

嘉南藥理科技大學專題研究計畫成果報告

高血脂症之認知與防治行為調查

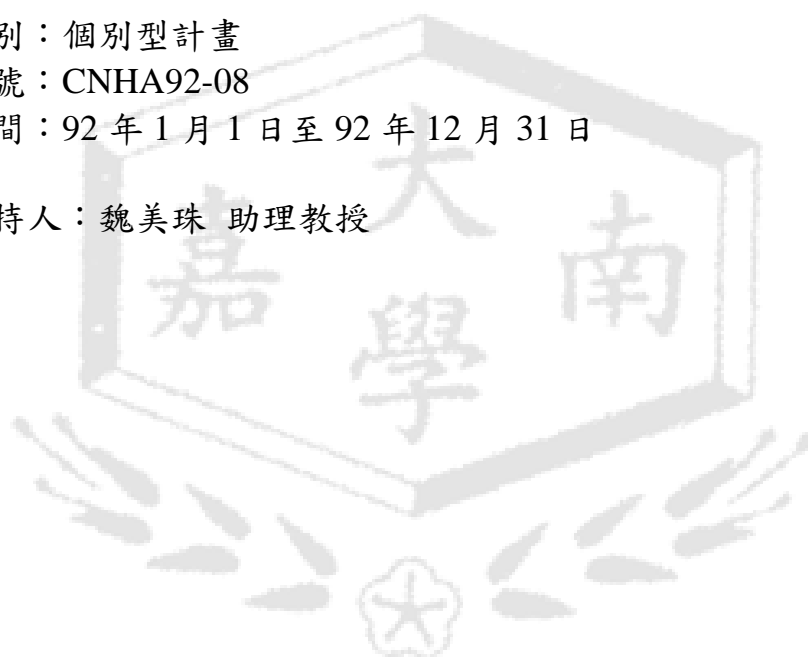
**Knowledge and Prevention Behavior
on Hyperlipidaemias**

計畫類別：個別型計畫

計畫編號：CNHA92-08

執行期間：92年1月1日至92年12月31日

計畫主持人：魏美珠 助理教授



執行單位：嘉南藥理科技大學醫務管理系

中華民國 93 年 2 月 28 日

嘉南藥理科技大學專題研究計畫成果報告

高血脂症之認知與防治行為調查

Knowledge and Prevention Behavior on Hyperlipidaemias

計畫編號：CHNA92-08

執行期間：92年1月1日至92年12月31日

主持人：魏美珠 嘉南藥理科技大學醫務管理系

Email：meichuwei@mail.chna.edu.tw

中文摘要

流行病學的研究成果已證實已開發國家的主要死亡原因，例如冠狀動脈心臟病、腦血管疾病、糖尿病、高血壓性疾病、腎臟病等均與高血脂所導致之血管硬化有關。而增加民眾對於高血脂危險因子的瞭解以減緩血管硬化之自然老化進展乃是防治這些疾病的根本之道，尤其是針對青少年時期即罹患高血脂症的人而言，愈早建立健康行為愈能及早改善血脂肪值而能避免疾病產生。為了瞭解高血脂同學對於高血脂危險因子之認知與實際防治行為乃進行此調查。以194位血膽固醇濃度過高或血三酸甘油酯濃度過高的同學為研究對象，調查他們在未接受過專科醫師衛教前對於高血脂危險因子之認知與接受衛教後是否有顯著差異。

高血脂之危險因子包括飲食太油膩、肥胖與體重過重、缺乏運動、抽菸、停經女性及遺傳等。有54% 高血脂同學自述飲食太油膩、45% 高血脂同學體重過重、58% 高血脂同學自述缺乏運動、32% 高血脂同學自述抽菸、32% 高血脂同學自述可能與遺傳有關；經過專科醫師之衛教與觀念澄清，84% 高血脂同學自述飲食減少油膩、40% 高血脂同學自述正努力減輕體重，62% 高血脂同學自述提高日常生活之體能活動、29% 高血脂同學自述正實行戒菸中。同學們的血膽固醇濃度與血三酸甘油酯濃度變化在三個月後尚不顯著，需持續追蹤，但專科醫師之衛教對於提

高同學高血脂危險因子之認知與實際防治行為之改變有顯著效果。

關鍵詞：高血脂症、高三酸甘油酯、高膽固醇、防治行為

Abstract

It is well known in epidemiology which hyperlipidaemias is associated with the leader causes of death in the developed country. Those diseases are including coronary heart disease, cerebravacular disease, hypertension disease, diabetic millitus, kidney disease. It is important to increase the knowledge about the risk factors of hyperlipidaemias and the intention to preventive it in order to probity the progress of relative diseases development.

The purpose of this study is to survey the knowledge and attitude of adolescent hyperlipidaemias, and to compare the differences before and after the education intervention. 194 adolescences that had high level values in cholesterol or triglycerides of blood test data were participated in this study. The risk factors of hyperlipidaemias are oiliness diet, overweight or fatty, less of exercise, smoking, menopause and genetics. Before health education about hyperlipidaemias, 54% of samples self-reported having a oiliness diet, 45% of them were overweight, 58% of them were less of exercise,

32% samples had smoking habit; and after health education of hyperlipidaemias, 84% of samples self-reported change oiliness diet habit, 40% of them tried to control bodyweight, 62% of them were do more exercise, 29% samples had a smoking cessation program. Though the effect of decreasing the blood level of cholesterol or triglycerides have not been significant after three months, the intervention education of prevention hyperlipidaemias in the effect of increasing the knowledge, changing the attitude and building health behavior are effectiveness.

Keywords : Hyperlipidaemias 、 Hyper Cholesterol 、 Hyper Triglycerides 、 Prevention Behavior

前言

血中脂肪主要包括膽固醇與三酸甘油脂；高血脂症包括高膽固醇血症，高三酸甘油脂症，以及二者皆高的混合型高血脂症。腦血管疾病、心臟病、高血壓性疾病為近二十年來國人重要死因，而血脂肪過高為這些疾病之主要危險因子。因社會變遷，外食人口愈加，速食、油炸食物愈普遍，缺乏運動的生活型態使肥胖與體重過重盛行率提高；而工作壓力大，抽菸、亦會使高血脂症之盛行率提高。近年來心肌梗塞、腦血管疾病發作而猝死的年齡逐漸年輕化，正是社會型態變化的結果。

飲食太油膩、肥胖與體重過重、缺乏運動、工作壓力大，抽菸、停經女性、遺傳等因子為流行病學證實高血脂症之危險因子。由於高血脂症無明顯症狀，民眾若無相關認知往往會輕忽它對健康的威脅。尤其對二十多歲的年輕人而言，更不能血脂過高而任其發展。故本研究期望經由健康調查與衛生教育灌輸血脂過高之青年人群正確防治方法，並追蹤衛教結果以瞭解生活型態調整對血脂之影響程度。

材料與方法

一. 研究目的與對象

本研究以教育介入的方法試圖改變高血脂同學對於高血脂症危險因子之認知情形、防治態度與生活型態調整情形；研究對象為血膽固醇濃度過高或血三酸甘油脂濃度過高的同學共 194 位。

二. 資料收集方法

在實施專科醫師衛生教育前先給與每位參與同學填寫前測問卷，接受過衛生教育後三個月再給與同學填寫後測問卷。經由前後測資料比較高血脂同學對於高血脂症之認知程度、防治態度與實際防治行為。

三. 資料分析

研究資料以 SPSS/PC + 統計程式庫來分析，係利用該程式庫中的頻率分布、無母數統計檢定方法（McNemar 檢定、Wilcoxon 配對符號等級檢定）、及配對 t 檢定來進行資料處理。

研究結果

只有 26.8% 的同學血膽固醇與三酸甘油脂均高，但高膽固醇血症與高三酸甘油脂血症分別占 84.5% 與 42.3%。

表一：高血脂症同學血脂異常分布

血脂異常情形	人數	百分比(%)
高膽固醇血症	164	84.5
高三酸甘油脂血症	82	42.3
高膽固醇血且高三酸甘油脂血症	52	26.8
高膽固醇血或高三酸甘油脂血症	194	100.0

85% 同學在參與體檢之前並不知道自己的血膽固醇或三酸甘油脂偏高。對於高血脂症危險因子之認知情形，本研究以 McNemar 統計檢定方法比較參與專科醫師衛生教育前後對高血脂症危險因子的認知情形，結果顯

表二：高血脂症同學對於高血脂危險因子知識正確與否前後測比較

高血脂症 危險因子知識問題	前測正確 後測不正確	前測不正確 後測正確	前後測 均正確	前後測均 不正確	P value
1. 血膽固醇過高，血三 酸甘油酯過高皆亦罹 患腦血管疾病、心臟 病、高血壓性疾病	12	56	104	22	0.046*
2. 喜歡吃油炸食物易形 成高血脂症	2	70	86	36	0.100
3. 體重過重或肥胖的人 易形成高血脂症	12	56	102	12	0.145
4. 有抽菸習慣的人易形 成高血脂症	6	106	74	8	0.001**
5. 不愛運動的人易形成 高血脂症	12	94	77	11	0.010*
6. 女性更年期之後易形 成高血脂症	1	156	65	2	0.000**
7. 遺傳因素亦可能是 高血脂症的原因	10	141	39	4	0.000**

示學生對於相關危險因子知識認知情形在衛生教育前不正確而接受過衛生教育後觀念正確的人數均較為高。其中「血膽固醇過高，血三酸甘油酯過高皆亦罹患腦血管疾病、心臟病、高血壓性疾病」、「有抽菸習慣的人易形成高血脂症」、「不愛運動的人易形成高血脂症」、「女性更年期之後易形成高血脂症」、「遺傳因素亦可能是高血脂症的原因」等五項認知之差異達統計上顯著意義。

有54% 高血脂同學自述飲食太油膩、45% 高血脂同學體重過重、58% 高血脂同學自述缺乏運動、32% 高血脂同學自述抽菸、32% 高血脂同學自述可能與遺傳有關；經過專科醫師之衛教與觀念澄清，84% 高血脂同學自述飲食減少油膩、40% 高血脂同學自述正努力減輕體重，62% 高血脂同學自述提高日常生活之體能活動、29% 高血脂同學自述正實行戒菸中。同學們的血膽固醇濃度與血三酸甘油酯濃度變化在接受衛生教育之後三個月後尚無顯著變化。也許是觀察時間尚短，

而未有降低血脂肪效果，需持續追蹤再作評估。但專科醫師之衛教對於提高同學高血脂危險因子之認知，與幫助同學們實際養成健康行為以落實防治疾病有顯著效果。

參考文獻

1. Willett, Sampson L, Stampfer MJ, et al. Reproducibility and Validity of a semiquantitative food frequency Questionnaire. *Am J Epidemiol.* 1985; 122:51-65.
2. Hunter DJ, Rimm E, Sacks F, et al. Measurement of Fatty acid intake by subcutaneous fat aspirate, food frequency questionnaire, and diet records in a free-living population of US men. *Am J Epidemiol.* 1990; 132.
3. Garland M, Sacks FM, Colditz GA, et al. the relationship between dietary intake and adipose tissue composition of selected fatty acids in U.S. women. *Am J Clin Nutr.* 1999; 67:25-30.
4. Willett WC. *Nutritional Epidemiology*, 2nd ed. New

York:Oxford University Press, 1998.

5. Willett WC. Diet and coronary heart disease. In Willett WC, ed. *Nutritional Epidemiology*, 2 ed. New York:Oxford University Press, 1988;414-466.
6. Ascherio A, Rimm EB, Giovannucci EL, Spiegelman D, Stampfer MJ, Willett WC. Dietary fat and risk of coronary heart disease in men: cohort follow up study in the United States. *Br Med J*. 1996; 313:84-90.
7. Hu FB, Stampfer MJ, Manson JE, et al. Dietary intake of α -linolenic acid and risk of fatal ischemic heart disease among women. *Am J Clin Nutr*. 1999; 69:890-897.
8. Hills H, Norvell N. An examination of hardiness and neuroticism as potential moderators of stress outcomes. *Behavior Med*. 1991; 17: 31-38.
9. Williams MA, Petrallis MA, Baechle TR, Ryschon KL, Campain JJ, Sketch MH. Frequency of physical activity exercise capacity and atherosclerotic heart disease risk factors in male police officers. *J Occup Med*. 1987; 29: 596-600.

