

影响城市居民身体健康的因素分析

论文作者：华羽霄，肖涵，谢玉博

指导老师：陈亮名

学校单位：南方科技大学

联系方式：1628280289@qq.com

原创性声明

本团队郑重声明：所呈交的学术论文影响城市居民身体健康的因素分析是本团队在指导老师的指导下，独立进行研究工作所取得的成果。除文中已经注明引用的内容外，本论文不含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的作品或成果。对本文的研究做出重要贡献的个人和集体，均已在文中以明确方式标明。本声明的法律结果由本团队承担。

论文作者签名：华羽霄 肖涵 谢玉博

2023年8月28日

目录

摘要	1
1. 问题重述	1
1.1. 研究背景	1
1.2. 研究内容	1
1.3. 研究方法	1
2. 模型建立	2
2.1. 模型假设	2
2.2. 数据处理	2
2.2.1. BMI 与异常值处理	2
2.2.2. 基本信息	2
2.2.3. 吸烟	3
2.2.4. 饮酒	3
2.2.5. 饮食习惯	3
2.2.5.1. 全谷物	3
2.2.5.2. 鱼禽蛋瘦肉	3
2.2.5.3. 奶制品	3
2.2.5.4. 大豆制品	3
2.2.5.5. 含糖饮料	4
2.2.5.6. 食用油、盐	4
2.2.6. 体育锻炼	4
2.2.7. 健康指标	4
2.2.7.1. 血压水平	4
2.2.7.2. 糖代谢状态	5
2.2.7.3. 血脂水平	5
2.2.7.4. 尿酸水平	6
3. 研究结果	6
3.1. 饮食习惯的合理性与主要问题	6
3.1.1. 新鲜蔬菜	6
3.1.2. 新鲜水果	7
3.1.3. 奶制品	8
3.1.4. 全谷物	9
3.1.5. 大豆制品	10
3.1.6. 鱼禽蛋瘦肉	11
3.1.7. 油炸面食、食用油	12
3.1.8. 含糖饮料	14
3.1.9. 盐	14

3.1.10. 酒精	15
3.1.11. 规律进餐	16
3.2. 生活习惯和饮食习惯与年龄、性别、婚姻状况、文化程度、职业因素的相关性	18
3.2.1. 从生活习惯、饮食习惯角度出发	19
3.2.1.1. 规律进餐	19
3.2.1.2. 酒精	21
3.2.1.3. 含糖饮料	24
3.2.1.4. 新鲜蔬菜	26
3.2.1.5. 新鲜水果	29
3.2.1.6. 吸烟	31
3.2.1.7. 体育锻炼	34
3.2.2. 从年龄、性别、婚姻状况、文化程度、职业因素角度出发	36
3.2.2.1. 年龄	37
3.2.2.2. 性别	38
3.2.2.3. 文化程度	38
3.2.2.4. 婚姻状况	38
3.2.2.5. 职业	38
3.3. 常见慢性病与吸烟、饮酒、饮食习惯、生活习惯、工作性质、运动因素的关系以及 相关程度	39
3.3.1. 血压水平	40
3.3.2. 糖代谢状态	41
3.3.3. 血脂水平	42
3.3.4. 尿酸水平	42
3.4. 针对各类人群提出有利于身体健康的膳食、运动等方面的合理建议	43
4. 总结	43
参考文献	43