

调查：因人口迅速老龄化 跌倒已是本地“致伤负担”主因

赵世楚 报道
zhaosc@sph.com.sg

新加坡和美国最新的合作研究发现，随着本地人口迅速老龄化，跌倒在本地产所有致伤死亡案例中的占比已达22%，仅次于自残。

新加坡国立大学杨潞龄医学院和美国华盛顿大学医学院卫生统计评估研究所（Institute for Health Metrics and Evaluation）联合开展一系列专注于亚细安地区公共卫生情况的研究。

这一系列研究是2021年全球疾病负担研究的一部分，是首个聚焦于东南亚的致伤、心血管疾病、吸烟率和心理健康现状的大规模研究。有关研究成果与数据星期三（5月28日）发表于国际期刊《柳叶刀—公共卫生》（The Lancet Public Health）。

研究显示，虽然在东南亚大多数国家，给医疗体系造成最大致伤负担（injury burden）的是陆路交通事故，但在新加坡，跌倒是首要原因。

致伤负担是衡量致伤发生率和平均严重程度的综合指标。它可用于评估总体的致伤影响，也可帮助制定预防工作的重点。

跌倒致死风险降低 但发生率仍在攀升

国大杨潞龄医学院副教授吴丹虹是上述系列研究的主要负责

人。她受访时指出，如今人们因跌倒致死的风险已降低，可是最新研究发现，跌倒发生率仍在攀升，而跌倒除了可能导致死亡，还可能导致残障和丧失生活能力。

“尽管近年跌倒发生率趋于平稳，这或许说明防跌措施初见成效，但我们必须持续监测这个趋势，特别是在独居年长者增多的背景下，本地的跌倒风险依然很高。”

吴丹虹认为，随着人口持续老龄化，对于跌倒的预防和管理越来越重要。“除了降低环境风险外，改变生活方式，例如加强体育锻炼也同样重要。”

自残占致伤死亡案例47%

在本地致伤死亡当中，自残导因占47%，其中涉及20岁至24岁男性的致伤负担最重，这与其他高收入国家的趋势相似；研究也显示，青少年和年轻成年人更可能有自残行为。

国大杨潞龄医学院内科系林一维博士指出，自残行为的根源是多方面的，包括人际关系问题、工作压力、经济困境、学生孤立感和遭遇欺凌等。

“探讨青少年自残现象时，不能简单地归因于‘这是心理健康问题’或‘这是个人问题’。我们更须要关注他们的社交网络、人际关系等社会性因素。”

研究也发现，2021年，我国

约有65万3000起确诊的精神疾病病例，超过50%与焦虑症和抑郁症相关。

在70岁以上的人群中，精神疾病的病例从1990年到2021年增加了三倍。此外，精神疾病对10岁至14岁少年的健康造成不成比例的沉重负担。

国大杨潞龄医学院心理医疗科教授罗德里格斯（Alina Rodriguez）指出，在本地，精神疾病对个人，尤其是年轻人，可能造成显著但往往不为人知的损害。

她说：“如果心理健康问题在生命早期显现，而没得到干预，可能导致年轻人丧失潜能。在这方面，主动干预、社区支持以及减少偏见很重要。”

不过，这系列研究也发现了不少积极的趋势，反映了本地医疗领域的进步。2021年，新加坡心血管疾病的患病率为每10万人有4579.5例，死亡率为每10万人有75.8例。这两个数据均为亚细安地区最低，也低于全球平均水平。

在烟草控制方面，我国表现良好。本地吸烟率是东南亚国家中最低之一，15岁以上男性的吸烟率为20.2%，显著低于亚细安平均值48.4%。

本地的男性吸烟致死率是东南亚最低，每10万有69.4例。我国吸烟致死率在1990年至2021年间下降了47.2%。