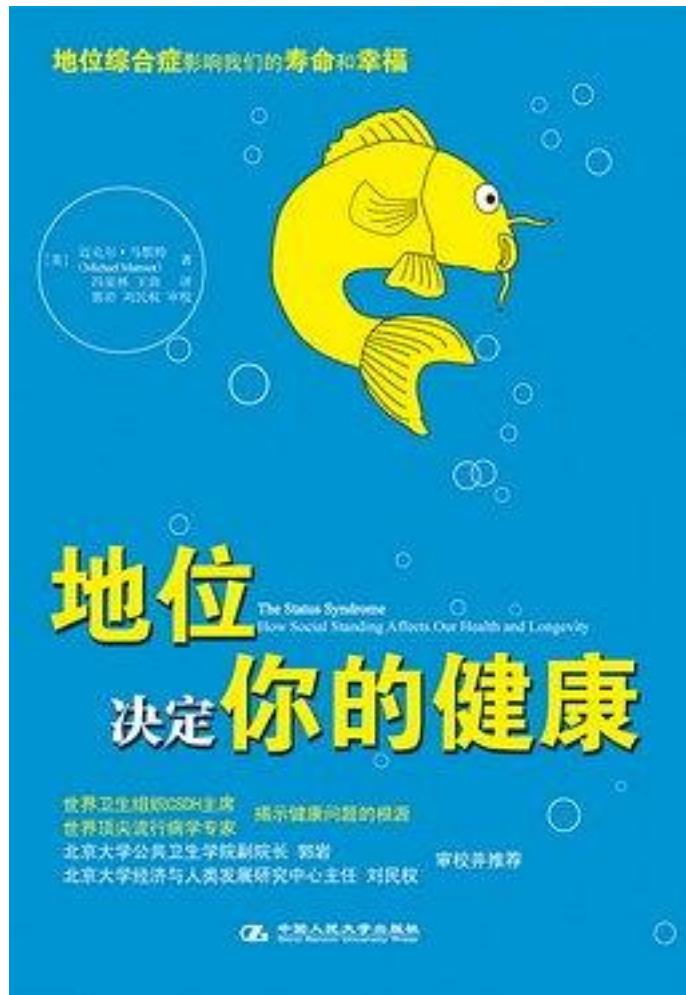


# 地位决定你的健康



[地位决定你的健康\\_下载链接1](#)

著者:迈克尔·马默特

出版者:中国人民大学出版社

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787300086705

为什么社会地位上的最细微的差别，都对健康有着深远的影响？

为什么地位越高的人越长寿？

世界卫生组织CSDH主席、顶尖流行病学家历时三十多年的研究结果，为你揭示健康问题的真正原因！

北京大学公共卫生学院副院长郭岩教授、北京大学经济与人类发展研究中心主任刘民权教授推荐

书中提到一个最重要的概念就是“地位综合症”，这也是原版书的直译原书名。

人们的社会地位有差距，通常判断人们地位高低的依据是职业声望、收入、职位、权力、教育水平等指标。作者的重要发现是，在社会地位的次序中，地位越高的人，他们的健康水平就越高，地位越低的人越容易生病。换句话说，地位决定了一个人的健康水平，健康是顺应一种社会等级的。这个就叫做地位综合症。“地位综合症”贯穿整本书的始终，通过论述金钱、社会中的相对地位、压力、权力、社会关系、孤独、信任、社会凝聚力、家境出生对健康的影响，得出结论：在诸多影响人们健康的因素中，社会地位要比基因，快餐、抽烟等不良生活方式要重要的多。人们所处的社会层次与得病的概率以及寿命长短密切相关，即使人们的社会地位差别很小，地位差异对健康状况的影响也非常巨大，比如，具有博士学位的人比仅具有硕士学位的人寿命长，办公室职员等处于较低社会阶层的公务员比高层的官员更容易得冠心病。

之所以地位高的人更加健康，是因为这些人能够控制自己的工作与生活，自主权比较大，能够参与社会事务，容易获得成就感，拥有社会关系网的支撑，容易受到肯定与尊重，即使他们工作压力大，但是都是自己可以控制的，并能找到更多的支持和排遣的渠道。而地位较低的人多会出现“无助感”，工作对他们的需求很多，但是自己在工作中能做的决定却很少，自主的空间很小，社会资源也很少，生活的社区环境、家庭环境也不好，还会产生相对剥夺感、不平衡的心理，同时，爱、信任、归属感等幸福体验比较欠缺，这都是致病的健康杀手。

该书的附录还从税收、教育、就业、住房与环境、交通与污染、母亲孩子和家庭等方面，给公共决策者一些消除健康不平等的具体建议。

作者介绍：

迈克尔·马默特 (Michael Marmot)

WHO “健康问题社会决定因素委员会”主席。伦敦大学学院卫生和社会国际中心主任兼流行病学和公共卫生教授。欧洲科学院副院长，RAND卫生咨询委员会委员和医学研究院外籍院士。

在过去30年里，他一直站在研究卫生不平等现象的最前沿，是著名的“白厅研究”的首席研究员。他曾获得2004年巴尔赞 (Balzan) 流行病学奖，并因对流行病学的服务和对卫生不平等现象的理解，于2000年被英国女王封为爵士。

目录：

[地位决定你的健康 下载链接1](#)

## 标签

健康

社会学

心理学

心理

地位

幸福學

社会性

人性

## 评论

阿兰·德伯顿：“生活就是用一种焦虑代替另一种焦虑，用一种欲望代替另一种欲望的过程。”

---

: R161/7162

---

基本是社会学，理论比较多，不是我的菜。

---

一声叹息 ( 3 ) ,

无论如何一定要有钱

大实话系列。

地位综合症：健康的社会分层。阶层不平等——可行能力不平等，包括自治（对生活的控制）与社会参与——二者的缺乏导致健康恶化，从而形成健康的不平等。相对收入位置、工作中需求-控制平衡&努力-回报平衡、社会关系的丰富性、社会的内聚力包容度等均会影响人们的自治能力与社会参与程度，而这些侧面也都与社会分层交互作用，且会影响下一代。寻求阶层与合作、信任（社会资本）间的平衡【未来】关注现代的状态平等，自我实现上的平均主义，更公正地分配可行能力。从自主行动、改变社会和政治议程、推动社会制度前进三方面行动。【吐槽】作者中间几章的逻辑太绕了，重复太多不说重点，不过作为首位完整论证健康与阶层关系也可以理解。翻译一般。书比较老，数据大多世纪初的。最后【湛庐文化】给我把参考文献吐出来！好好的学术著作被你们做成什么鬼了！

有点宏观，自己能改变的因素太有闲，用来长见识咯

地位综合症这个概念给我很大触动，本以为自己的健康是为数不多的自己能掌控的东西，现在发现或许自己无能为力的社会结构是更加有控制力和约束力的因素。

从来没有想过地位与健康之间的关系，蛮有意思的角度

这应该看成一本如何在非实验室条件下，用“相关研究”探求因果关系的案例

[地位决定你的健康](#) [下载链接1](#)

书评

这本书的结论真的很好，作者很严谨的讨论了地位和健康的关系。1.  
地位越高的人，他们的健康水平就越高。换句话说，健康是顺应一种社会等级的，我把  
这种现象叫“地位综合症”。2.  
当人们的物质生活水平能够应对营养不良和卫生条件恶劣后，其他疾病：心脏病、糖尿病、精神疾...

---

[地位决定你的健康](#) [下载链接1](#)