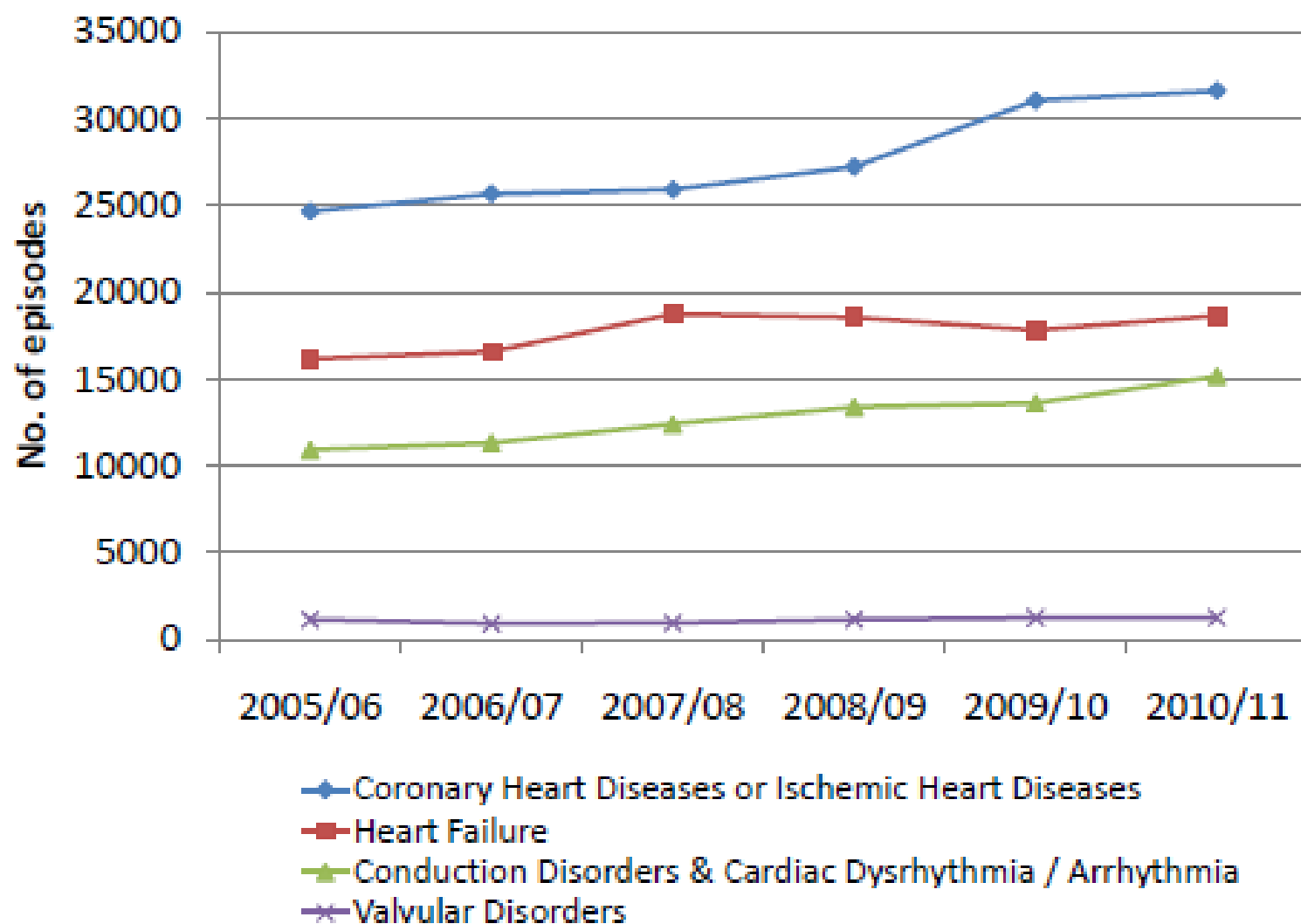


社區心臟病高危因素最新趨勢調查

心臟健康列車召集人及瑪嘉烈醫院心臟復康服務總監 —

陳藝賢醫生

Growing Trend of In-patient Service Demand in HA



Source: CDARS data using first three ICD-9 diagnoses



心臟健康列車 以心臟健康為目的地之列車

心臟健康列車 尋人大行動

心臟健康列車
以心臟健康為目的地之列車

2361 2838

www.hearthealthtrain.com

心臟健康列車
2361 2838

www.hearthealthtrain.com

NY 6578



研究目的

- 分析香港市民，包括退休及在職人士心血管病高危因素最新趨勢
- 比較今年和去年心血管病高危因素普遍性的變化
- 分析退休及在職人士心血管病高危因素的差別

問卷調查

請在適當方格加上「 」

NO: _____

1. 性別: ☐ 男 ☐ 女
2. 年齡: _____
3. 工作狀況: ☐ 全職 / 半職 ☐ 退休
☐ 主婦/主夫
4. 過往病歷: ☐ 冠心病 ☐ 高血壓 ☐ 糖尿病
☐ 血脂異常
☐ 不知道/沒有異常
5. 吸煙習慣: ☐ 無 ☐ 有 (仍有吸煙 / 戒煙少於一年)
6. 運動習慣: ☐ 無 ☐ 有 (每星期不少於2.5小時中等強度運動)
7. 過去一個月，有否每星期五天或以上，每天食5份或以上蔬果
(一碗熟菜或拳頭大細的生果為一份): ☐ 無 ☐ 有

身體評估

- 體重：_____公斤
- 身高：_____米
- 體重指標：_____
- 腰圍：_____吋
- 血糖：_____ mmol/L
- 血脂：總膽固醇：_____mmol/L 高密度膽固醇：_____mmol/L
三酸甘油脂：_____mmol/L 低密度膽固醇：_____mmol/L
- 禁食8小時：☐ 有 ☐ 無
- 血壓：收縮壓：_____mmHg 舒張壓：_____mmHg

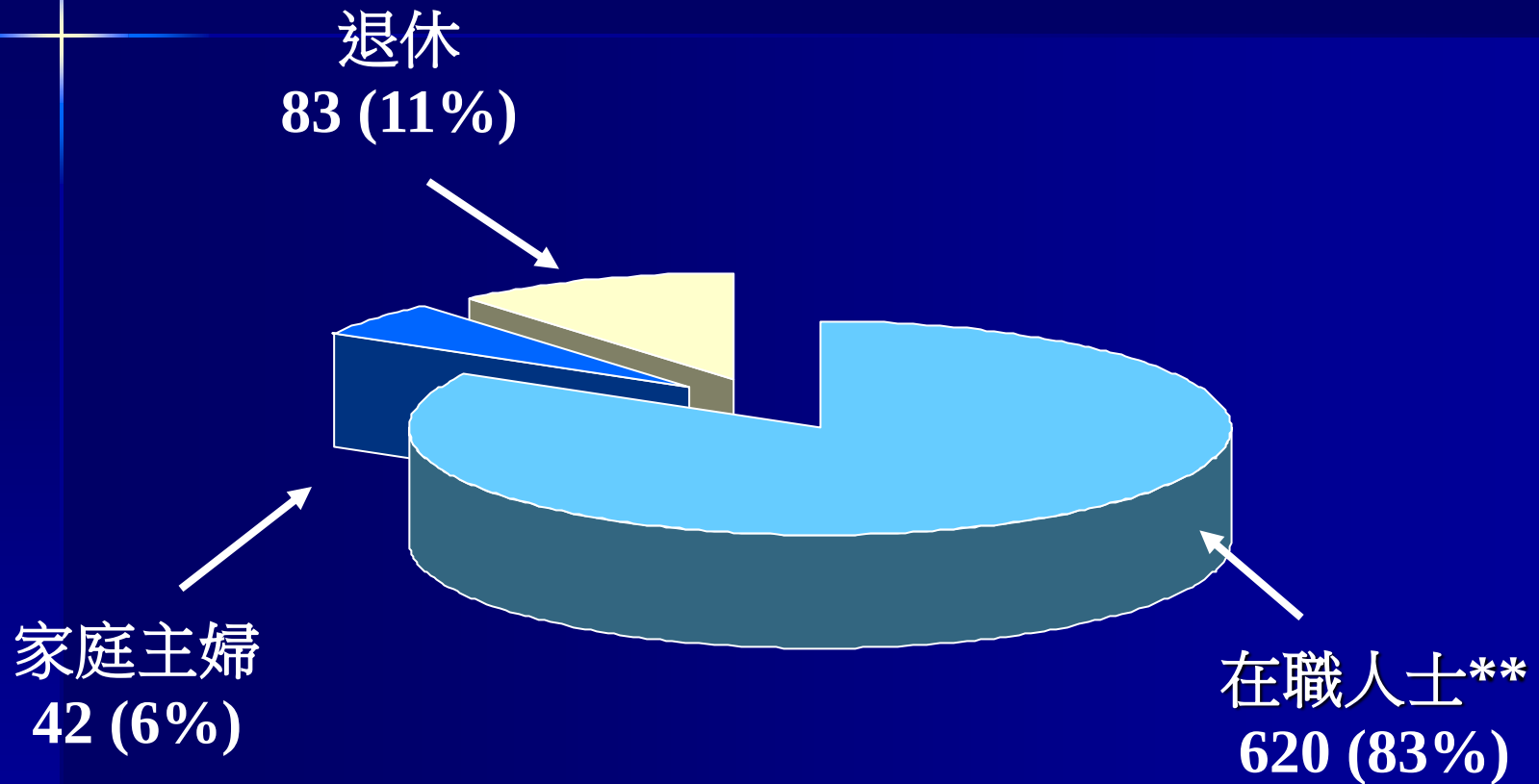
高危因素的定義

- **血脂失調**：總膽固醇高於5.2或三酸甘油脂高於1.7或低密度膽固醇高於2.6或男性高密度膽固醇低於1.0，女性高密度膽固醇低於1.3
- **糖尿病**：空腹血糖高於7.0
- **高血壓**：重複量度大於140/90
- **中央肥胖**：男性腰圍大於90公分，女性腰圍大於80公分
- **缺乏運動**：少於每星期五次、每次30分鐘
- **吸煙**：長期吸煙或戒煙少於一年
- **高危飲食習慣**：少於每星期五天，每天食5份蔬果

研究結果

- 分析七百四十七名香港市民，於二〇一二年八月六日至二〇一二年八月二十四日接受身體評估的數據。其中三百一十二人 (42%) 為男性，平均年齡 45 歲

研究結果

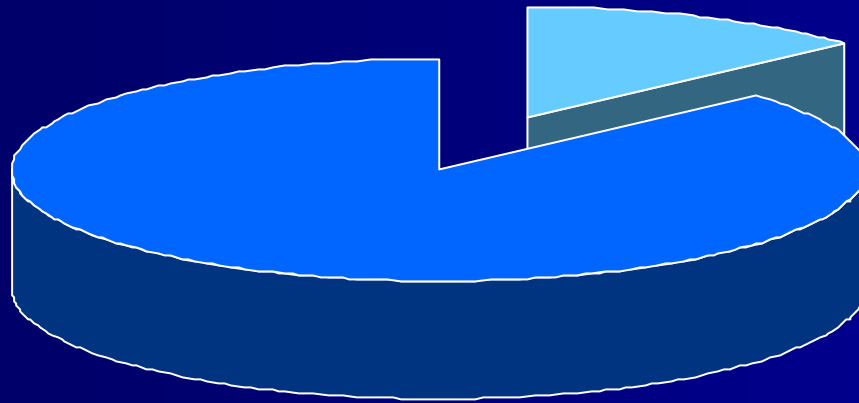


**酒店業, 保險業, 飲食業, 物流業, 運輸業, 物業管理, 其他文職

研究結果

之前確診冠心病 (2%)、血脂失常 (3%)、糖尿病 (3%) 或高血壓 (10%) 之高危因素

99 (13%)



之前沒有確診冠心病、血脂失常、糖尿病
或高血壓之高危因素

648 (87%)

研究結果-香港市民心血管病 高危因素最新趨勢

	2011	2012	% change
血脂失調	49%	58%	↑18
糖尿病	8%	9%	↑13
高血壓	24%	25%	↑4
缺乏運動	52%	55%	↑6
高危飲食習慣	35%	46%	↑31
吸煙	9.3%	14%	↑56
過重或肥胖 BMI $\geq$ 23	45%	49%	↑9
中央肥胖	25%	32%	↑28

研究結果-香港市民心血管病 高危因素最新趨勢

No. of risk factors	2011	2012
0	8%	5%
1	19%	16%
2	37%	16%
3	24%	30%
4	9%	22%
5	3%	11%
6	0.4%	0.6%
7	0	0

研究結果-香港市民心血管病 高危因素最新趨勢

	退休/家庭主婦	在職人士
血脂失調	67%	53%
糖尿病	16%	5%
高血壓	50%	19%
缺乏運動	15%	63%
高危飲食習慣	32%	49%
吸煙	3%	16%
過重或肥胖 BMI $\geq$ 23	50%	49%
中央肥胖	37%	31%
性別	男 26%	男 45%
年齡	退休 73/家庭主婦 66	39

結論

- 香港市民帶**有**心血管病高危因素的情況極為普遍; 超過一半接受身體評估的市民血脂失調和缺乏運動, 接近一半的市民過重或肥胖、或有高危飲食習慣
- 比較去年調查結果, 香港市民心血管病高危因素有全面上升的趨勢
- 市民心血管病高危因素的密集性也有增加的趨勢
- 比較退休/家庭主婦和在職人士, 在職人士的高危生活習慣較普遍; 退休/家庭主婦的都市病比例則較高

建議

- 針對在職人士,全面推廣健康生活習慣
- 針對退休/家庭主婦,鼓勵定期身體檢查