



Date: 1 November 2011

Source: Nanyang Siang Pau

美国友邦人寿保险调查显示 大马人对健康不满意

(吉隆坡 31 日讯) 根据美国友邦人寿保险 (AIA) 最近进行的一项调查显示, 大马人对本身的健康并不满意, 在 10 分为满分的评分中只给予 7 分。

接受调查的大马人表示, 他们目前的健康比不上 5 年前, 即使是年龄 30 岁以下亦有同感。尽管大马人察觉到他们有需增加运动、减

重、睡眠更充足及饮食健康, 但许多人并没有付诸行动。

大马及甚至整个区域展开的调查, 结果都不令人鼓舞, 在亚太区, 考量到个人对健康的满意度及应如何才能更健康的平均健康生活指数, 在 100 分中只达 61 分, 大马以 62 分排在汶莱、澳门、越南、中国和菲律宾之后位居

第六; 印尼和韩国以最低 55 分排在最后。

这项调查显示, 虽然亚洲人都知道要健康就该怎么做, 但大多数人都没有坐言起行, 这个情况在韩国、新加坡和香港, 以及大马和台湾尤甚。

15 亚太市场展开调查

这是调查是由 TNS 调查公司在 15 个亚太

市场展开, 范围涵盖大马、新加坡、香港、韩国、菲律宾、中国、印度、印尼、台湾、澳洲、纽西兰、越南、澳门和汶莱。超过 1 万 200 人回应问卷, 包括 491 名年龄介于 18 至

65 岁的大马人。美国友邦人寿保险集团总执行长兼总裁杜嘉祺说: 这项调查证实健康生活对各阶层及年龄人士的重要性, 也协助了解整个区域在这方面的相同或不同点。

多因素阻碍吃得健康

许福成说: “大马人虽然察觉到吃得更健康的益处, 但受到许多不利因素阻碍, 主要为成本及口味。

我最关注的是, 即使在工作地方或学校吃家里带来的食物更健康, 但只有约 24% 大马人这么做。81% 的大马人表示他们会担心食物的安全性。”

关心食物安全问题

本区域的人们普遍关心食物安全问题, 不但是大马, 中国、越南、印尼和香港的人们亦高度关注食物安全问题。在澳洲和纽西兰, 虽然认同率相当低, 但也有半数的成年人表示关注食物安全问题。

另一项调查是关于

大马人对家庭的重视程度。人们期望健康的各项理由之中, 排在第 3。理由是人们期望能照顾家人更长久。家人之间的良好关系也是驱使健康生活的其中一项最重要因素。

此外, 过去 12 个月, 只有 51% 的大马成年人去接受医药检查, 这个数字比本区域的平均 56% 还要低。

大马受访者表示, 医药费昂贵是阻止他们去作体检的主要原因。不少过 89% 的受访者认为公司应进一步去协助他们过健康的生活, 特别是提供医药检查补贴 (76%)。大马成年人期望公司能确保员工的工作量不会过度 (56%)。

最关注 5 健康问题

调查显示, 大马人最关注的 5 项健康问题为: 缺乏运动、睡眠不足、压力太大、患上癌症及超重和吃太多不健康的食物。

大马人认为他们的健康肯定是可以改善的, 并能激励自己从更佳的生活素质及心理健康中受惠, 使生活更健康, 照顾家人更长久。

调查也显示, 在大马, 人们最关注的健

康生活驱使因素为经常运动、饮食更健康及睡眠充足。

55% 人没经常运动

实际上, 大马人最关注的是缺乏运动, 有 55% 以上的成年人表示他们没有经常运动, 7% 则表示他们完全没有运动。

美国友邦人寿保险有限公司总执行长许福成说: “令人担心的是, 约 65% 的大马人,

甚至包括年龄 30 岁以下者都期望减重。这个现象不仅限于大马而已, 在韩国、澳洲、纽西兰、台湾、香港和新加坡, 其成年人亦视减重为一个重要目标。在大马, 年轻人普遍 (91%) 担心肥胖。

睡眠方面, 大马成年人表示, 虽然他们希望每晚能睡上大约 8 个小时, 但实际上他们平均只能睡上 6 个半小时。