

# 基于健康生态学视角下老年人健康老龄化影响因素的研究进展

乔欣悦, 李艳\*, 吕梦婷, 李欣悦, 李欣怡, 肖恺余, 陈佳, 黄强

湖北医药学院护理学院, 湖北 十堰

收稿日期: 2026年1月4日; 录用日期: 2026年1月27日; 发布日期: 2026年2月6日

## 摘要

阐述健康老龄化水平不足的现状, 概括健康生态学模型在健康老龄化中的应用、影响因素、对未来研究方向进行综述, 旨在为今后制定科学有效健康老龄化干预策略提供借鉴指导, 从而推动老年群体健康老龄化水平的提升。

## 关键词

健康生态学模型, 健康老龄化, 影响因素, 综述

# Research Progress on Influencing Factors of Healthy Aging in the Elderly from the Perspective of Health Ecology

Xinyue Qiao, Yan Li\*, Mengting Lyu, Xinyue Li, Xinyi Li, Kaiyu Xiao, Jia Chen, Qiang Huang

School of Nursing, Hubei University of Medicine, Shiyan Hubei

Received: January 4, 2026; accepted: January 27, 2026; published: February 6, 2026

## Abstract

This paper elaborates on the current situation of insufficient health aging level, summarizes the application, influencing factors and future research directions of the health ecology model in health aging, and conducts a review of these aspects. The aim is to provide reference and guidance for

\*通讯作者。

**文章引用:** 乔欣悦, 李艳, 吕梦婷, 李欣悦, 李欣怡, 肖恺余, 陈佳, 黄强. 基于健康生态学视角下老年人健康老龄化影响因素的研究进展[J]. 护理学, 2026, 15(2): 166-173. DOI: 10.12677/ns.2026.152049

**formulating scientific and effective health aging intervention strategies in the future, thereby promoting the improvement of the health aging level of the elderly population.**

## Keywords

**Health Ecology Model, Healthy Aging, Influencing Factors, Review**

Copyright © 2026 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

健康老龄化是指维持个体所需功能能力的过程，最大限度地发挥内在能力和功能，从而保障老年人的生活质量[1]，是改善老年人口健康水平和稳定老龄社会与可持续发展的重要指征和预测指标[2]。据联合国发布的《2019年世界人口老龄化》表明，老年人口规模和比重持续扩大，到2050年，65岁及以上老年人口将达到全球总人口的六分之一[3]，我国老年人口比例将达到37.8%，成为老年人口比例最高的国家之一[4]。2021年，我国从老龄化社会迈入老龄社会新阶段，表明老龄化已成为一个普遍社会现象[5]，为此实现健康老龄化不容忽视。《中国健康老龄化发展蓝皮书》[6]明确提出健康老龄化是我国积极应对人口老龄化的国家策略和长期战略任务。相关研究表明，个人、家庭和社会的发展与其健康老龄化水平密切相关，提升健康老龄化水平可改善老年人的生命质量和健康结局[7]。既往研究者从不同方面分析健康老龄化的影响因素，但缺乏系统全面的总结概述。因此，本文基于健康生态学理论，从个人特质、心理行为特征、人际关系网络、生活工作条件、政策环境5个层面多维度地探讨老年人健康老龄化的影响因素，以期为开展有关健康老龄化的相关研究提供新思路。

## 2. 健康老龄化水平不足

随着人口老龄化问题的加速演进，老年人在社会发展进程中逐渐成为弱势群体，老年健康问题日益凸显，老年人的身体健康状况不仅关系到个人生活质量，更对助力积极应对人口老龄化和“健康中国建设”的国家策略具有重要的影响。

学者 Hye Jin Kim [8]对2960名65岁及以上老年人进行为期8年的纵向研究，研究结果显示，符合严格定义的健康老龄化标准者占比仅为4.7%。Bongjeong Kim [9]对韩国73942社区老年人调查结果显示，其中有27.1%的老年人在生物医学和社会心理学领域达到了全面成功老化。国外学者 Han Song-Yi [10]调查发现，子女关系并不会对老年人的成功老化产生影响，这表明二者的关系已逐渐转变为一种独立的关系，但最终成功老化比率仅为19.56%。

刘慧君[2]研究结果显示，2014~2020年期间中国健康老龄化水平呈稳步上升趋势，但省际差异、城乡差距以及区域不平衡问题仍制约其整体发展，导致我国整体健康老龄化水平仍处于低位。王雪辉[11]发现我国健康老龄化水平整体处于偏低层次，超过半数的老年人存在健康风险。郭雪琪[12]调查结果显示，发现60.7%的养老机构老年人认为自身健康状况较差，且随着年龄的增长呈现上升趋势。翟晏一[13]在研究农村老年人成功老龄化的影响因素，结果显示，成功老龄化实现程度整体偏低，仅有6.79%的老年人处于成功老龄化水平。

因此，上述国内外研究现状表明，提升老年人健康老龄化水平至关重要，为改变健康老龄化水平不足的现状，有必要深入剖析其原因，以制定多层次的干预策略，推动健康老龄化战略目标的实现。

### 3. 健康生态学模型在健康老龄化中应用

健康生态学是健康管理及行为干预的一种新途径，在不同人群的健康促进中发挥积极作用，但少有学者围绕健康生态学理论探究健康老龄化影响因素研究。王娜[14]结合我国严峻的老龄化和空巢化形势，应用健康生态学理论研究空巢老年人的健康老龄化水平，整合影响健康老龄化的多维度的潜在因素，结合空巢老年人的自身特异性提出系统性的应对策略，研究结果对于改善老年人的晚年生活质量，促进我国老年事业的发展具有重要的指导意义。在当前的研究中，多数关于健康老龄化的研究主要集中在单一因素的影响，而较少从整体生态系统的角度去分析健康老龄化影响因素，健康生态学理论在健康老龄化中的应用存在空白。

## 4. 基于健康生态学分析健康老龄化影响因素

健康老龄化受到多重因素的影响，本文围绕健康生态学的五个层次探讨健康老龄化的影响因素，现通过文献回顾将其总结如下。

### 4.1. 个人特质层

#### 4.1.1. 年龄

年龄是影响健康老龄化水平的关键因素。郭雪琪表明高龄会导致老年人健康老龄化水平降低[12]。一项研究发现，年龄越大，老年人的生理指标及社会适应能力逐渐衰退；相反，低龄老年人身体健康状况和自我照顾能力相对较好，从而一定程度影响健康老龄化整体水平[15]。因此，社会应加强对高龄老年人健康管理，探索提升高龄老年人健康老龄化的具体有效的干预方法。

#### 4.1.2. 性别

不同学者认为性别对健康老龄化的研究结果存在差异。杨佳佳发现老年人健康老龄化水平无性别差异[16]。但蒋俊佳[17]研究结果显示，与男性相比，女性处于健康弱势状态，这可能与性别差异导致社会参与机会不平等有关[18]。因此，性别与样本特征、健康测量维度、社会参与机会差异导致结果分歧有关，性别是否影响健康老龄化水平有待进一步研究。

#### 4.1.3. 民族

民族是健康老龄化的独立影响因素，但目前关于民族对老年人健康老龄化影响的研究较少。周丽对延吉市 328 例老年慢性病患者成功老龄化现状进行了调查，结果显示，朝鲜族老年患者成功老龄化水平低于汉族[19]，其原因可能与朝鲜族的大量年轻人外出工作，使老年人处于留守、空巢化状态，遭受疾病的缠身又缺乏子女的陪伴导致其心理问题增加有关[19]。因此，未来研究可纳入民族因素，深度剖析其对老年人健康老龄化的影响。

#### 4.1.4. 自评健康状况、慢性病种类

自评健康状况是老年人对自身健康状态的主观评价，与老年人的健康结局密切相关，也是客观死亡率的预测指标[20]。自评健康状况与患慢性病种类共同影响老年人健康老龄化水平[21]。雒敏的研究显示，患病种类  $\geq 3$  种其老年人健康老龄化水平低于患病种类  $< 2$  种的老年人[22]，其原因为患病种类越多，个体躯体功能能力下降导致老年人对自身健康状况评价产生消极影响，进而老年人心理负担和经济负担加重[23]，形成恶性循环，严重阻碍老年人实现健康老龄化，这与 Pashaki 的研究结果一致[24]。但未来研究需结合疾病的严重程度、多重患病的具体模式、长期共病等因素进行分析，以准确描述其对健康老龄化的变化。

## 4.2. 心理行为特征层

### 4.2.1. 心理状态

心理因素作为缓冲变量，是影响健康老龄化最大的负面因素之一[12]。相关研究发现，86.89%养老机构老年人会出现不同程度焦虑、抑郁的情绪，心理问题对老年人的健康行为和生活质量造成影响，进而影响其健康老龄化水平[25]。因此，医务人员和家属进行长期评估、跟踪随访，及早发现老年人心理状况的变化，鼓励老年人用积极方式进行自我调整，促进老年人身心健康，提高健康老龄化水平。

### 4.2.2. 睡眠

睡眠与健康老龄化水平存在关联。孙宏的研究表明，与每日睡眠时间  $> 10$  小时或  $< 6$  小时老年人相比，每日睡眠时间在 6~10 小时的老年人成功老龄化概率最高[13]。由此可知，睡眠过度或者睡眠不足会影响老年人精力和身心功能，适度睡眠时间有助于保持最佳精神状态而影响成功老龄化的实现[26]。因此，研究者应全面评估老年人睡眠的时长、质量、结构等基础上，制订提升睡眠的干预措施，从而有效改善老年人睡眠情况，以提高健康老龄化水平。

### 4.2.3. 运动

翟晏一的研究发现，每日坚持运动的老年人实现健康老龄化概率较高[13]。体育运动有助于减轻由年龄引起身体机能的衰退，缓解应激反应、对老年人心理健康起到促进作用[27]。因此，鼓励老年人养成良好的运动习惯，包括运动方式、运动强度、持续时间及频率等，让其认识正确的运动习惯的重要性，并长期坚持，进而提升健康老龄化水平。

### 4.2.4. 吸烟、饮酒

吸烟和饮酒作为生活方式因素，是健康老龄化的重要预测因素[28]。Hernando Santamaria 的结果显示，吸烟和饮酒对健康老龄化具有负面影响，其在低收入到中等收入的国家中更为突出，而在高收入的国家中影响较小，表明吸烟和饮酒对健康老龄化的负面影响可能与社会经济地位有关[29]。Bongjeong Kim 表明，吸烟与健康老龄化呈负相关，即吸烟会降低实现健康老龄化的概率[30]。国外学者 Nathalie Atallah 则表明饮酒与健康老龄化之间的关系不明确，这与韩国学者 Bongjeong Kim 的研究结果一致[30]，这可能与研究设计有关，同时研究中没有包含大量饮酒者[31]，同时饮酒模式定义、社会经济地位、文化背景差异造成结论不一致。因此，未来研究需要更细致地探讨吸烟和饮酒模式与健康老龄化之间的关系。

### 4.2.5. 体检

体检对健康老龄化具有重要作用。张海茹的研究报道，体检次数、频率越高老年人健康老龄化水平越好，这可能与体检可以及时发现老年人身体潜藏的健康隐患，使医务人员可以为老年人及时诊治，从而将健康风险降到最低限度有关[25]。但部分老年人自我健康意识薄弱，提示医务人员应将这类人群作为重点关注对象，通过多种方式引导老年人自发地对其健康行为做出有益的改变，提高老年人的健康老龄化水平。

## 4.3. 人际网络层

### 4.3.1. 家庭关怀度

家庭关怀度是老年人健康老龄化的预测因素。张亚超的研究表明，家庭关怀度越高的老年人健康老龄化水平越高[32]。可能与受传统家庭观念的影响，老年人倾向于子女养老，大多数老年人将子女作为家庭关怀的主要提供者[33]，且较高家庭关怀度使老年人获得充分情感支持和自我效能感[34]。表明良好的家庭关怀度对老年人健康老龄化具有促进作用。

### 4.3.2. 社会支持

社会支持在健康老龄化中作用凸显，如以邻居、朋友为中心的社会支持网络。吴凡[7]研究发现以朋友为中心的社会支持比家庭成员支持更能促进老年人健康，这与社会的变迁和家庭结构的小型化，空巢化现象加重。因此，在未来需要进一步研究家庭、社会支持与老年人健康老龄化的潜在关系。由于以家庭为中心的社会支持资源是有限的，在老年人健康老龄化的进程中，积极建立邻居和朋友亲密日常的社会网络关系，通过多种形式建立稳定的人际关系以提高老年人健康老龄化水平。

### 4.3.3. 婚姻状况、居住方式

配偶的支持是老年人晚年非正式支持的主要来源[35]，是影响健康老龄化的重要因素之一。研究表明，已婚的老年人健康老龄化水平高于分居、离婚或丧偶状态的老年人[36]，同时，独居老人的健康老龄化水平低于已婚与配偶同住的老人[37]。这与随着年龄的增加，老年人行动能力逐渐衰退，老年人更倾向于寻求有意义的亲密关系，而配偶可以为老年人提供情感支持、生活照料和社交互动等有关[30]，但与赵晓航的研究结论不一致[38]。因此，政府和相关部门应重点关注无配偶、独居的老年人，鼓励积极参与多样化社交活动，帮助其培养面对老龄化的积极态度，以促进其身心健康，进而提升其健康老龄化水平。

### 4.3.4. 居住地

不同的居住地对老年人健康老龄化存在不同影响。穆滢潭[39]认为居住在农村地区的老年人健康老龄化水平低于城市地区的老年人。这主要由于农村的经济水平滞后，健康教育普及和医疗公共卫生服务的可及性相对有限，而在城市居住的老年人医疗资源以及对人口老龄化健康知识的认识均领先于农村老年人[40]。因此，相关部门应优化农村医疗资源，通过多元化渠道广泛传播健康老龄化知识，增强农村老年人健康意识，逐步缩小健康老龄化城乡差距。

## 4.4. 生活工作条件层

### 4.4.1. 文化程度

文化程度是老年人健康老龄化的一项影响因素。王荣华研究显示，在农村群体中高中及以上学历与低学历的老年人相比，积极老龄化水平更高[41]，原因可能与文化程度高有助于提高老年人信息获取能力，对获得的健康知识进行合理利用，文化程度低则无法有效理解健康知识，导致健康素养、健康认知水平存在不足[12]，进而影响健康老龄化水平，与张建阁[42]研究结果一致。因此，应该对不同文化程度的老年人制定针对性举措，帮助低学历老年人理解健康知识，提升健康老龄化水平。

### 4.4.2. 收入水平

收入水平是老年人健康老龄化独立影响因素。多项研究均显示[30][37][43][44]，收入水平与老年人健康老龄化水平呈正向关系，收入水平越高，实现健康老龄化可能性越高。究其原因与高收入水平的老年人更有条件进行健康管理并利用医疗卫生服务获取健康保障[45]。因此，政府应加强对低收入水平老年人制定针对性的经济扶持方案，以保证健康老龄化水平提升。

### 4.4.3. 职业

既往职业及不同职业状态对老年人健康老龄化水平存在差异。由于身体健康状况差异以及遵循国家法定退休年龄规定，大部分老年人处于退休状态，然而，从事自由职业和农业活动的低龄老年人等，仍处于在职状态[18]。韩国学者表明，有工作的老年人比无工作的老年人更有可能实现成功老龄化，这与有工作的老年人在经济收入、社会参与等方面具有优势[30]。周永兵[18]的研究报道，经济水平较好的农民健康老龄化水平高于经济水平较低的农民，这与物质生活及医疗卫生资源受限导致健康老龄化水平下降有关。这可能与职业类型与经济水平交互作用、工作性质、样本地区差异导致结果不同。因此，既往职

业及不同职业状态与其他因素交互影响健康老龄化水平，未来有待深入探究。

#### 4.5. 政策环境层

政策环境对老年人健康老龄化影响的相关研究较少，目前主要研究医疗费用的支付方式、养老保险对老年人健康老龄化的影响。翟晏一的研究结果显示，有养老保险的老年人实现健康老龄化概率高于没有养老保险的老年人[13]。周佳[43]的研究则表明，城市职工医疗保险与成功老龄化存在关系，但城乡居民医疗保险、新型农村合作医疗与无医疗保险相比无统计学差异，其原因可能与城市职工医疗保险相比其他保险报销比例较高有关。因此，医疗费用的支付方式、养老保险对健康老龄化影响尚无定论，未来需进一步研究。

### 5. 健康生态学在健康老龄化的未来研究方向

由于健康老龄化涵盖多个方面，提高老年人实现健康老龄化可以个人、家庭和社区三方入手，强化老年人的健康主体意识，提升其健康自我管理能力，做到疾病早发现、早预防、早干预。借助家庭正向引导，帮助老年人树立健康观念，鼓励其主动参与各类健康活动；同时发挥社区平台支撑作用，实现个人、家庭、社区协同发展，共同推进老年人实现健康老龄化。并从生命早期关注并实施综合干预策略，构建完善的健康老龄化支持体系，为促进个体在全生命周期实现健康老龄化。

现有调查性研究存在一定局限性，无法跟踪老年人不同时期健康老龄化的动态发展的过程，未来应开展纵向研究，揭示健康老龄化的发展轨迹以及不同因素对健康老龄化结局的影响。国内外的研究多为关注传统的老年群体，缺乏对患有各种慢性疾病的老年人健康老龄化的研究，未来的研究应扩大研究对象的范围，编制适用于慢性病患者健康老龄化的特异性的评估工具，探索不同人群之间的健康老龄化水平。

### 6. 小结

综上所述，健康生态学理论为健康老龄化的研究提供一个综合性视角，老年人个体、心理行为、人际关系网络、生活工作以及政策环境对健康老龄化造成一定的影响。但未来随着时间推移，老年人健康老龄化的相关影响因素是否会发生变化仍需进一步证实。未来需要在当前研究基础上扩大健康老龄化研究范围、创新研究工具、探索变化轨迹等，早期从多维度制定干预措施，以期形成全面的健康老龄化防治策略，促进老龄化事业的高质量发展。

### 基金项目

2023 年度湖北省教育厅哲学社会科学研究重点项目(23D104)；湖北医药学院 2024 年大学生创新训练计划校级项目(X202410929057)。

### 参考文献

- [1] Rudnicka, E., Napierała, P., Podfigurna, A., Męczekalski, B., Smolarczyk, R. and Grymowicz, M. (2020) The World Health Organization (WHO) Approach to Healthy Ageing. *Maturitas*, **139**, 6-11. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2020.05.018>
- [2] 刘慧君, 吴鹏. 中国健康老龄化水平的动态演进及服务效能驱动研究[J]. 人口学刊, 2025, 47(1): 94-112.
- [3] Zhang, W., Huang, Q., Kang, Y., Li, H. and Tan, G. (2023) Which Factors Influence Healthy Aging? A Lesson from the Longevity Village of Bama in China. *Aging and disease*, **14**, 825-839. <https://doi.org/10.14336/ad.2022.1108>
- [4] 杜鹏, 李龙. 新时代中国人口老龄化长期趋势预测[J]. 中国人民大学学报, 2021, 35(1): 96-109.
- [5] 杜鹏. 中国人口老龄化现状与社会保障体系发展[J]. 社会保障评论, 2023, 7(2): 31-47.

- [6] 中国卫生经济学会老年健康经济专委会. 《中国健康老龄化发展蓝皮书(2023-2024)》发布[J]. 卫生软科学, 2024, 38(9): 95.
- [7] 吴凡, 绳宇. 城市社区老年人健康老龄化现状及相关因素分析[J]. 护理学杂志, 2018, 33(13): 84-87.
- [8] Kim, H.J., Min, K. and Min, J. (2021) Healthy Aging Predicts Mortality Risks: Results from the Korean Longitudinal Study of Aging (2006-2014). *Archives of Gerontology and Geriatrics*, **94**, Article 104333. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2020.104333>
- [9] Cho, M.S. and Kwon, M.Y. (2023) Factors Associated with Aging in Place among Community-Dwelling Older Adults in Korea: Findings from a National Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **20**, Article 2740. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032740>
- [10] Han, S. and Yun, S. (2015) Successful Aging and the Influencing Factors in the Korean Elderly: Focused on Family Support. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, **26**, 372-379. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2015.26.4.372>
- [11] 王雪辉, 沈凯俊. 老年群体健康老龄化的多维评估及影响因素——WHO 最新理论框架在中国的实证探索[J]. 云南民族大学学报(哲学社会科学版), 2021, 38(5): 78-89.
- [12] 郭雪琪, 李慧源, 唐启群, 等. 427 名养老机构高龄老人老化期望现状及影响因素分析[J]. 护理学报, 2022, 29(14): 53-57.
- [13] 翟晏一, 李润楠, 翟文婷, 等. 我国农村老年人成功老龄化现状及影响因素分析[J]. 现代预防医学, 2024, 51(8): 1447-1452+1485.
- [14] 王娜. 基于健康生态学模型的社区空巢老人健康老龄化现状及影响因素研究[D]: [硕士学位论文]. 青岛: 青岛大学, 2022.
- [15] 王凯璐, 刘欢, 邵明, 等. 老年慢性病住院患者成功老龄化现状及其影响因素[J]. 济宁医学院学报, 2025, 48(1): 27-31.
- [16] 杨佳佳. 广场舞老年人群健康老龄化现状及影响因素研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 武汉科技大学, 2022.
- [17] 蒋俊佳, 陈瑛玮, 许吉祥, 等. 基于群组轨迹模型的健康老龄化指数变化轨迹分类及影响因素分析[J]. 老年医学与保健, 2022, 28(5): 973-977.
- [18] 周永兵, 张选弟, 李苗博, 等. 甘肃省积极老龄化现况及影响因素分析[J]. 中国预防医学杂志, 2024, 25(2): 180-185.
- [19] 周丽, 李春玉, 金锦珍. 基于选择、优化和补偿模型理论的老年慢性病患者健康素养、社会支持与成功老龄化的关系研究[J]. 解放军护理杂志, 2020, 37(5): 40-44.
- [20] Wuorela, M., Lavonius, S., Salminen, M., Vahlberg, T., Viitanen, M. and Viikari, L. (2020) Self-Rated Health and Objective Health Status as Predictors of All-Cause Mortality among Older People: A Prospective Study with a 5-, 10-, and 27-Year Follow-Up. *BMC Geriatrics*, **20**, Article No. 120. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01516-9>
- [21] 张怡馨, 吴思艳, 唐欣如, 等. 长沙市岳麓区 415 名社区老年人积极老龄化现状及影响因素分析[J]. 护理学报, 2018, 25(6): 33-36.
- [22] 倪梓涵, 雒敏. 基于安德森模型的中老年人慢性病共病影响因素研究[J]. 中国卫生事业管理, 2024, 41(3): 339-343.
- [23] Apostu, S., Vasile, V. and Sava, V. (2021) Do Cardiovascular Diseases Significantly Influence Healthy Aging? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **18**, Article 7226. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147226>
- [24] Javadi, P.N., Mohammadi, F., Jafaraghaei, F. and Mehrdad, N. (2015) Factors Influencing the Successful Aging of Iranian Old Adult Women. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, **17**, e22451. <https://doi.org/10.5812/ircmj.22451v2>
- [25] 张海茹, 李茜, 易子涵, 等. 社区老年人积极老龄化水平及影响因素[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(23): 5397-5401.
- [26] 刘香艳, 李蕾, 王燕, 等. 潍坊市养老机构老年人睡眠质量及影响因素调查研究[J]. 中国老年保健医学, 2023, 21(4): 90-93.
- [27] Voss, M.W. and Jain, S. (2022) Getting Fit to Counteract Cognitive Aging: Evidence and Future Directions. *Physiology*, **37**, 197-206. <https://doi.org/10.1152/physiol.00038.2021>
- [28] Wu, H., Wang, Y., Zhang, H., Yin, X., Wang, L., Wang, L., et al. (2024) An Investigation into the Health Status of the Elderly Population in China and the Obstacles to Achieving Healthy Aging. *Scientific Reports*, **14**, Article No. 31123. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-82443-2>
- [29] Santamaría-García, H., Sainz-Ballesteros, A., Hernandez, H., Moguilner, S., Maito, M., Ochoa-Rosales, C., et al. (2023)

- Factors Associated with Healthy Aging in Latin American Populations. *Nature Medicine*, **29**, 2248-2258. <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02495-1>
- [30] Kim, B. (2023) Individual and Environmental Factors Associated with Successful Aging among Korean Older Adults: Multilevel Analysis of Cross-Sectional Nationwide Survey Data. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, **113**, Article 105062. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2023.105062>
- [31] Atallah, N., Adjibade, M., Lelong, H., Hercberg, S., Galan, P., Assmann, K.E., et al. (2018) How Healthy Lifestyle Factors at Midlife Relate to Healthy Aging. *Nutrients*, **10**, Article 854. <https://doi.org/10.3390/nu10070854>
- [32] 郝琳, 赵妍, 武薇, 等. 承德市城市社区老年人健康老龄化测度及影响因素分析[J]. 中国初级卫生保健, 2024, 38(9): 5-9.
- [33] 孙立明, 刘海涛, 罗富兵, 等. 家庭关怀及社会支持对社区老年人积极老龄化的影响[J]. 中国卫生事业管理, 2024, 41(5): 565-569.
- [34] Basnet, R. and Shakya, N. (2023) Factors Influencing Successful Aging among Older Adults. *Journal of Nepal Health Research Council*, **20**, 708-711. <https://doi.org/10.33314/jnhrc.v20i3.4112>
- [35] Chang, H., Wang, X. and Wang, Z. (2024) Latent Profile Analysis of Successful Aging among Empty Nesters in Guiyang, China. *Aging & Mental Health*, **28**, 667-674. <https://doi.org/10.1080/13607863.2023.2265851>
- [36] Tiraphat, S., Kasemsup, V., Buntup, D., Munisamy, M., Nguyen, T.H. and Hpone Myint, A. (2021) Active Aging in ASEAN Countries: Influences from Age-Friendly Environments, Lifestyles, and Socio-Demographic Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **18**, Article 8290. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168290>
- [37] Seo, J., Joo, K., Li, Y., Kim, N., Oh, E., Gansukh, L., et al. (2025) Healthy Aging in Frail Older Adults: Active Aging Project of a National Survey. *International Journal of Nursing Studies Advances*, **8**, Article 100302. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2025.100302>
- [38] 赵晓航, 李建新. 丧偶对中国老年人健康的影响: 社会连结的调节作用[J]. 人口学刊, 2022, 44(1): 58-75.
- [39] 穆滢潭, 龙飞, 原新. 中国老年人健康老龄化的城乡差异及其变迁趋势——基于生命历程和健康公平视角的分析[J]. 人口研究, 2023, 47(4): 82-97.
- [40] 刘昊, 李强, 张杨, 等. 老年人积极老龄观水平及其影响因素研究[J]. 中国卫生事业管理, 2024, 41(4): 449-452.
- [41] 王荣华, 张艳, 张倍倍, 等. 河南省部分农村老年人积极老龄化现状及其影响因素[J]. 解放军护理杂志, 2019, 36(5): 11-15.
- [42] 张建阁, 张艳, 史岩, 等. 郑州市社区老年人积极老龄化现状及影响因素[J]. 中国老年学杂志, 2018, 38(19): 4800-4803.
- [43] Chang, H., Zhou, J. and Wang, Z. (2022) Multidimensional Factors Affecting Successful Aging among Empty-Nesters in China Based on Social-Ecological System Theory. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**, Article 11885. <https://doi.org/10.3390/ijerph191911885>
- [44] 李茜, 易子涵, 张海茹, 等. 628 名社区老年人成功老龄化现状及影响因素分析[J]. 护理学报, 2021, 28(4): 57-61.
- [45] 张亚访, 闻萱, 杨中婷, 等. 不同家庭收入水平对老年人成功老龄化的影响研究[J]. 中国全科医学, 2024, 27(8): 930-935.