

新聞稿

傳媒查詢:

信諾環球人壽保險有限公司及信諾環球保險有限公司

李玉明

電郵: heidi.lee@cigna.com

電話: (+852) 2539-9456

信諾公佈 2019 年「360°健康指數」調查結果 香港整體健康指標於全球排名第四低 「夾心世代」面對最大壓力 香港職場女性期望度身訂造的健康管理計劃

香港 - (2019年3月26日) - 環球健康保障專家信諾集團 (紐約證交所買賣股份代號: CI) 旗下信諾香港今天公佈2019年「[360°健康指數](#)」年度調查結果 - 超越健康人生 (Well and Beyond)。調查結果顯示,香港的整體健康指標穩定維持於57.7。在所有受訪地區當中,香港整體健康及保健指標排名為第四低。調查更指香港的「夾心世代」(35 - 49歲)所面對的壓力日益增加。

「夾心世代」壓力上下交煎

調查顯示,面對壓力仍然是香港受訪者面對的主要問題,而每十個香港人當中便有九個表示感到有壓力。與其他年齡組別相比,「夾心世代」在所有與壓力相關的分數都為最低,這個年齡組別所面對的壓力問題顯然需要正視。由於他們多數是公司的核心員工,在未來數年更有機會晉升為管理層,若他們的需要沒有得到足夠正視,將對企業構成重大影響。

這年齡組別的受訪者當中,17%表示未能管理壓力,比千禧世代(15%)及50歲以上受訪者(13%)為高。此外,95%認為若同事感到壓力,會為工作帶來不良的影響,相關比例與千禧世代及50歲以上人士較多(89%)。

信諾香港行政總裁及區域總經理陳宇文先生表示:「『夾心世代』普遍需照顧夫婦兩邊的父母及其他家庭成員的健康、財政及教育需要,壓力上下交煎。醫療保險能為這些在職的父母帶來安心的保障。更好的是政府的自願醫保計劃將很快為香港人提供額外選擇,市民有需要時可選擇使用私營醫療服務,計劃並設有稅務優惠,相信能幫助『夾心世代』舒緩他們及家庭成員的健康和經濟壓力。」

職場女性期望度身訂造的健康管理計劃

在「個人健康」指標方面,香港女性的健康指數為51.8,顯著比男性的56.2為低。從睡眠質素及時間、健康體重,均衡飲食以至運動,受訪女性在個人健康的各方面分數都較低。工作量太大以及面對壓力均導致香港女性未能充分照顧好自己。受訪女性亦希望從僱主中獲得更多支援,52%的女性認為職場健康管理計劃未能滿足各性別的特定需要,50%的女性更認為管理層沒有認真支持職場健康管理計劃。

在「經濟」指標方面,香港女性的分數相對亦較男性為低(女性:51.4,男性:53.6)。她們對現時的財務狀況較為不樂觀,對制訂長遠的財政規劃更沒有信心。91%的職場女性感到有壓力,當中76%認為壓

力處於可管理水平，15%則表示未能管理壓力。受訪女性的主要壓力來源包括工作量太大 (20%)，尤其是在職業母親 (23%)，擔心個人健康 (15%)及對個人財政的憂慮 (13%)。42%的感到有壓力的職場女性形容她們於一個「永無休止」的企業文化工作。

「面對香港壓力爆煲的工作環境及昂貴的生活成本，進一步加重了職場女性的負擔。要幫助員工改善這種情況，僱主其實有不同的選擇。」陳氏補充。

香港為全球最大壓力的城市之一

調查顯示 91%的受訪者感到有壓力，比例較全球平均指數為高 (84%)。近乎每名香港人都受壓力影響。與去年比較，表示未能管理壓力的受訪者則比去年減少，相關比例由去年的 17%降低至今年的 15%。縱使香港人面對相當大的壓力，但因壓力問題而尋求專業人士協助在本港仍不普遍。表示因壓力問題而尋求醫療專業人員協助的受訪者比例由去年的 10%顯著下降至 3%，原因與較難接觸醫療專業人員或對因壓力問題而尋求專業意見仍存在的誤解有關，這正正反映正視問題及溝通的重要性，讓香港人更深入了解尋求專業人士協助的好處。

心臟健康不容忽視

當被問到他們對身體質量指數 (BMI) 及血壓指標的認識，香港受訪者表現較全球的平均數值為高，他們對心臟健康相關指標的認識亦較深。62%受訪者知道他們的身體質量指數 (全球平均數為 51%)，69%受訪者表示知道他們的血壓水平 (全球平均數為 66%)。可是，他們對可能影響心臟健康的症狀缺乏了解，知道的症狀有 2.2 個 (相比全球的平均數 2.4 個)。

信諾今年的調查主題是超越健康人生，宣揚個人整體健康的重要性。信諾希望大家掌握自己的健康，在邁向健康的旅途上好好照顧自己的需要，並幫助他們提高健康的意識。2019 年信諾「360°健康指數」在全球 22 個國家及地區透過網上成功完成 13,200 個訪問，當中 503 名受訪者來自香港。完整報告可在[此](#)下載。

踏入第五年，信諾「360°健康指數」調查探討大眾對「個人健康」、「家庭」、「社交」、「經濟」及「工作」等五大健康指標的認知及關注。今年的調查加入了新的健康相關主題，是信諾集團至今最全面的調查。在全球整體「健康」的評分中，香港的指標為 57.7(全球的平均指標為 62)，在全球排名第四低，僅在土耳其、台灣及南韓之上。雖然經濟 (52.5) 及社交 (58) 指標有所增加，個人健康 (54) 及工作 (62.9) 的指標卻下跌，家庭指標 (60.1) 則保持穩定。

###

關於信諾環球人壽保險有限公司及信諾環球保險有限公司 (信諾香港)

信諾自 1933 年投入香港保險業務，一直以來策劃無微不至的保障，為客戶的不同人生階段提供適切建議。信諾一直為僱主、僱員及個人客戶設計全面的健康及保健方案。信諾具備環球醫療網絡，為跨國公司於世界各地的團隊提供各類醫療保障計劃，同時亦為本地中小企提供度身訂造或組合的保障方案，滿足業務和僱員的不同需要。此外，信諾亦為個人客戶提供一系列的醫療保險產品，因應客戶所需，提供可靠的保障。更多關於信諾香港的詳情，請瀏覽 www.cigna.com.hk。