

## 香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong. 電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk 傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

## 媒體報導

日期: 2014年11月14日(星期五)

資料來源: 文匯報 - 港聞 - A13

標題: 退休者自認健康 67%至少兩項超標

參考網址: 請按此

## A13 香港新聞

## 退休者自認健康 67%至少兩項超標

香港文匯報訊(記者 鮑旻珊)港人近年愈來愈注重健康,但原來不少人都錯誤了解自己的身體狀況。有調查發現,95%退休人士對自己的健康狀況並不了解,自以為健康達標。然而,經健康檢查後,卻發現有67%受訪者在5個健康指標中,有至少兩項指標超標。基督教家庭服務中心醫療健康服務註冊營養師李應文表示,若健康指標長期超標,有機會出現長期病患,呼籲市民定期檢查身體,掌握自己的健康狀況。

基督教家庭服務中心轄下真光苑長者地區中心今年 8月至10月期間,以問卷訪問了272名50歲以上的退休人士,並以血壓、血糖、BMI體重指數、脂肪比例 及膽固醇的5個健康指標,了解他們的健康情況。

調查發現,95%受訪者自以為健康達標。不過經過 註冊護士的健康檢查後,卻發現67%受訪者在5個健 康指標中,至少兩項指標超標,當中以BMI體重指 數、脂肪比例及血壓出現最多超標結果,分別佔一 半、47%及45%。

現年69歲的張玉美表示,向來飲食清淡,身體並無不妥之處,故在進行健康檢查前,以為自己身體健康。惟經檢查後,張玉美才發現自己的血壓及膽固醇超標,「突然間發現身體有問題,十分擔心。」她表示,會求醫跟進自己的健康問題。





香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong. 電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk 傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

港人近年愈來愈注重健康,但原來不少人都錯誤了解自己的身體狀況。有調查發現,95%退休人士對自己的健康狀況並不了解,自以為健康達標。然而,經健康檢查後,卻發現有67%受訪者在5個健康指標中,有至少兩項指標超標。基督教家庭服務中心醫療健康服務註冊營養師李應文表示,若健康指標長期超標,有機會出現長期病患,呼籲市民定期檢查身體,掌握自己的健康狀況。 基督教家庭服務中心轄下真光苑長者地區中心今年8月至10月期間,以問卷訪問了272名50歲以

基督教家庭服務中心轄下<mark>真光苑長者地區中心</mark>今年8月至10月期間,以問卷訪問了272名50歲以上的退休人士,並以血壓、血糖、BMI體重指數、脂肪比例及膽固醇的5個健康指標,了解他們的健康情況。

調查發現,95%受訪者自以為健康達標。不過經過註冊護士的健康檢查後,卻發現67%受訪者在5個健康指標中,至少兩項指標超標,當中以BMI體重指數、脂肪比例及血壓出現最多超標結果,分別佔一半、47%及45%。

現年 69 歲的張玉美表示,向來飲食清淡,身體並無不妥之處,故在進行健康檢查前,以為自己身體健康。惟經檢查後,張玉美才發現自己的血壓及膽固醇超標,「突然間發現身體有問題,十分擔心。」她表示,會求醫跟進自己的健康問題。



