



你嘅身心健康伙伴！

近年，保險公司除了提供傳統的保險服務外，更主動將服務提升至關心客戶健康的層次。以前，客戶購買保單後，往往只於需要索償的時候才與保險公司聯繫；現時，不少保險公司積極與客戶建立更長遠的關係，成為客戶全方位的身心健康夥伴，以提升客戶對健康生活的關注。例如，保險公司會配置更多的資源，協助客戶評估和改善他們的健康狀況，如推出流動應用程式幫助客戶記錄日常運動和飲食習慣，及制定個人化的健康管理計劃。此外，保險公司亦積極與社區合作，推廣健康飲食及良好飲食習慣，以成為健康生活的一部分。

幫助客戶關注健康生活

對很多人來說，保險的主要作用是在患病時提供財政支援。其實，不少保險公司正逐步改變其服務形式，推出與健康有關的流動應用程式，積極為客戶打造健康生活，希望藉此降低其患病的機會，以防患於未然。這些流動應用程式可幫助記錄客戶的運動和飲食習慣、提供健康生活的「小貼士」，或與健康有關的產品優惠，有些亦設有簡易的健康評估服務。

對於一些真正重視客戶健康的保險公司而言，健康應由生活方式着手。然而，個人性格及生活方式與健康息息相關，因此有一些保險公司在設計流動應用程式時會參考專業心理學的調查結果，以幫助客戶更有效改善健康和達到保健的目標。

這些健康指導應用程式會先透過一個快捷的小測驗，幫助客戶了解他們的性格、喜好和健康需要，從而在運動、飲食、睡眠、壓力和體重等5個生活領域中，找出其需要關注的地方，並推薦合適的保健計劃。有關建議由專業人士，包括健身教練、註冊營養師、精神科專科醫生等，以短片形式提供與健身、烹飪、減壓、睡眠等相關的資訊和指導，切合港人忙碌的生活。透過計劃中的訓練及運程式的工具，客戶可訂立健康目標，並追蹤其計劃的進度，從而積極建立更健康的生活模式。

保險公司改變服務形式

香港人經常外出用膳，不知不覺間進食了不少添加糖分，長時間的高糖分飲食有機會引致肥胖，間接增加患上糖尿病的風險。有保險公司就與慈善團體合作，舉辦活動及製作健康烹飪短片，推廣無糖飲食，並提供免費手指血糖測試和血壓測量服務，以作糖尿病風險初步評估，提升公眾的健康意識。

保險公司的角色已逐漸轉變，致力成為客戶全方位的身心健康夥伴。我們應維持良好的生活及飲食習慣，以保持強健的體魄。當然，我們也應未雨綢繆，為自己及家人購買合適的保險計劃，當疾病突如其來的時候，可提供一份安心和保障。剛好還有兩星期便踏入2017年，筆者除了提早恭祝各位聖誕及新年快樂，更希望藉此機會提醒一眾投保人要定時檢視個人的保險計劃。大家可按自己的需要及能力，及早於新一年之始調整自己及家人的保險組合，以確保保障符合所需。