

英国民众寿命快速提高 华人健康却令人担忧

不久前,有关医学研究部门分析,英国人口寿命正明显快速提高。目前的英国人中至少将有六分之一能活过百岁。与此同时,本报记者作的调查显示,华人的寿命增长比率远低于英国白人族群,健康问题令人担忧。

英国平均寿命 80.5 岁

英国卫生与热带病学院的里昂斯教授不久前公布了一份人口研究报告,他分析了过去40年英国人口的发展趋势。他指出,英国人口的寿命在过去5年加速上升。

他提供大量数据证明英国人口寿命提高的大方向。他指出:1970年出生的英国人,当时的预期平均寿命只有68.75岁,而2007年出生的预期则达到77.70岁。

英国国家统计局早前公布的一份人口寿命统计报告,进一步验证里昂斯教授的分析。根据国家统计局的数据,2010年英国男性平均能活到78.4岁,女性则能达到82.6岁。

伦敦的肯辛顿和切尔西区的人口寿命是英国最高的。女性平均活到89岁,男性84.4岁;寿命最短的是苏格兰的格拉斯哥城中心,平均女士77.5岁,而男子只有71.1岁。

目前,英国百岁以上的老人达11,800人,超过110岁的则有100多位。有关方面的分析还指出,目前的人口至少有17%也就是一千万人,将活到100多岁。现在年龄在20岁以下的大多将成为百岁老人。

华人平均年龄低四年

英国民众总体寿命提高,并不意味着各个族群都在同步增加。本报记者在过去二个月,采访多个华人健康保健中心、华人社区、中文学校家长和近二百多个华人家庭。得出结论是:英国华人的健康有明显改善,但寿命增长远不如白人族裔。

2001年上一次人口普查统计,全英国有33万华人。最新的十年一次人口普查刚开始,统计数据要到明年出炉。一般估计,眼下英国约有60万华人。

早在1862年就有华人移居英国,但大批迁入始于上世纪70年代。当时港英政府开发新界,征用大批农田,不少当地的农民或地主来英求发展。这批人现在基本上大多三代同堂居住英国,他们的人数约在20万,构成英国华人的主体。

1980年初,越南排华,十几万华人逃离越南,前往香港。后经联合国难民署统一协调,数万华人被接纳到英国安居。这是第二批大规模的华人进入英国。

90年末至2008年,一拨又一拨福建人“爬山涉水”跨洋偷渡到英国,这批人估计不少于10万,他们中有不少已通过各种途径拿到英国永居身份,更多的则是生活在“地下”,非法打工。不管官方和民间如何看待,这批福建人目前是英国中餐业的主要生力军。

余下的就是在过去的 20 年，以公派和自费求学或工签后留在英国的华人，他们大多来自中国大陆。

记者从伦敦唐人街华人中心、伊斯林顿华人社区、伯明翰华心会和英国几个华人健康中心等组织了解到，过去五年去世的 238 名华人平均年龄男的在 72 岁左右，女的在 76 岁。远低于英国白人族群。目前健在的华人中，85 岁以上的屈指可数。

华人不知餐饮是高病职业

众所周知，英国的华人，不管原籍是香港、越南，福建，或是中国其它省份，主要的工种是餐饮。多个华人社团的统计显示，至少有六成以上的华人从事与餐饮有关的工作，总人数在 30 万之多。他们或者是餐馆、外卖店的服务生、大厨、二厨，或者是前台、送餐、打杂等。

世界医学专家每年排列职业病高发名单。过去十年，餐馆厨房一直被列入职业病高发的行业，危害程度仅次于消防员。

中餐一向讲究煎、炒、烹、炸。烹调中产生大量油烟，散布在厨房这个狭小的空间内，随空气侵入人体呼吸道，进而引起疾病。厨师在为人们奉献可口食物的同时，自身的健康却受到伤害。

2010 年中国的研究人员测试了 100 多名厨师呼出气体中的一氧化碳浓度，结果全部一氧化碳含量都明显高于非厨师人群。专家对油烟进行分析，结果检测出 196 种污染物质，其中绝大部分对人体有害。

英国大部分中餐馆、外卖店规模较小，厨房又窄又封闭，经高温烘烤，热量无处散发，厨师有时如在“蒸笼”中作业。太热会导致心率加快，血压升高，大量出汗又造成肾血流量减少，进而使肾功能受损。

餐馆、外卖店的服务生，长时间站立，工作时间通常一周六天，每天站立高达 10 几个小时，人人都患有腰酸背痛。

本报记者采访了 200 多名中餐馆的大厨、二厨和侍应生。他们中有高达 98% 的人不知道餐饮是高危的职业，绝大多数人不了解厨房工作带来的危害。

记者还注意到，除了华人餐饮从业者工作环境较为恶劣，大家的生活习惯比英国白人族群也相差甚远。据了解，有近一半的华人大厨、老板或服务生在辛苦工作 10 多个小时后每周还要打 1、2 次通宵麻将。

他们不但工作时间长，业余休息时间也把自己置于高度紧张的状态。有六成的餐馆员工在下午休息时会光顾赌马店玩上几把。他们去健身房运动，或去跑步锻炼的不到 2%。英国白人族群有高达六成的人每周参加体育锻炼。

华社务必要引起重视

据了解，目前英国华人厨师有几个主要的病症。油烟病，主要特征是食欲减退，有饥饿感，却食之无味，平时饮食很少，但体重逐渐增加，不少厨师体胖腰粗，明显是虚胖。厨房员工常接触油烟，导致慢性气管炎、支气管炎，甚至导致肺癌。

另外，大部分厨师的胃都不好。在正常的吃饭时间，厨师和服务生忙着为客人做菜，或者在不饿时抓紧时间提前吃，或者忙起来常是连误两餐。等到忙完了工作，因为高温和劳累，也没有胃口吃饭了，吃得也很少。长此以往，引起慢性胃炎，便秘，严重者会患上萎缩性胃炎，有的患上脂肪肝、胆囊炎、胆结石。

厨师和服务生的工作需要长时间站立，一天十几个小时下来，常常站得两脚发酸，令下肢血液循环欠佳，导致下肢肿胀甚至于静脉曲张，以及股骨头缺血坏死，所以脚部静脉曲张几乎是每个老厨师的毛病。而不当的站姿会使腰椎过度弯曲而致下背痛，容易引起骨质增生。

记者了解到，英国华人由于不同的背景，决定了他们健康的差异。70年代最早一批搬到英国的香港华人目前普遍年龄在70-80多岁。据一些华人社区的消息，其中的三分之二大多已经过世，而幸存者大多病痛缠身。

80年代初来的越南华侨大多目前已经奔60岁。他们大多仍在餐馆、外卖店的第一线。他们已经在餐馆的高强度的恶劣环境下，工作了近30年，加上步入中老年，抵抗力减弱，病痛正在向他们蔓延。幸运的是这批人来英国时属于难民身份，政府在福利、医疗、英语培训上给他们创造了较好的条件，他们的病痛尚能及时治疗。但是长年累月的艰辛，使他们的健康已经受到伤害，不可能与英国白人看齐。

最糟糕的是近年来的福建人，由于语言和身份的限制，他们绝大多数远离英国国立医疗，而私立医院收费昂贵，他们只能大、小病都硬抗，不到万不得已绝不上医院。这批人担心被抓，被送回中国，长期生活在恐惧、忧虑中，住房环境十分恶劣，往往十几人挤在一间小屋内。他们省吃俭用，时常饱一顿饿一顿。他们年纪多在30-50，但与同年龄比，他们的体质差了很多。他们是华人中最令人担忧的一群。
