

居民健康行动力白皮书

©2022.10 iResearch Inc.

大众行动力健康概览

1

行动力健康问题洞察

2

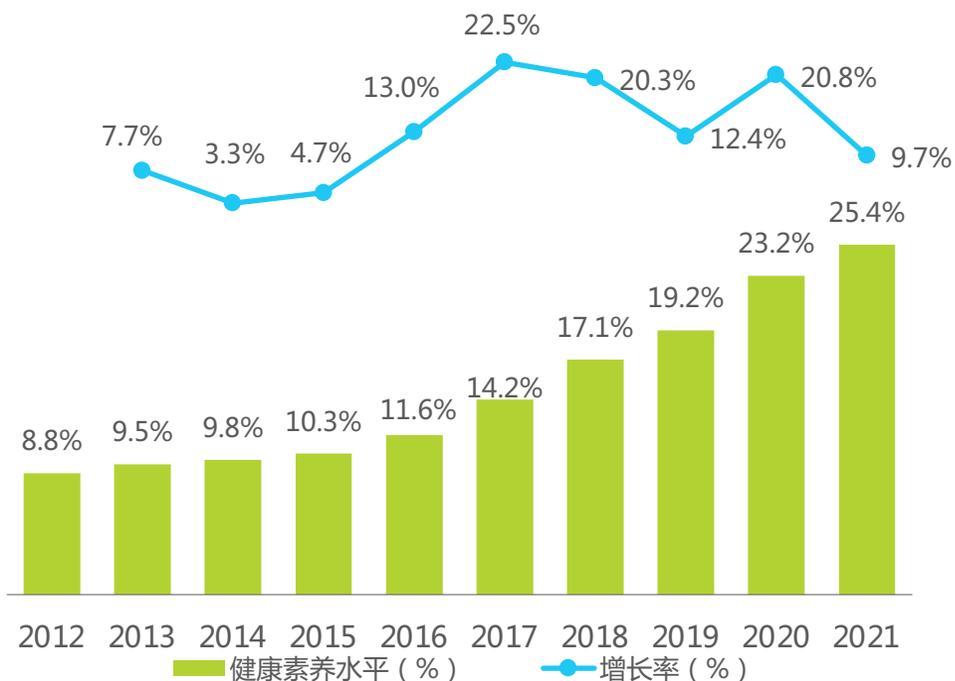
行动力健康进阶消费洞察

3

随着国民生活水平的不断提高，大众愈加重视身体健康

近十年我国居民健康素养水平稳步提升，在医疗保健上的支出基本保持两位数增速，这说明了大众对自身健康的重视程度越来越高

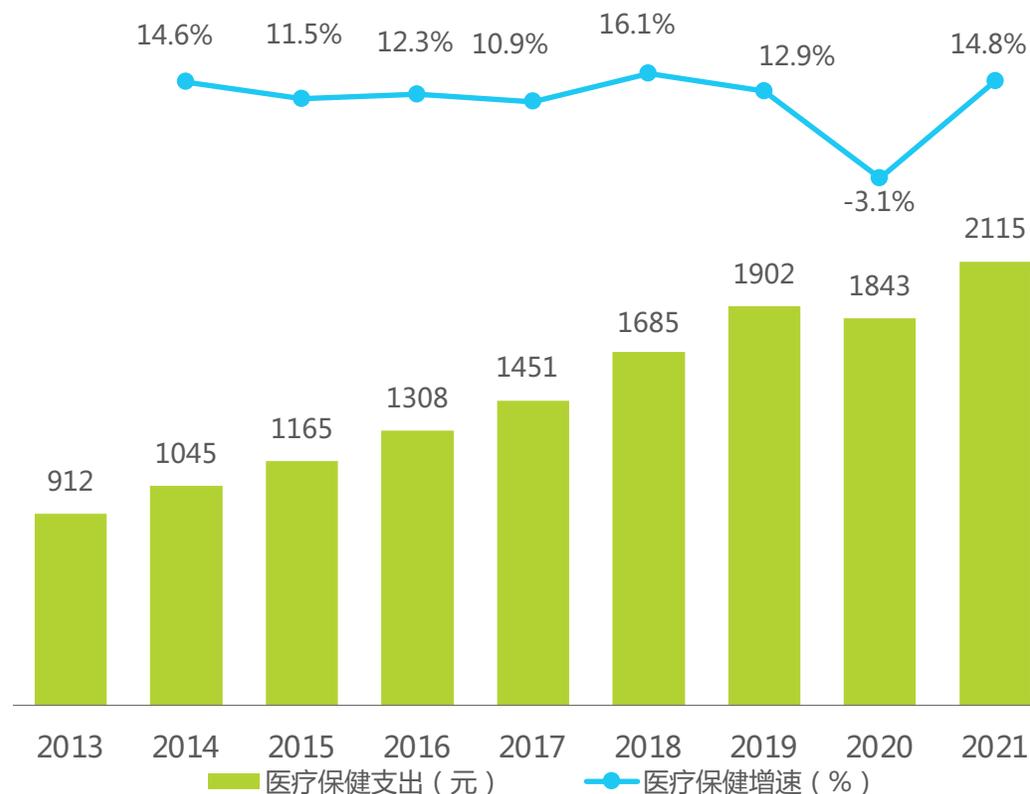
2012-2021年全国居民健康素养水平



健康素养水平定义：通过问卷（涵盖科学健康观、传染病防治、慢性病防治、安全与急救、基本医疗和健康信息六大问题）在全国展开调研，80分以上为合格，合格人数占比即为健康素养水平

来源：2012-2021年卫健委全国城乡居民健康素养调查工作结果。

2013-2021年中国居民人均医疗保健支出及增速

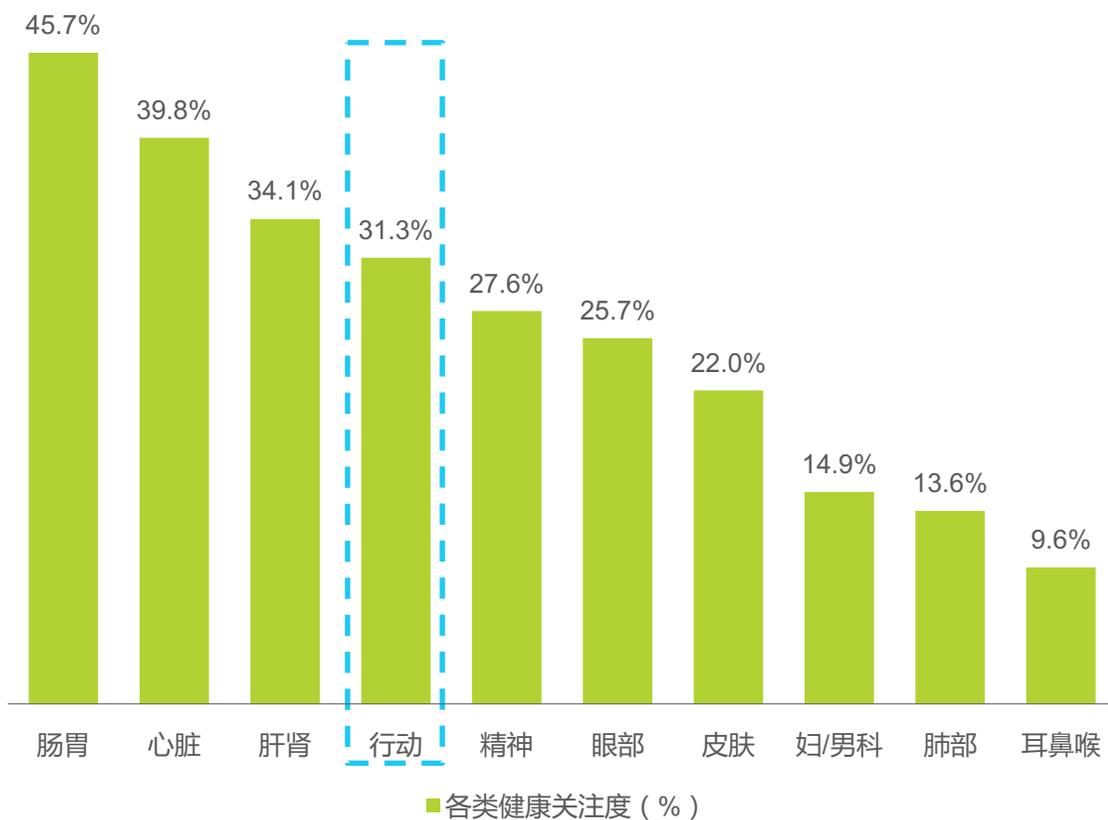


来源：国家统计局。

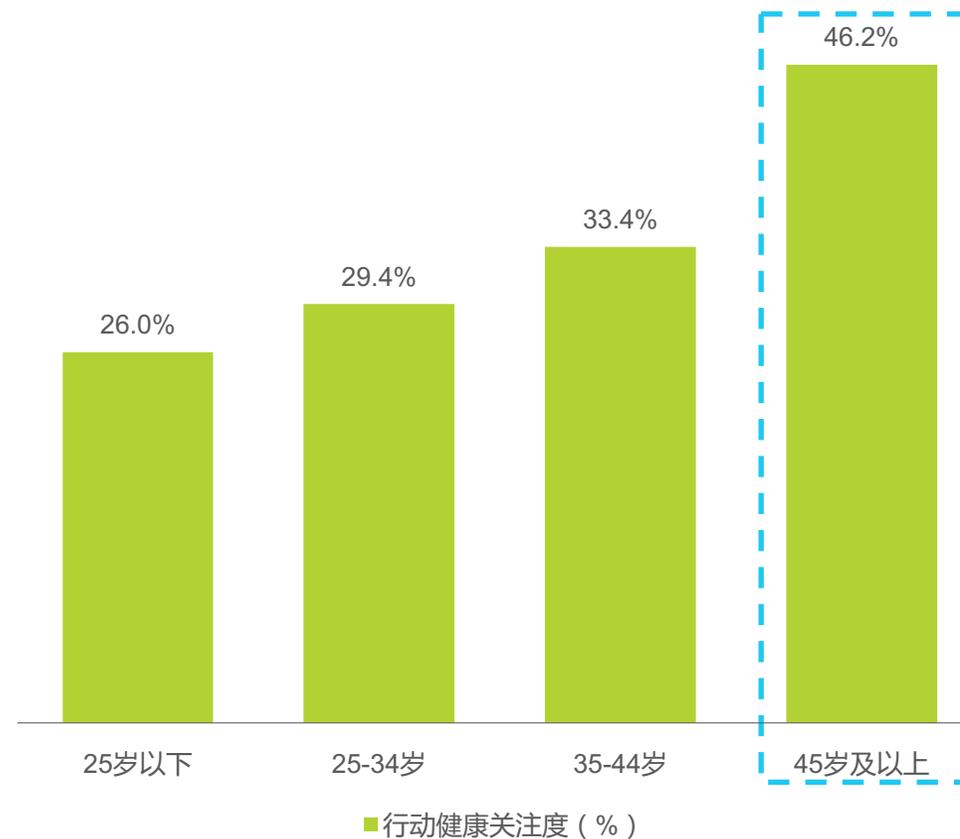
行动力健康成为个人健康问题的重要关注方向

1/3 以上的人群关注行动力健康，仅次于大家日常关注的肠胃，心脏，肝肾健康；其中，45岁以上，已有近半数人群表示关注自身行动力健康

大众对分类健康关注情况



不同年龄群组对行动力健康关注情况

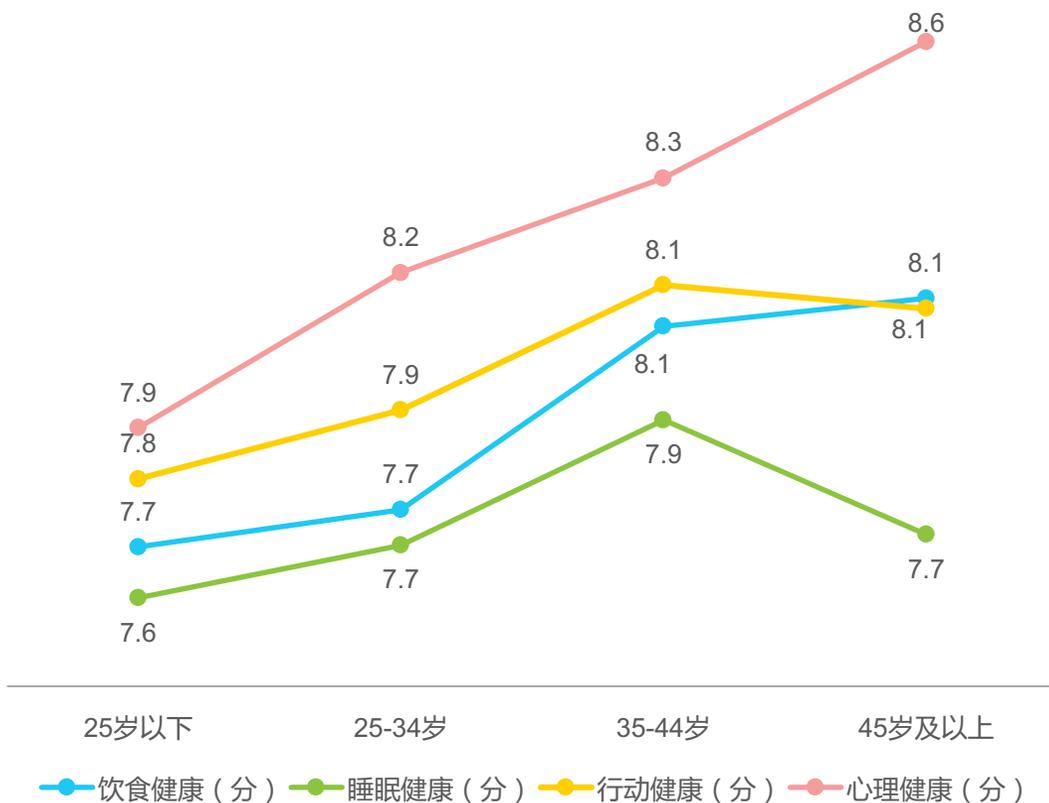


注释：【多选】Q2，您觉得健康的身体至少需要满足以下哪些方面？
样本：N=1527；于2022年9月通过TMIC投放形式调研获得。

仅三成的人认为自己行动力健康状况良好

大众对于自身的行动力健康整体自评分数高，但针对行动力健康具体表现，仅有约三成的人认为自己行动力健康状况良好，自我感知与实际表现差距大

各年龄群组对分类健康自我打分情况

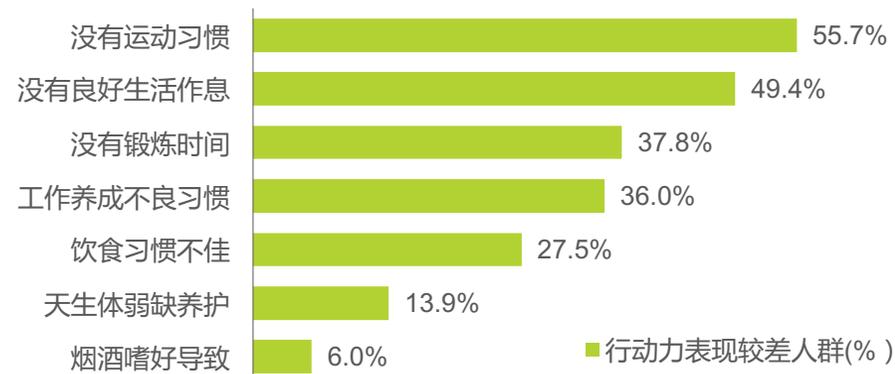


行动力健康状况表现



参与调研的对象中仅有**32.7%**的人认为自己行动力健康良好

行动力健康问题产生主要原因



注释：【矩阵】Q3，您对自身健康（饮食、睡眠、行动、心理）的打分是？（1-10分）；【单选】Q6，您觉得自己行动力健康状况如何？【多选】Q8，您觉得自己行动力不算特别好的原因是？
样本：N=1527；于2022年9月通过TMIC投放形式调研获得。

日常生活中，以下问题影响居民对于自身行动力的担忧

? 是否走几节楼梯就两腿发酸，气喘吁吁

? 是否觉得自己四肢不协调，平衡差

? 是否下雨天关节疼痛难忍

? 是否觉得自己行动缓慢、迟钝

? 是否频繁颈椎酸痛



? 是否经常腰酸背痛

? 是否经常肌肉抽筋、痉挛

? 是否经常肌肉无力、松弛

? 是否时常感到四肢僵硬

? 是否经常关节摩擦发声

大众行动力健康概览

1

行动力健康问题洞察

2

行动力健康进阶消费洞察

3

好的行动力健康是影响你能否享受精彩生活的关键

行动力健康可以由平衡、耐力、力量、敏捷、柔韧五大维度体现，影响我们日常活动的方方面面，好的行动力健康可以让我们体验更美好的生活

平衡

“平衡性好，身体重心控制能力强，不易摔倒，各种舞姿信手拈来”

耐力

“耐力好，走路轻松，不易出现疲倦，长跑、长时间工作不在话下”



力量

“力量强，肌肉有力，提重物轻松，再也不怕跟女友逛街了，男友力爆棚”

预览已结束，完整报告链接和二维码如下：

https://www.yunbaogao.cn/report/index/report?reportId=1_47100

