

新聞稿

全港首個身心健康指數問卷 市民可網上免費自我測試 「保栢港人健康指數 2007」調查結果 男女煙民比例相差逾 6 倍 過瘦女士比過瘦男士多約 1 倍

(香港 11 月 27 日) 有醫療保險專家之稱的保栢醫療保險 (下稱保栢) 發表「保栢港人健康指數調查 2007」最新調查報告結果。今年已是保栢連續第二年委託香港大學民意研究進行此調查，於 2007 年 3 至 4 月期間，透過電話成功訪問了 1,014 名 18 歲或以上的本港居民，問卷內容分為「生理健康」及「精神健康」兩部份，前者是有關身體狀況及健康習慣的調查，而後者則有關精神及心理健康狀況。於生理健康部份，發現男女煙民比例相差逾 6 倍，而過瘦女士比過瘦男士多約 1 倍。

全港首個專家設計身心健康問卷 免費供市民網上自我測試

保栢為讓市民更了解個人健康指數，特別於保栢的網頁上新增全港首個身心健康問卷，廣大市民能透過回答一系列由港大專家設定的問題，自我測試自己的身心健康狀況。於完成所有問題後，其答案更可與被訪者相同年齡和性別人士作比較，讓市民可於相對其他港人的情況下，清楚了解個人的身心狀況是否高或低於一般水平，有助市民關注身心健康問題。(網址：www.bupa.com.hk)

保栢醫療保險董事總經理馬明安醫學博士表示：「從今年的調查結果顯示，市民吸煙及體重問題與去年比較仍然未有改善，兩者均有機會導致肺癌、冠心病、胃潰瘍及糖尿病。根據我們內部的資料顯示，2006 年這幾種病症的賠償個案比 2005 年上升近百分之六，因此希望呼籲市民正視兩者對健康的影響。而保栢在港 30 年來，除致力提供周全而優質的醫療保障外，我們在推動健康預防教育上亦不遺餘力，今年再度進行港人健康指數調查，希望市民在努力工作之餘，亦不忘身心健康的重要。」另外，一直關注大眾健康的保栢特別設立保栢健康雅集，提供免費的網上健康資訊。(網址：www.bupahealthgallery.com.hk)

男女煙民比例相差逾 6 倍 吸煙人數未減 控煙暫未見顯著成效

生理健康方面，根據調查結果，按性別分析顯示，香港男煙民比女煙民多出逾 6 倍，男被訪者當中，45% 為吸煙人士，而女被訪者當中，則只有 7% 為吸煙人士。於是次 2007 年年度調查中，現有吸煙或食雪茄習慣的人數為 14.7%，推算全港 18 歲以上的煙民人數大約有 80 萬人，情況與去年相約，而整體被訪煙民的平均吸食年期為 21 年，估計於今年 1 月 1 日實施的室內禁止吸煙區條例暫時未見顯著成效。(有關吸煙人士調查結果圖表，請參考附件 1。)

兩性過瘦及癡肥問題日趨兩極化

另外，按性別分析顯示，較多男性(16.4%, 4.3%)比女性(9.1%, 3.5%)屬於過胖

或癡肥；相反，顯著較多女性(15.2%)比男性(8.5%)屬於過瘦。由此推斷，兩性對體重的要求及關注程度可謂大相逕庭。以所有被訪者計算，當中七成二(71.6%)的身體質量指數(BMI)屬於正常，有一成二(12%)屬於偏瘦、一成三及百分之四屬於過胖及癡肥 (12.5%及 3.9%)。(有關過肥/ 癡肥人士調查結果圖表，請參考附件 2。)

精神健康方面，被訪者平均每日花在娛樂消遣的時間為 3.8 小時，較去年調查錄得顯著升幅。不過，大多數人(57%)每天娛樂消遣不多於 4 小時，數字較去年少，另有 4%為完全沒有娛樂的人士 (3.7%)。

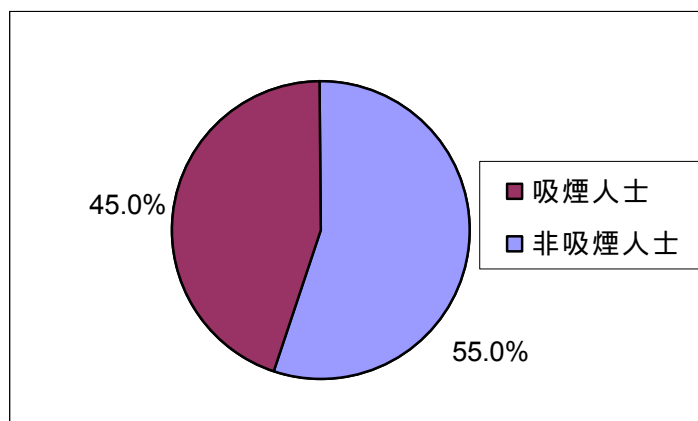
是次調查報告負責人鍾庭耀博士表示：「調查發現，香港市民平均給予自己的生理健康程度為 6.5 分，心理健康程度為 6.9 分。換言之，市民的心理健康程度似乎比生理健康程度較為理想。」在心理健康的範疇，調查顯示，香港市民在「與他人關係」方面得分連續兩年最高，在「公民活動」方面得分仍然最低。鍾氏續稱：「健康指標意見調查是一項意義重大和極具挑戰的研究工作。港大民研計劃在參考當今學術界普遍採用的測量方法後，透過問卷調查收集市民呈報的主觀數據，再制定各種指標，顯示香港市民的生理和心理健康狀況。我們希望有關研究工作能夠持之以恆，把有關數據應用到日常生活方面，使香港市民的生活質素得以提升。」

有關其他生理及心理健康調查結果重點，請參考附件 3。

附件 1

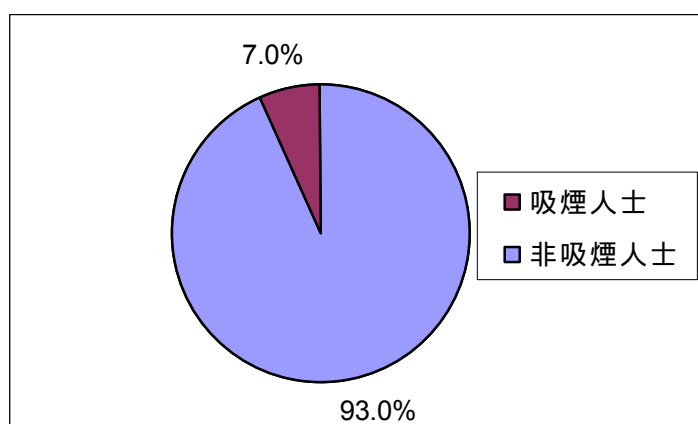
男性吸煙人士百分比

(男被訪者總人數：474，吸煙人士佔 45.0%)



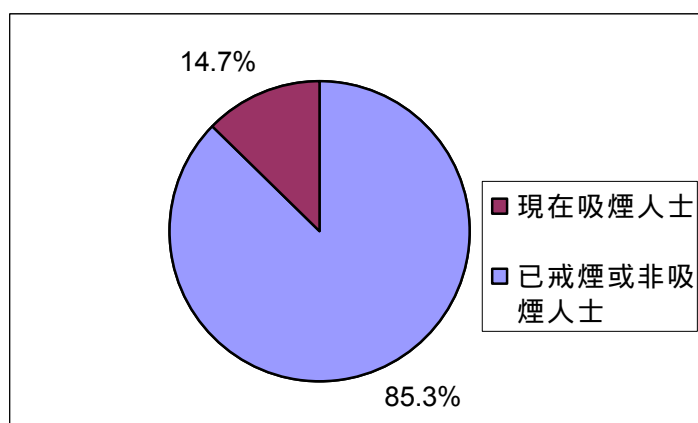
女性吸煙人士百分比

(女被訪者總人數：540，吸煙人士佔 7.0%)



所有吸煙人士百分比

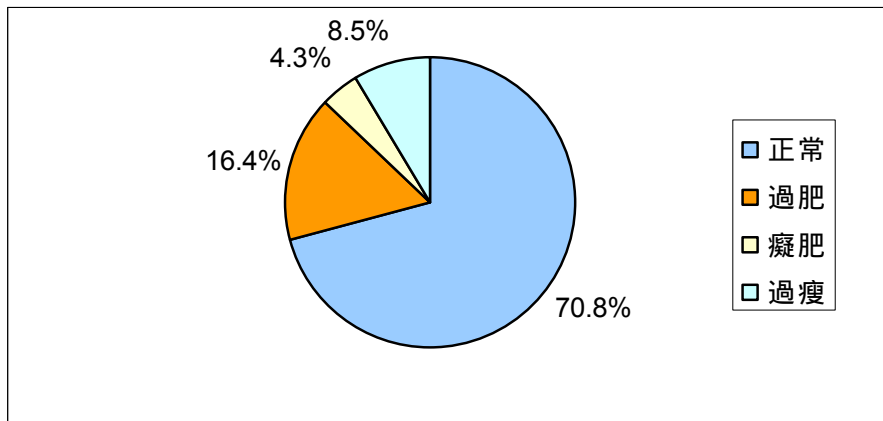
(所有被訪者總人數：1,014，吸煙人士佔 14.7%)



附件 2

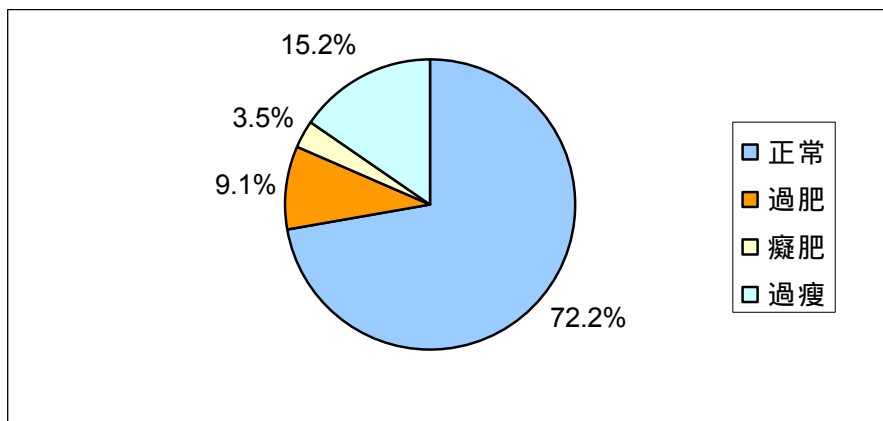
過肥/癡肥男性百分比

(男被訪者有效回應人數: 452, 過肥佔 16.4%, 癡肥佔 4.3%, 過瘦佔 8.5%)



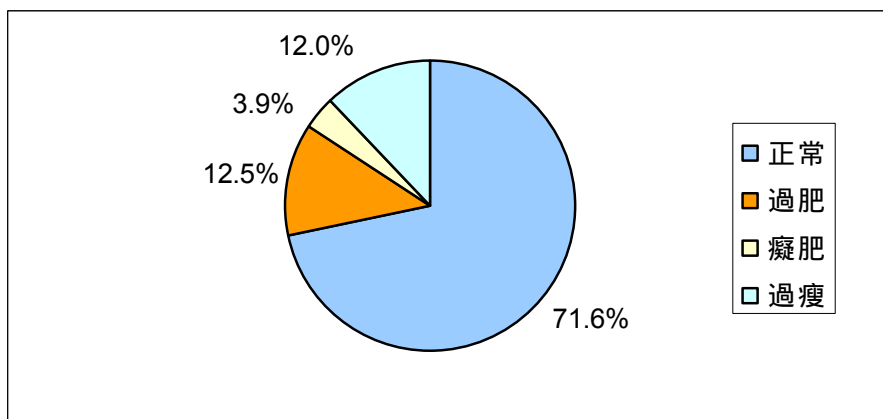
過肥/癡肥女性百分比

(女被訪者有效回應人數: 513, 過肥佔 9.1%, 癡肥佔 3.5%, 過瘦佔 15.2%)



所有過肥/癡肥人士百分比

(被訪者有效回應人數: 965, 過肥佔 12.5%, 癡肥佔 3.9%, 過瘦佔 12.0%)



附件 3

其他生理及心理健康調查結果重點：

1. 結果發現一成六被訪人士(16.1%)屬於長期病患者(例如糖尿病、心臟病、痛風症等)需要定時食藥及檢查，當中顯著較多退休人士(47.2%)。
2. 表示「間中」及「經常」有失眠或遇到其他睡眠問題的被訪者，分別約佔兩成(20.9%)及一成(9.5%)。另外，有七成被訪者(69.5%)則謂完全沒有睡眠的問題。
3. 按性別分析顯示，約有五成三女性現時受到身體疲累問題的困擾(52.6%)，比男性的三成九顯著地多(39.2%)。
4. 被訪者表示有及沒有定期做運動的人數比例為六四之分(59.8%及 40.1%)。在有定期做運動的人士當中，以 30 至 39 歲人士比例最少。被訪者最喜歡跑步及球類運動。
5. 按性別分析顯示，調查亦發現逾一半(51.8%)香港女性經常出現痛症問題，例如背痛、頸痛、頭痛、膊頭痛、關節痛等，而男性則只有約三成七(37.6%)出現經常性的痛症問題。
6. 每日花最多時間上班的是專業人士 / 經理 / 行政人員，平均為 9.4 小時，最多為 16 小時；他們的睡眠時間亦比其他職業人士顯著較少，平均為 7 小時，最少只有 4 小時。
7. 關於精神健康的 5 個生活範疇當中，包括「物質生活情況」、「與他人關係」、「公民活動」、「個人發展」和「閒暇活動」，以 10 分為滿分，平均分則為 6.6 分。
8. 被訪者對自己心理健康狀況作出評分，結果發現，逾四分三人士(77.0%)給予 6 分或以上，而百分之七的被訪者(6.5%)更給予自己 10 分滿分。整體平均分為 6.9 分，較去年的分數為高。

—完—

關於保栢醫療保險

保栢自 1947 年在英國成立以來，至今已發展為擁有 60 年豐富經驗的國際醫療保健機構，僱員人數超過 40,000，為全球逾 190 個國家約 40,000 多家企業及超過 600 萬的會員服務。作為業內首屈一指的醫療保健機構，保栢於 2006 年的業務收益及資產淨值分別為約 630 億港元及 290 億港元。主要業務範圍包括醫療保險、護老院、診斷中心和工作場所的護理服務。

保栢香港成立於 1976 年，現為逾 150,000 會員及超過 2,000 間企業提供醫療保障計劃。作為本港唯一一個真正的醫療保險專家，保栢承諾為個人會員提供終生保障及續保保證。

此新聞稿由縱橫傳訊顧問服務有限公司(SCC)代保栢醫療保險發放。若有任何查詢，請聯絡：

保栢醫療保險(BUPA)

陳寶鳳 (Shirley Chan)

電話：2517 5135

電郵：shirley.chan@bupa.com.hk

傳真：2540 8531

縱橫傳訊顧問服務有限公司(SCC)

潘敏清 (Athena Poon)

電話：2114 4992/ 6227 7764

電郵：athena.poon@sprg.com.hk

傳真：2114 0880

鄧子盈 (Ezena Tang)

電話：2114 4993 / 9885 6098

電郵：ezena.tang@sprg.com.hk