

# 大学生胃肠道疾病相关危险因素的研究

刘瑜珊<sup>1</sup> 卢怡璇<sup>1</sup> 茹艺彤<sup>2</sup>  
西安交通大学, 中国·陕西 西安 710061

**【摘要】**目的: 研究引发大学生胃肠道疾病的相关危险因素。方法: REDCap 系统自编问卷, 对西安市各高校 205 名大学生进行问卷调查。结果: 卡方检验, 发现大学生消化道症状及常见疾病与夜宵、暴饮暴食、偏爱辛辣与生冷食物、饮酒、吸烟、睡眠存在关联 ( $P < 0.05$ ) 结论: 以上几种因素是大学生胃肠道疾病的危险因素, 其中暴饮暴食、睡眠障碍、饮酒可被视为重要危险因素。

**【关键词】** 胃肠道疾病; 危险因素

## 1 材料与方法

### 1.1 一般资料

随机选取西安高校大学生 205 例, 有效例数 202 例, 男 98 例, 女 104 例。

### 1.2 调查方法

REDCap 系统自编线上问卷, 有效问卷 202 例。问卷内容包括大学生基本信息、三大类危险因素 (不良饮食习惯、不良生活习惯、负面心理因素<sup>[2]</sup>) 基本情况、几种胃肠道常见疾病 (急性胃肠炎、功能性消化不良、胃溃疡等疾病<sup>[3]</sup>) 患病情况、胃肠道症状的基本情况。

### 1.3 统计学方法

采用 SPSS 18.0 统计软件进行统计分析, 各组之间的消化道症状及疾病发生差异的计数资料采用  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$  具有统计学意义。

## 2 结果

共收问卷 205 份, 有效问卷 202 份。188 人曾出现消化道症状便秘、便血、呕血等消化道症状或慢性胃溃疡、急性胃肠炎。应用卡方检验, 我们发现饮食习惯、生活习惯等因素与上述症状或疾病有关 ( $P < 0.05$ )。

2.1 夜宵。反酸暖气、便血、呕血三种消化道症状与夜宵情况有关。

表1 夜宵情况与反酸暖气、便血、呕血统计表

消化道症状	夜宵情况				P值
	每天吃	常吃	偶尔吃	从不吃	
反酸暖气					
一点没有	2	5	63	13	0.022
很少出现	0	7	79	11	
频繁出现	3	1	12	0	
现在仍有	0	0	3	2	
便血					0.046
一点没有	2	8	108	16	0.015
很少出现	1	3	44	9	
频繁出现	2	2	5	1	
呕血					
一点没有	3	10	139	23	0.015
很少出现	1	1	17	3	
频繁出现	1	2	1	0	

2.2 暴饮暴食。经  $\chi^2$  检验, 烧心、反酸暖气、腹泻、腹痛、吞咽困难、排气过多、便秘等消化道症状及消化不良疾病与暴饮暴

食有关。

2.3 吃零食。经  $\chi^2$  检验, 便秘与吃零食有关。

2.4 偏爱生冷及辛辣口味食物。便秘与偏爱辛辣有关 ( $P < 0.05$ ); 急性胃肠炎与偏爱生冷食物有关 ( $P < 0.05$ )。

## 3 讨论

多夜宵、零食、暴饮暴食、生冷辛辣的食物是大学生饮食特点。有研究显示, 进食到睡眠间隔时间太短会增加胃食管反流的风险, 引起反酸等症状。摄入过多高脂肪、高热量的零食, 会影响正餐的摄入量, 引起饮食结构的失调, 易引起便秘。经常暴饮暴食会使消化器官长期超负荷工作, 胃酸分泌时间过长<sup>[4]</sup>, 腹内压升高, 产生腹痛、暖气、腹泻、吞咽困难等症状, 亦增加胃食管反流风险。食用过多辛辣食物会刺激胃肠道降低其敏感性引起便秘。生冷食物活化胃壁上皮细胞, 后者合成并释放 5-HT 可作用于邻近内分泌细胞和肠神经系统, 释放 P 物质和降钙素基因相关肽等一系列神经肽, 刺激小肠、结肠黏膜分泌水和电解质,<sup>[6]</sup>引起腹泻。同时, 生冷食物没有经过高温杀菌, 增大了病原微生物对肠道感染的概率, 从而增加了急性胃肠炎的发病机率。

## 参考文献:

- [1] 叶可. 大学生消化系统疾病的起因及防治措施. 中国校医. 2014; 28(9): 701-702.
- [2] 龚永兴 段军凤. 高校学生胃肠道疾病的预防与治疗. 中国社区医师. 2017; 33(24): 153-154.
- [3] 韦霞. 高校大学生胃肠道疾病的预防与治疗相关研究. 中国药物经济学. 2014; 1(1): 187-188.
- [4] 胡晖东 王波 徐文 刘菲. 上海张江中老年人群的胃食管反流病患病率及其与生活习惯的关系. 国际消化病杂志. 2018; 38(2): 116-120.
- [5] 李杲. 东垣十书. 北京: 中医古籍出版社, 1996.
- [6] 成金玲 丰义宽. 肠易激综合症的病因及发病机制. 医学综述. 2009; 12: 1370-1372.