

老年人主动健康的关键影响因素： 基于ISM-AHP模型的分析

宋羽真*, 张强, 张慧洁

上海工程技术大学管理学院, 上海

收稿日期: 2023年11月22日; 录用日期: 2023年12月19日; 发布日期: 2023年12月28日

摘要

主动健康是通过非医疗手段防治疾病的重要方式。影响老年人主动健康的因素错综复杂, 通过解释结构模型厘清各要素间层次关系, 通过层次分析法计算出指标间权重及排序, 为促进我国老年人主动健康提供支持。结果表明老年人现有健康状况、健康生活方式、自我效能感因素为表层因素, 年龄、经济情况、朋友参与等为中层因素, 医疗教育体育机构指导力度、政策的设计实施监督、健康政策的宣传因素为深层因素。家庭成员支持、自我效能感排序最高, 权重分别为0.16、0.13。可通过国家政策保障、经济水平提高、健康素养的宣传、朋辈代际关系支持共同助推老年人主动健康的实现。

关键词

老年人, 主动健康, 社会生态学, ISM, AHP

Key Influencing Factors for Active Health in the Elderly: Analysis Based on ISM-AHP Model

Yuzhen Song*, Qiang Zhang, Huijie Zhang

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: Nov. 22nd, 2023; accepted: Dec. 19th, 2023; published: Dec. 28th, 2023

Abstract

Active health is an important way to prevent and treat diseases through non-medical means. The factors that affect the active health of the elderly are complex. The hierarchical relationship be-

*通讯作者。

tween the factors is clarified through the explanatory structural model, and the weights and rankings between indicators are calculated through the analytic hierarchy process to provide support for promoting the active health of the elderly in my country. The results show that the existing health status, healthy lifestyle, and self-efficacy factors of the elderly are superficial factors, and age, economic situation, and friend participation are middle-level factors; the guidance of medical, educational, and sports institutions, policy design and implementation supervision, and health policy publicity are deep factors. Family member support and self-efficacy rank highest, with weights of 0.16 and 0.13 respectively. The realization of active health for the elderly can be jointly promoted through national policy guarantees, economic level improvement, health literacy promotion, and peer and generation relationship support.

Keywords

Older People, Active Health, Social Ecology, ISM, AHP

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

“健康是人的第一权利，是人类生存的第一前提，也是一切历史的第一前提”[1]。人民群众的获得感、幸福感、安全感都离不开健康，人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志。自 2015 年全国两会首次提出“健康中国”概念，到党的十九大正式做出战略部署，最后到党的二十大提出“把保障人民健康放在优先发展的战略位置”，可见人民健康对于现代化中国建设的重要性不断在提升。近年来，健康管理关口前移，重心开始从“治已病”向“治未病”转变。与此同时，中国正经历着空前的人口老龄化浪潮，这一趋势不仅表现在老年人口数量的迅速增加，更反映在老年人口的结构日益趋向老龄，因此老年人的健康问题就是中国未来的发展问题，调动老年人的能动性促进主动健康，是实现全民健康目标的重要一步。以往对主动健康的研究，大多聚集在体育锻炼等健康行为的干预策略，始终受环境及群体行为的限制。吉登斯的结构化理论强调社会结构和个体行为之间的相互作用，社会结构不仅塑造着个体的选择，而且在一定程度上决定了个体的行为模式。在此引入社会生态学理论的健康行为模型，该模型强调个体和社会的融合，以及环境和政策的共同作用，在多层次、综合性的要素互动下，使得老年人受益于主动健康[2]。

2. 老年人主动健康的影响因素指标构建

本文所研究的老年人主动健康是指一种关切个体的独立性和能动性，关注躯体、精神和社会的综合功能，重视个体主观行为的持续性参与，关切生命质量和终生价值的健康观[3]。国内主动健康研究尚处于起步阶段，既往研究多针对影响因素的甄别与阐述，缺乏多变量的重要程度衡量，对变量间的交互关系研究较少。老年人群体为各种疾病的高发人群，有较强的健康需求，以老年人主动健康作为研究对象有一定的稳定性，通过对老年人群体主动健康行为影响因素的研究，可以挖掘推动个体主动健康背后的深层因素。基于现有的研究成果[4]并结合专家意见，最终筛选出 16 个具有代表性的影响因素。与此同时，本文基于社会生态学模型，将 16 个被选因素分别归于个体、人际、组织、社区及政策五个层面(见表 1)，以深入度量影响因素的重要性，并评估因素间的交互关系，旨在为提高老年人主动健康积极性、促进慢性病防治工作等提供参考[5]。

Table 1. Factors affecting active health of the elderly
表 1. 老年人主动健康的影响因素

维度	影响因素	编码
个体	年龄	S1
	受教育程度	S2
	经济情况	S3
	现有健康状况	S4
	健康生活方式	S5
	自我效能感	S6
人际	朋友参与	S7
	家庭成员支持	S8
	宠物饲养	S9
社区	医疗资源分布	S10
	健康基础设施建设	S11
	环境安全性	S12
机构	家庭医生服务	S13
	体医教机构指导力度	S14
政策	健康政策设计	S15
	健康政策宣传	S16

3. 老年人主动健康影响因素的 ISM 模型构建与计算

解释结构模型法(Interpretative Structural Modeling), 简称 ISM, 1973 年由 J.华费尔教授提出, 是为分析和研究复杂系统中各变量间相互关系与层次结构的管理决策支持工具。ISM 旨在帮助决策者确定变量之间的因果关系, 并识别系统中的关键变量。它能够将复杂的系统分解为若干子系统 S, 利用矩阵等工具并借助计算机技术, 对 S 及其相关关系进行处理, 最终形成一个多级递阶的结构模型, 模型中可直观得到各因素之间的关联关系[6]。ISM 模型的具体建模步骤如图 1 所示:

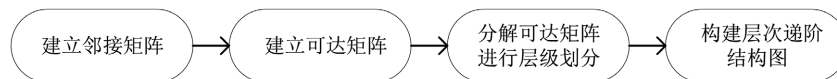


Figure 1. Specific modeling steps of ISM model
图 1. ISM 模型的具体建模步骤

3.1. 建立邻接矩阵

邻接矩阵(Adjacency Matrix)表示节点(顶点)和节点之间的相邻关系的矩阵, 在图中, 用来描述系统中各个影响因素指标之间相互作用关系。对于系统 $S = \{S_1, S_2, S_3, \dots, S_{16}\}$, 定义邻接矩阵 A 如下所示:

$$A = [a_{ij}]_{16 \times 16}$$

$$a_{ij} = \begin{cases} 1 & S_i \text{ 与 } S_j \text{ 有直接影响} \\ 0 & S_i \text{ 与 } S_j \text{ 无直接影响} \end{cases} \quad i, j = 0, 1, 2, \dots, K$$

通过各专业人员的建议并查阅相关文献, 得到如下邻接矩阵 A。

$$A = \begin{bmatrix} & S1 & S2 & S3 & S4 & S5 & S6 & S7 & S8 & S9 & S10 & S11 & S12 & S13 & S14 & S15 & S16 \\ S1 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S2 & 0 & 1 & 1 & 0 & 1 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S3 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S4 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S5 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S6 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S7 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S8 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S9 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S10 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S11 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S12 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S13 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S14 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 \\ S15 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 \\ S16 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 \end{bmatrix}$$

3.2. 建立可达矩阵

可达矩阵(Reachability Matrix)是一种用于表示有向图的性质的矩阵。它描述了图中节点之间的可达性关系,即从一个节点是否可以到达另一个节点。

可达矩阵是一个布尔矩阵,通常用于表示有向图。矩阵的行和列对应图中的节点。如果存在一条从节点 i 到节点 j 的路径,则可达矩阵中的第 i 行第 j 列的元素为 1; 如果不存在这样的路径,则对应的元素值为 0。基于此,将邻接矩阵 A 进行幂运算,迭代至 $A^{k-1} \neq A^k = A^{k+1}$, 则 $R = A^k$, 可达矩阵如下所示:

$$R = \begin{bmatrix} & S1 & S2 & S3 & S4 & S5 & S6 & S7 & S8 & S9 & S10 & S11 & S12 & S13 & S14 & S15 & S16 \\ S1 & 1 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S2 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 & 1 & 1 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S3 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S4 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S5 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S6 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S7 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S8 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S9 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S10 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S11 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S12 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 \\ S13 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 0 & 1 & 0 & 0 & 0 \\ S14 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 \\ S15 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 \\ S16 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 1 & 0 & 0 & 0 & 1 & 1 & 0 & 1 & 1 & 1 & 1 \end{bmatrix}$$

3.3. 分解可达矩阵并进行层次级别划分

在可达矩阵基础上，分解可达矩阵得到第一层元素集合 $L1 = \{S4, S5, S6\}$ 、第二层元素集合 $L2 = \{S1, S7, S9, S11, S13\}$ 、第三层元素集合 $L3 = \{S3, S8, S10, S12\}$ 、第四层元素集合 $L4 = \{S2, S14, S15, S16\}$ ，详细内容见表 2、表 3。

Table 2. Reachable set and antecedent set and their intersection table

表 2. 可达集合与先行集合及其交集表

编码	可达集合 $R(S_i)$	先行集合 $Q(S_i)$	交集 $A = R \cap Q$
S1	1, 4, 5, 6	1	1
S2	2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 13	2	2
S3	3, 4, 5, 6, 9, 13	2, 3	3
S4	4, 5, 6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	4, 5, 6
S5	4, 5, 6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	4, 5, 6
S6	4, 5, 6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	4, 5, 6
S7	4, 5, 6, 7	2, 7	7
S8	4, 5, 6, 8, 9, 13	8	8
S9	4, 5, 6, 9	2, 3, 8, 9, 12	9
S10	4, 5, 6, 10, 13	10, 14, 15, 16	10
S11	4, 5, 6, 11	11, 14, 15, 16	11
S12	4, 5, 6, 9, 12	12	12
S13	4, 5, 6, 13	2, 3, 8, 10, 13, 14, 15, 16	13
S14	4, 5, 6, 10, 11, 13, 14, 15, 16	14, 15, 16	16, 14, 15
S15	4, 5, 6, 10, 11, 13, 14, 15, 16	14, 15, 16	16, 14, 15
S16	4, 5, 6, 10, 11, 13, 14, 15, 16	14, 15, 16	16, 14, 15

备注：迭代次数为 4 次。

Table 3. Hierarchical decomposition

表 3. 层次分解

层级	要素
第 1 层(顶层)	S4, S5, S6
第 2 层	S1, S7, S9, S11, S13
第 3 层	S3, S8, S10, S12
第 4 层(底层)	S2, S14, S15, S16

3.4. 构建层次递阶结构图

通过表 2、表 3 可以构建出老年人主动健康影响因素的解释结构模型，如图 2 所示：

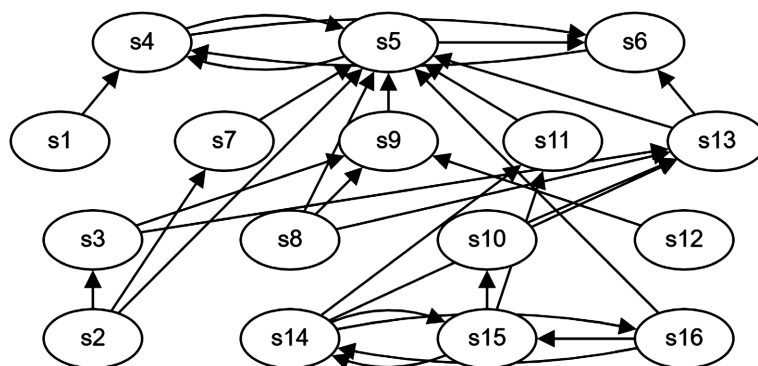


Figure 2. The explanatory structure model of the factors affecting active health of the elderly
图 2. 老年人主动健康影响因素间的解释结构模型

3.5. 解释结构模型分析

由图 2 可以看出，老年人参与社区互助养老意愿影响因素体系是一个由表层因素、中层因素、深层因素互相影响的多层系统。

3.5.1. 表层直接影响因素

表层影响因素对老年人主动健康有直接性关系，主要涉及老年人的个体层面，包括老年人现有健康状况、健康生活方式、自我效能感因素。当老年人当前健康状况存在问题时，他们更倾向于采取主动健康行为。既往的健康状况可能会激发他们追求健康状态的意愿，促使他们采取更多的健康保健措施，以改善他们的健康水平。老年人的日常生活方式对其整体健康起着至关重要的作用。采用健康的生活方式，如均衡的饮食、适度的运动、足够的睡眠等，能够对老年人的身体健康产生积极影响。这些健康生活方式可能通过降低慢性疾病的风险、提高免疫力等途径，直接促进老年人的主动健康。自我效能感是指个体对自身能够成功完成某项任务的信心感。在健康背景下，老年人对自己能够采取措施来改善或维护自己的健康状况的信心，将直接影响他们是否采取主动的健康行为。高自我效能感的老年人更可能参与健康促进活动，积极应对健康挑战。个体层面的因素相互交织，共同直接影响着老年人的主动健康意愿与行为。老年人的健康状况、生活方式和自我效能感相互作用，形成了一个综合的影响网络，对其主动健康产生直接的影响。在健康促进和干预方案中，考虑并强调这些因素是非常重要的。

3.5.2. 中层间接影响因素

中间层影响因素对老年人主动健康具有间接性的影响，主要涉及个体、人际、社区、机构四个层面。其中，年龄对现有健康状况有影响，家庭医生服务对自我效能感有影响，中间层影响因素中的朋友参与、家庭成员支持、宠物饲养、健康基础设施建设、环境安全性对老年人的生活方式具有影响，除此之外，受教育程度、健康政策宣传也对老年人生活方式有一定影响。随着年龄的增长，通常会伴随一些生理和健康上的变化，老年人可能更关注保持健康的生活方式，例如适度的运动和饮食。定期的医疗服务和建议可以帮助老年人更好地管理自己的健康，增强他们的自我效能感，使其更有信心采取积极的生活方式。朋友参与等社交互动对老年人的心理健康和生活满意度至关重要，家庭支持可以在生活方式改变的过程中提供实质性的支持和激励，宠物可以提供陪伴和情感支持，对老年人的心理健康有积极影响。良好的基础设施可以促进老年人的身体活动和社交参与，安全的生活环境对老年人的生活方式至关重要，可以预防意外伤害，教育水平通常与个体对健康信息的理解和接受能力相关，也可能影响其采取健康生活方式的意愿，有关健康的政策和宣传可以提高老年人对健康的认知，激发他们采取积极的生活方式。

3.5.3. 深层根本影响因素

深层影响因素对于老年人主动健康具有决定性影响,涉及个体机构、政策三个层面中的受教育程度、各机构指导力度、政策设计、健康政策宣传因素。受教育程度影响经济状况从而对生活方式、自我效能感产生影响最终影响老年人主动健康。政策、机构各机构作为老年人主动健康而言是最深层次的影响,机构提供的定期的健康检查、康复服务、社交活动等可以帮助老年人更好地适应生活变化和 health 挑战;政府的健康政策设计,包括老年人的医疗保障、长期照护政策等,可以提供老年人所需的健康服务和支持,通过宣传活动传递有关健康政策的信息,鼓励老年人参与预防保健、积极治疗,可以提高老年人对健康问题的认知,激发他们主动关注和维护健康。

4. 老年人主动健康影响因素的影响力分析

由于老年人主动健康影响因素的各指标重要性不同,所以在确定指标和层级划分之后,需要对每个指标赋以合理的权重。本文将采用层次分析法(AHP)来确定各项权重。层次分析法是上世纪 70 年代由萨蒂教授提出的,将经验判断与定量方法相结合,将复杂的系统通过层次分解、成对比较的方式进行简化处理。

4.1. 建立指标体系并确定判断矩阵标度

以老年人参与社区互助养老意愿影响因素的层次结构(见图 2)作为指标体系,采用 Satty 教授的 1~9 及其倒数的标度法来表示各影响因素间两两比较的重要程度。标度取值具体内容见表 4。

Table 4. Judgment matrix scales and their meanings

表 4. 判断矩阵标度及其含义

标度 B_{ij}	含义
1	两因素对比之下同样重要
3	两因素对比,任一因素比其余因素稍微重要
5	两因素对比,任一因素比其余因素明显重要
7	两因素对比,任一因素比其余因素非常重要
9	两因素对比,任一因素比其余因素极端重要
2, 4, 6, 8	上述相邻评估的中间值
倒数	若因素 i 跟 j 对比可得 B_{ij} , 则因素 j 跟 i 对比可得 $B_{ji} = 1/B_{ij}$

4.2. 构造判断矩阵并进行层次单排序及一致性检验

在综合各专家观点的基础上,将上层级相应的影响因素视为评价的基本准则。对于每一相邻层次的元素采用两两比较的方法,使用 1 到 9 的标度,确定它们之间的相对重要性。将两两比较的结果填入判断矩阵中。每个判断矩阵的元素 (i, j) 代表第 i 个元素相对于第 j 个元素的相对权重。随后,对于每个判断矩阵,计算其权重向量,通过求解判断矩阵的最大特征根 $\lambda_{\max} = \frac{(AW)_i}{nWi}$, 根据判断矩阵的阶数为选择相应 RI (见表 5), 进行一致性检验。观察一致性比率(CR)是否满足 $CR < 0.1$ 的标准。当满足 $CR < 0.1$ 时,认为通过了一致性检验。否则,需要重新调整矩阵。一致性检验公式如下:

$$CI = \frac{\lambda_{\max} - n}{n - 1} \quad CR = \frac{CI}{RI}$$

Table 5. Average randomized consistency indicators**表 5.** 平均随机一致性指标

阶数	RI	阶数	RI
1	0	6	1.24
2	0	7	1.32
3	0.58	8	1.41
4	0.9	9	1.45
5	1.12		

4.3. 进行层次总排序并计算综合权重

计算某一层次所有因素对于最高层(总目标)相对重要性的权值,称为层次总排序。根据综合权重的取值,按照降序的方式进行排序,从而得到各个影响因素指标综合权重的排序结果(见表 6)。

Table 6. Comprehensive weight ranking of influencing factor indicators**表 6.** 影响因素指标综合权重排序

编码	备选方案	权重	排序
S8	家庭成员支持	0.1612	1
S6	自我效能感	0.1285	2
S4	现有健康状况	0.0934	3
S10	医疗资源分布	0.09	4
S7	朋友参与	0.0887	5
S16	健康政策宣传	0.0881	6
S5	健康生活方式	0.0639	7
S11	健康基础设施建设	0.0515	8
S13	家庭医生服务	0.0495	9
S3	经济情况	0.0492	10
S9	宠物饲养	0.0488	11
S2	受教育程度	0.0223	12
S15	政策设计、实施、监督	0.022	13
S12	环境安全性	0.0197	14
S14	医疗、教育、体育机构指导力度	0.0124	15
S1	年龄	0.0109	16

在影响因素指标综合权重排序表中可以看出,老年人主动健康的影响因素中家庭成员支持、自我效

能感、现有健康状况、医疗资源分布、朋友参与等因素是最重要的。家庭成员支持的影响更为深远，其综合权重高于其他影响因素。

5. 研究结论与建议

5.1. 研究结论

针对老年人主动健康众多且复杂的影响因素，本文从老年人个体、人际、组织、社区及政策五个方面，构建老年人主动健康影响因素指标体系，运用 ISM 模型将影响因素指标分为表层、中层、深层因素。其中，老年人现有健康状况、健康生活方式、自我效能感因素为表层因素，最直接影响老年人主动健康意愿。年龄、经济情况、朋友参与、家庭成员支持、宠物饲养、医疗资源分布、健康基础设施建设、环境安全性、家庭医生服务为中层因素，与表层因素相比直接性降低，但影响更为深远。医疗教育体育机构指导力度、政策的设计实施监督、健康政策的宣传因素为最深层因素，在此体系中为影响老年人主动健康的最根本、最深层的因素。深层因素的重要性在于它们不仅可以直接影响老年人的健康行为，还能通过引导整个体系，产生更为深远和全面的影响。在制定政策和干预措施时，理解和考虑这些深层因素是至关重要的。通过运用 ISM 和 AHP 模型，可以厘清各要素层次结构及综合权重。因此，老年人主动健康的推行过程中，提出建议如下。

5.2. 建议

第一，国家机关需要完善法律制度保障、完善基本民生保障，为人民做好兜底服务，给予个体更多健康信心，深层激发老年人主动健康意愿。国家机关需要持续不断地完善法律制度，以更好地保障人民的权益。特别是在医疗、教育等基本民生领域，应加强政策制度建设，确保每个个体都能够享受到公平而有质量的服务。只有通过为个体提供全方位的兜底服务，我们才能在社会层面为人们建立更为可靠的支持体系，从而增加人们对健康和未来的信心。

第二，确保社会的经济运行和实现高质量发展是促进人们拥有本体性安全感的基础。我们需要关注并加强经济的稳健发展，通过提高全体人民的收入水平、创造更多的就业机会以及促进产业升级，使人们在社会发展的过程中获得实实在在的经济安全感。这种经济安全感不仅是物质上的，更是对未来的信心和对个体价值的认同。

第三，社会健康素养需要提升，通过传递健康观念，形成良好的道德伦理，传承优秀传统文化，实现从话语意识到理性化转变。塑造积极向上的道德伦理和传承优秀传统文化将发挥关键作用。通过对健康的正确认知，人们将更加理性地对待自己的生活方式和健康行为，从而形成积极的生活态度。社会的健康观念不仅仅是理性认知，还涉及到文化传承和社会伦理的建设。通过弘扬健康的文化理念，我们可以激发社会的积极能量，引导人们追求健康的生活方式。传承优秀传统文化是这个过程中的一项重要任务，因为文化是人们行为的潜在驱动力。通过弘扬传统文化中注重健康的价值观，我们可以促使社会从话语意识到理性化的转变，使健康成为社会生活的一部分。

第四，可以适当发挥代际互动、朋辈群体作用，朋辈代际带来的安全感信任感是政府政策难以达到的，因此对主动选择健康生活方式也会有良好的效果。代际互动和朋辈群体所带来的安全感和信任感往往是政府政策难以直接实现的。朋辈群体有着独特的社会影响力，他们之间的互相支持和经验分享对于个体的健康意识和行为形成有着积极的影响。通过鼓励人们在社交渠道中分享健康生活方式的经验和理念，社会可以形成积极的氛围，促使更多人选择主动追求健康[7]。

综上所述，通过社会系统的不断互动，在全社会建立起健康的文化氛围，老年人在日常生活中真正发挥主体对于健康的能动性。建设一个积极、健康的社会需要政府、社会组织、个体等多方共同努力形

成合力，推动社会朝着更加健康、平等、可持续发展的方向发展，全方位全周期保障老年人身心健康，推动我国主动健康的进步和发展，早日实现全民健康。

参考文献

- [1] 马克思. 德意志意识形态[M]. 北京: 人民出版社, 2018.
- [2] 齐元涛, 柳言, 杜金, 等. 基于健康生态学模型的我国老年人慢性病共病影响因素研究[J]. 中国全科医学, 2023, 26(1): 50-57.
- [3] 党俊武. 构建适应老龄社会的“主动健康观” [J]. 老龄科学研究, 2021, 9(2): 1-10+50.
- [4] 罗钟, 王世强. 社会生态学理论视角下我国老年人身体活动促进的现实困境与推进路径[J]. 福建体育科技, 2023, 42(1): 54-59.
- [5] 赵梦, 徐梦圆, 赵忠涛, 等. 大学生主动健康影响因素重要性度量及调节效应研究[J/OL]. 中国全科医学, 2023: 1-7. <https://link.cnki.net/urlid/13.1222.R.20230902.1212.002>
- [6] 白思俊. 系统工程导论[M]. 北京: 中国电力出版社, 2014: 75-80.
- [7] 张倩倩, 金花, 史晓晓, 等. 我国主动健康的实施现状及对各责任主体实施策略的建议[J]. 中国全科医学, 2022, 25(31): 3923-3927+3932.