ (4)其他 _____

☐

(乙)糖尿病

1. 您知道自己血糖的情形嗎？

☐ (1)不知道自己血糖是否正常 ☐ (2)知道自己血糖是正常 ☐ (3)知道自己有糖尿病（經醫師診斷的） ☐ (4)知道自己有糖尿病（自己覺得）

☐

2. 您能說出自己現在的血糖值嗎？

☐ (1)不能 ☐ (2)能（請說出） _____ (飯前) / _____ (飯後) mg /dl

☐☐☐☐☐☐

3. 您知道血糖值在多少以上，算是糖尿病嗎？

☐ (1)不知道 ☐ (2)知道（請說出） _____ (飯前) / _____ (飯後) mg /dl

☐☐☐☐☐☐

4. 您大約多久量一次血糖？

☐ (1) 從未量過

☐ (2) 偶而量

☐ (3) 固定量，大約每隔 ____ 天量一次

(a) 您多數是在什麼地方量血糖？

☐ (1) 醫療院所

☐ (2) 西藥房

☐ (3) 自己家

☐ (4) 其他 _____

(譯碼欄)

☐

☐☐☐

☐

(丙) 身高

1. 您知道自己現在的身高嗎？

☐ (1) 不知道

☐ (2) 知道 (請說出) _____

公分

☐☐☐

2. 您多久量一次身高？

☐ (1) 幾乎不量

☐ (2) 偶而量

☐ (3) 固定量，大約每 ____ 天量一次

☐
☐☐☐

(丁) 體重

1. 您知道自己現在的體重嗎？

☐ (1) 不知道

☐ (2) 知道 (請說出) _____

公斤

☐☐☐

2. 您多久量一次體重？

☐ (1) 幾乎不量

☐ (2) 偶而量

☐ (3) 固定量，大約每 ____ 天量一次

☐
☐☐☐

3. 您認為自己的體重為多少才算理想？

☐ (1) 不知道

☐ (2) 知道 (請說出) _____

公斤

☐☐☐

※ (不必填寫：此人理想體重應為 _____ 公斤)

☐☐☐

4. 您認為自己現在的體重合適嗎？

☐ (1) 太重

☐ (2) 剛好

☐ (3) 太輕

☐

5. 您目前有沒有特別節制飲食 (少吃或不吃某類食物) ? (可複選)

☐ (1) 沒有

☐ (2) 少吃高鈉 (含鹽) 的食物

☐☐

☐ (3) 少吃高脂肪的食物

☐ (4) 少吃高熱量的食物

☐☐

☐ (5) 吃素

☐ (6) 其他 _____

☐☐

肆 家庭關懷

(譯碼欄)

從 未	很 少	有 時	常 常	總 是
1	2	3	4	5

- 當您有麻煩和煩惱時（例如：考試挫敗、近親去世、生意失敗、跟人吵架欠債、生病、男（女）朋友分手……），您可以從家人得到滿意的幫助嗎？
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- 您的家人和您討論事情及分擔問題（例如：找工作、婚嫁、買賣房地產、買車……），都會給您滿意的支持嗎？
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- 當您想要做一種新的事情時（例如：學開車、學電腦、換新工作、參加觀光活動……），家人都會給您滿意的支持嗎？
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- 當您的情緒有變化時（例如：高興、憤怒、悲傷、快樂……），您的家人對你表示關心和愛護的方式，您滿意嗎？
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- 您滿意自己和家人相處在一起的時候（例如：一起郊遊、打球、看電影、上館子、談天……）嗎？
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

伍 測量紀錄

- 身高：_____ 公分
- 體重：_____ 公斤
- 血壓：第一次 _____ / _____ mm Hg
- 第二次 _____ / _____ mm Hg

家 戶 中 成 人 總 數

1.

女
性
成
人
數

	1 位 成 人	2 位 成 人	3 位 成 人	4 位或以上成人
0 位 女 性	① 男 成 人 01	① 年長男成人 03	① 最年長男成人 06	① 最年輕男成人 10
1 位 女 性	② 女 成 人 02	① 男 成 人 04 ② 女 成 人	① 年 輕 男 成 人 07 ② 女 成 人	① 最年長男成人 11 ② 女 成 人
2 位 女 性		① 年輕女成人 05	① 男 成 人 08 ② 年 輕 女 成 人	① 最年輕男成人 12 ② 年 長 女 成 人
3 位 女 性			① 最年長女成人 09	① 男成人或最年 輕男成人 13 ② 最年輕女成人
4 位 女 性				① 男成人或最年 輕男成人 14 ② 最年輕女成人

家 戶 中 成 人 總 數

2.

女
性
成
人
數

	1 位 成 人	2 位 成 人	3 位 成 人	4 位或以上成人
0 位 女 性	①男 成 人 01	①年長男成人 03	①最年輕男成人 06	①最年輕男成人 10
1 位 女 性	①女 成 人 02	①男 成 人 04 ②女 成 人	①年長男成人 07 ②女 成 人	①最年長男成人 11 ②女 成 人
2 位 女 性		①年長女成人 05	①男 成 人 08 ②年輕女成人	①最年長男成人 12 ②年輕女成人
3 位 女 性			①最年輕女成人 09	①男成人或最年 長男成人 13 ②最年長女成人
4 位 女 性				①男成人或最年 長男成人 14 ②最年長女成人

家 戶 中 成 人 總 數

3.

女
性
成
人
數

	1 位 成 人	2 位 成 人	3 位 成 人	4 位或以上成人
0 位 女 性	①男 成 人 01	①年輕男成人 03	①最年輕男成人 06	①最年長男成人 10
1 位 女 性	②女 成 人 02	①男 成 人 04 ②女 成 人	①年長男成人 07 ②女 成 人	①最年輕男成人 11 ②女 成 人
2 位 女 性		①年長女成人 05	①男 成 人 08 ②年輕女成人	①最年長男成人 12 ②年輕女成人
3 位 女 性			①最年輕女成人 09	①男成人或最年 長男成人 ②最年長女成人 13
4 位 女 性				①男成人或最年 長男成人 ②最年長女成人 14

家 戶 中 成 人 總 數

4.

女
性
成
人
數

	1 位 成 人	2 位 成 人	3 位 成 人	4 位或以上成人
0 位 女 性	①男 成 人 01	①年輕男成人 03	①最年長男成人 06	①最年長男成人 10
1 位 女 性	①女 成 人 02	①男 成 人 04 ②女 成 人	①年輕男成人 07 ②女 成 人	①最年輕男成人 11 ②女 成 人
2 位 女 性		①年輕女成人 05	①男 成 人 08 ②年長女成人	①最年輕男成人 12 ②年長女成人
3 位 女 性			①最年長女成人 09	①男成人或最年 輕男成人 13 ②最年輕女成人
4 位 女 性				①男成人或最年 輕男成人 14 ②最年輕女成人

家 戶 中 成 人 總 數

5.

女
性
成
人
數

	1 位 成 人	2 位 成 人	3 位 成 人	4 位或以上成人
0 位 女 性	①男 成 人 01	①年長男成人 03	①中間男成人 06	①第二年長男成人 10
1 位 女 性	②女 成 人 02	①男 成 人 04 ②女 成 人	①年輕男成人 07 ②女 成 人	①中間男成人 11 ②女 成 人
2 位 女 性		①年輕女成人 05	①男 成 人 08 ②年長女成人	①最年長男成人 12 ②年長女成人
3 位 女 性			①中間女成人 09	①男成人或最年輕男成人 13 ②中間女成人
4 位 女 性				①男成人或最年輕男成人 14 ②第二年輕女成人

家 戶 中 成 人 總 數

6.

女
性
成
人
數

	1 位 成 人	2 位 成 人	3 位 成 人	4 位或以上成人
0 位 女 性	①男 成 人 01	①年輕男成人 03	①中間男成人 06	①第二年長男成人 10
1 位 女 性	②女 成 人 02	①男 成 人 ②女 成 人 04	①年長男成人 ②女 成 人 07	①中間男成人 ②女 成 人 11
2 位 女 性		①年長女成人 05	①男 成 人 ②年長女成人 08	①最年輕男成人 ②年輕女成人 12
3 位 女 性			①中間女成人 09	①男成人或最年 長男成人 ②中間女成人 13
4 位 女 性				①男成人或最年 長男成人 ②第二年長女成人 14