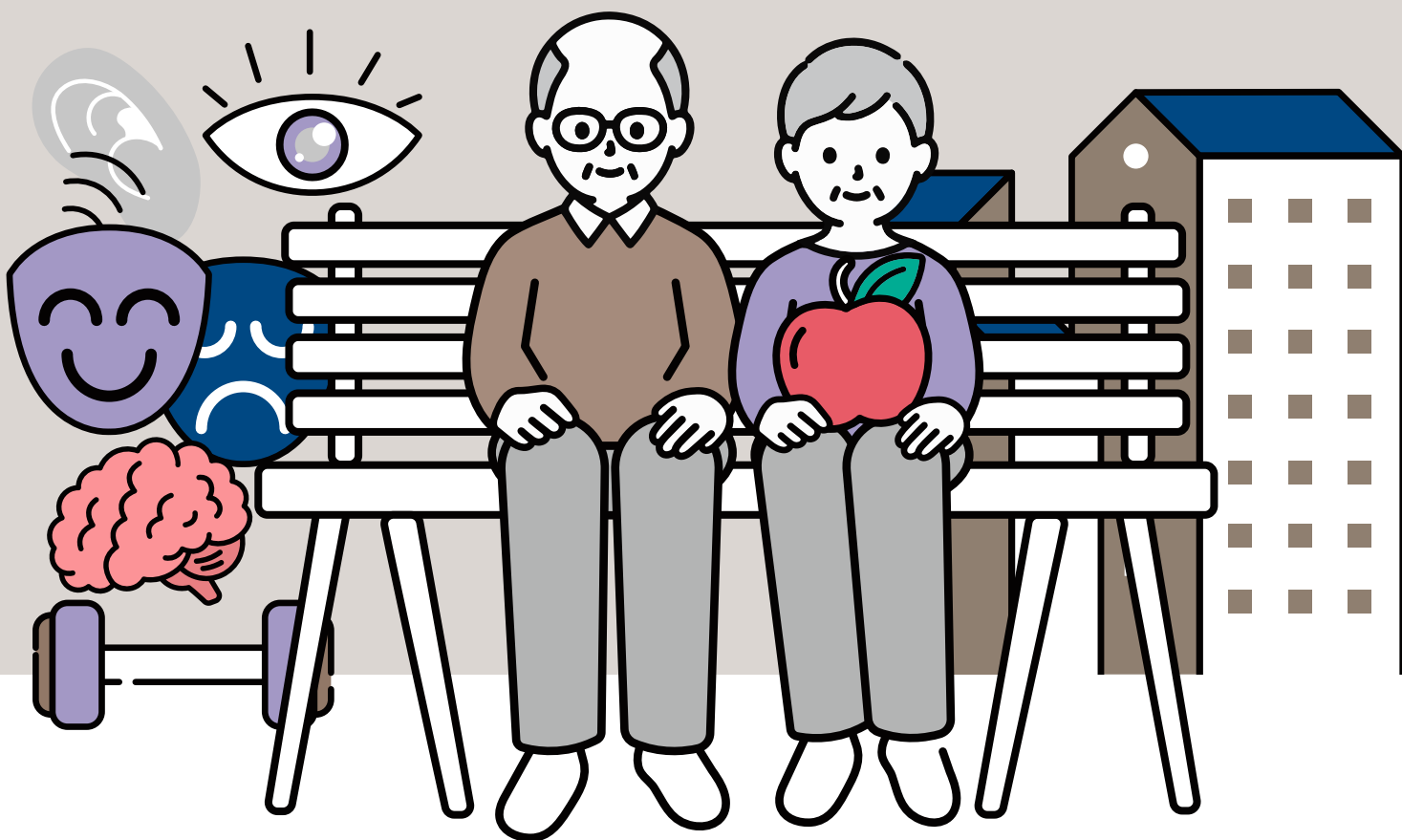


賽馬會「e 健樂」 電子健康管理計劃

社區長者健康狀況概覽



賽馬會「e 健樂」電子健康管理計劃

社區長者健康狀況概覽

©2025 香港賽馬會及香港中文大學賽馬會老年學研究所版權所有

製作及出版	香港中文大學賽馬會老年學研究所
編者	Ruby Yu, Grace Leung, Matthew Yu, Lok-yan Tam, Clara Cheng, Sara Kong, Jean Woo
地址	香港中文大學康本國際學術園 6 樓 602 室
網址	https://www.jc-ehealth.hk https://www.ioa.cuhk.edu.hk
ISBN	978-988-74589-6-8
出版日期	2025 年 9 月

本刊物不作銷售用途。

本刊物之版權屬香港賽馬會(馬會)及香港中文大學賽馬會老年學研究所(本機構)。當中刊載的資料僅供作一般資料及參考用途。

歡迎複製本刊物之內容作非商業用途，但須註明資料來自本刊物。

本刊物之內容，包括由賽馬會「e 健樂」電子健康管理計劃產生和引述第三方的資料均具時效性，馬會及本機構並不保證資料是否全面、準確，或為最新之數據，資料僅供參考。

香港出版



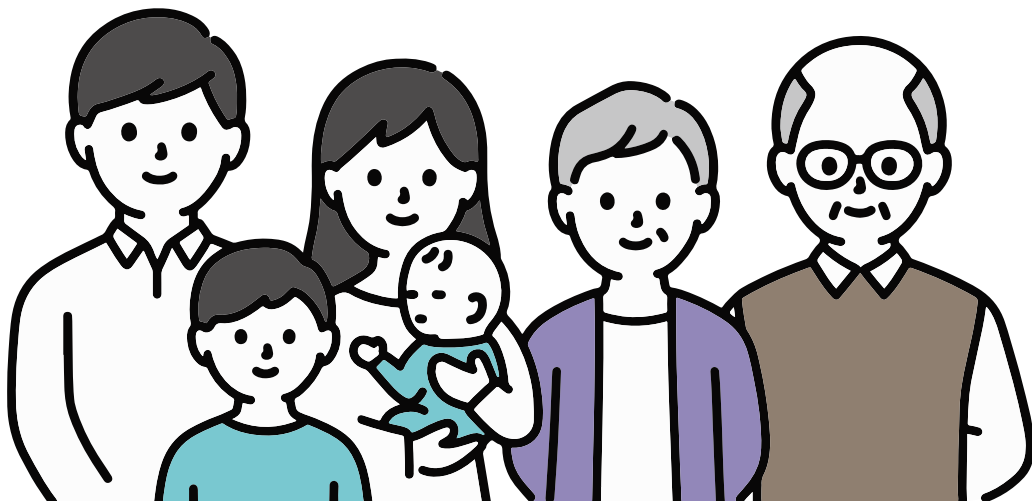


賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃
Jockey Club Community eHealth Care Project

賽馬會「e 健樂」電子健康管理計劃

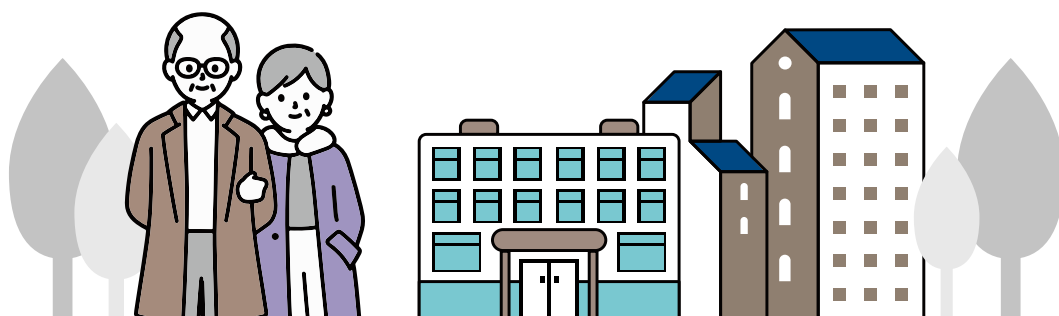
香港的老年人口持續增長，而有長期病患的長者人數亦日趨增加。因此，香港賽馬會慈善信託基金積極推動長者健康服務，並撥款五億一千萬港元，推行賽馬會「e 健樂」電子健康管理(計劃)。計劃於 2016 年開展，透過創新的服務模式，提升長者健康管理能力，促進長者保健安康，計劃是本港首個結合電子及數碼化健康管理技術、社區關懷及專業支援的長者健康管理服務計劃。計劃伙伴包括香港中文大學賽馬會老年學研究所、香港中文大學賽馬會公共衛生及基層醫療學院，以及 40 多間非政府機構。

計劃期望能有助長者中心成為首個切入點，了解和跟進長者的健康和社會照顧需求，提升長者自我健康管理能力，亦會利用長者容易掌握的數碼科技，鼓勵他們積極培養健康生活。另外，計劃亦會將收集所得數據進行全面的數據分析。如欲了解更多計劃詳情，請瀏覽計劃網頁 www.jc-ehealth.hk。



目錄

致謝	1
前言	2
引言	3
整體社區長者健康狀況	4
分區社區長者健康狀況	
中 西 區	11
東 區	17
南 區	23
灣 仔 區	29
九龍城區	35
油尖旺區	41
深水埗區	47
黃大仙區	53
觀 塘 區	59
大 埔 區	65
元 朗 區	71
屯 門 區	77
北 區	83
西 貢 區	89
沙 田 區	95
荃 灣 區	101
葵 青 區	107
離 島 區	113
調查方法	119



致謝

《社區長者健康狀況概覽》得以順利完成，實有賴全港 18 區 45 間非政府機構(合共157 間長者中心)的專業協作，以及參與長者的積極支持與寶貴貢獻。

在此感謝所有參與賽馬會「e 健樂」電子健康管理計劃的非政府機構(按筆畫排序)：

九龍樂善堂

中華基督教禮賢會-香港區會

仁愛堂

仁濟醫院

屯門婦聯有限公司

西貢區社區中心

佐敦谷街坊福利會

亞洲婦女協進會

東涌安全健康城市

東華三院

保良局

南葵涌社會服務處

香港中華基督教青年會

香港互勵會

香港仔坊會社會服務

香港明愛

香港家庭福利會

香港耆康老人福利會

香港基督教女青年會

香港基督教服務處

香港基督教培道聯愛會

香港婦聯有限公司

香港傷健協會

香港聖公會麥理浩夫人中心

香港聖公會福利協會有限公司

香港路德會社會服務處

荃灣葵青區婦女會

國際婦女會有限公司

基督教香港信義會社會服務部

基督教香港崇真會社會服務部

基督教靈實協會

救世軍

深水埗社區協會

博愛醫院

港澳信義會社會服務有限公司

嗇色園

圓玄學院

新界婦孺福利會有限公司

新家園協會有限公司

聖雅各福群會

蓬瀛仙館

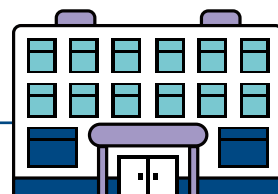
鄰舍輔導會

賽馬會流金匯

離島婦聯有限公司

鐘聲慈善社

最後，感謝所有社區長者的踴躍參與。



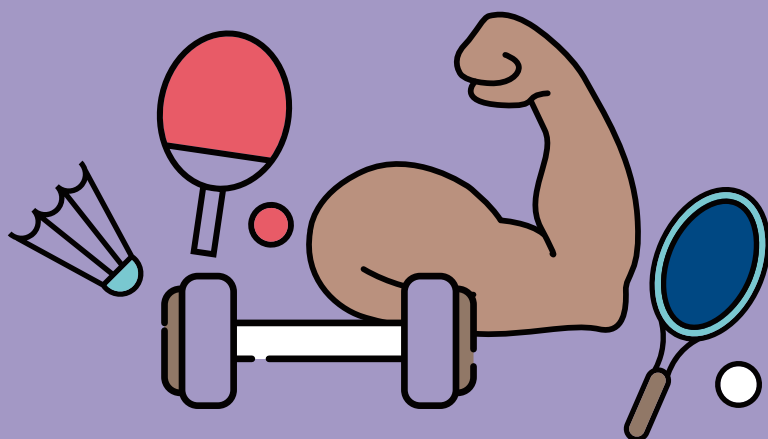
前言

隨着本港人口持續高齡化，提升長者的健康水平及生活質素已成為社會各界的共同目標。為更全面掌握社區長者的健康狀況，香港賽馬會慈善信託基金撥款推行「賽馬會『e健樂』電子健康管理計劃」，並由香港中文大學賽馬會老年學研究所聯同全港 18 區共 45 間非政府機構(合共 157 間長者中心)協作進行全港性長者健康素質問卷調查。

《社區長者健康狀況概覽》綜合是次調查所得之數據，涵蓋多個範疇，包括：(一) 慢性疾病及藥物使用；(二) 內在能力；(三) 老年綜合症；(四) 體能活動；(五) 工具性日常生活活動能力；以及(六) 醫療及護理服務使用情況。是次調查突破以往僅聚焦慢性疾病監測的局限，首次整合內在能力與老年綜合症等相關數據，並按地區呈現分析結果，為政策制定部門、醫療機構及社會服務單位提供更具前瞻性的服務規劃及資源分配參考。

本研究所謹向所有參與長者、長者中心合作夥伴及研究團隊成員致以衷心謝意。是次調查標誌着本港邁向「健康老齡化」的重要里程碑。本研究所將繼續深化實證研究，並與各界攜手完善長者健康支援網絡，促進長者自主、尊嚴及享有更健康的晚年生活。

香港中文大學賽馬會老年學研究所



引言

香港已正式步入超高齡社會階段，65 歲或以上人口佔總人口比例逾兩成，預期此比例將持續上升。人口結構的轉變不僅影響長者的生活質素，亦對本地醫療及社會服務系統的資源配置與政策規劃構成深遠影響。過往本地健康調查多集中於慢性疾病的患病情況，較少全面探討影響長者功能狀態的關鍵因素，包括內在能力衰退及常見老年綜合症。

為回應上述挑戰，香港中文大學賽馬會老年學研究所聯同全港 157 間長者中心協作進行全港性健康調查。本書冊《社區長者健康狀況概覽》綜合是次調查所收集的 49,997 名年滿 60 歲或以上社區長者的健康數據，全面呈現本港社區長者的健康概況。除分析高血壓、膽固醇過高、糖尿病及心臟病等慢性疾病的患病率外，報告亦根據世界衛生組織「老年人綜合照顧」(ICOPE) 框架，按地區展示長者內在能力(包括認知減退、行動能力受限、營養不良、視力受損、聽力受損及抑鬱症狀)的評估結果，以及尿失禁、肌少症風險及衰老等老年綜合症的分布情況。同時，書冊亦涵蓋長者的體能活動、工具性日常生活活動能力，以及醫療及護理服務的使用情況，以更全面掌握其健康行為與服務接觸模式。

這些數據有助識別不同地區長者的健康需要，並為政策制定部門、醫療機構及社會服務單位提供實證基礎，以制定更具針對性的預防、篩查及介入措施。透過科學化的健康監測及社區支援網絡，香港可更有效應對人口高齡化所帶來的挑戰，推動「健康老齡化」的政策實踐。



背景

賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃於2023年1月1日至2025年6月2日期間，為年滿60歲之人士進行「長者健康質素問卷」調查，旨在了解本港長者於人口特徵、慢性疾病及藥物使用、內在能力、老年綜合症及醫療服務使用等範疇的整體及分區情況。

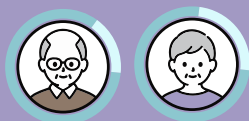
重點

一、人口分佈

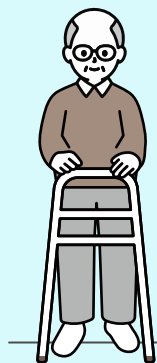


是次調查共收集問卷 **49,997** 份，
其中女性佔79.9%。

按居住地區劃分，觀塘區 (佔11.2%)、
深水埗區 (佔9.9%) 及沙田區 (佔7.2%)
為參與人數最多的三個地區。



三、內在能力



行動能力受限 (佔**43.7%**)、
抑鬱症狀 (佔**38.9%**) 及
認知減退 (佔**36.5%**)

分別為參加者報告出現
內在能力下降的首三項範疇。

四、老年綜合症



參加者出現前期衰老及衰老的
合計比例為 **57.9%**，
而報告有尿失禁情況則佔 **42.8%**。

二、慢性疾病及藥物使用

55.8% 參加者患有高血壓，
50.1% 患有高膽固醇，
而 **24.2%** 則患有糖尿病。

約 **47.0%** 的參加者同時患有兩種或以上慢性疾病，
顯示多病共存的情況普遍存在。

多重用藥在受訪者中亦有一定比例，
佔整體人數的 **14.0%**，
顯示部分人士需依賴5種或以上處方藥物。



五、醫療服務使用

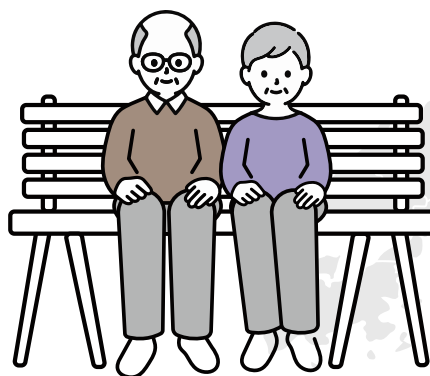
超過六成參加者曾使用
公營普通科門診 (佔**62.8%**) 及
公營專科門診 (佔**65.8%**)。

約一半 參加者曾向
私家門診/私家診所求診。

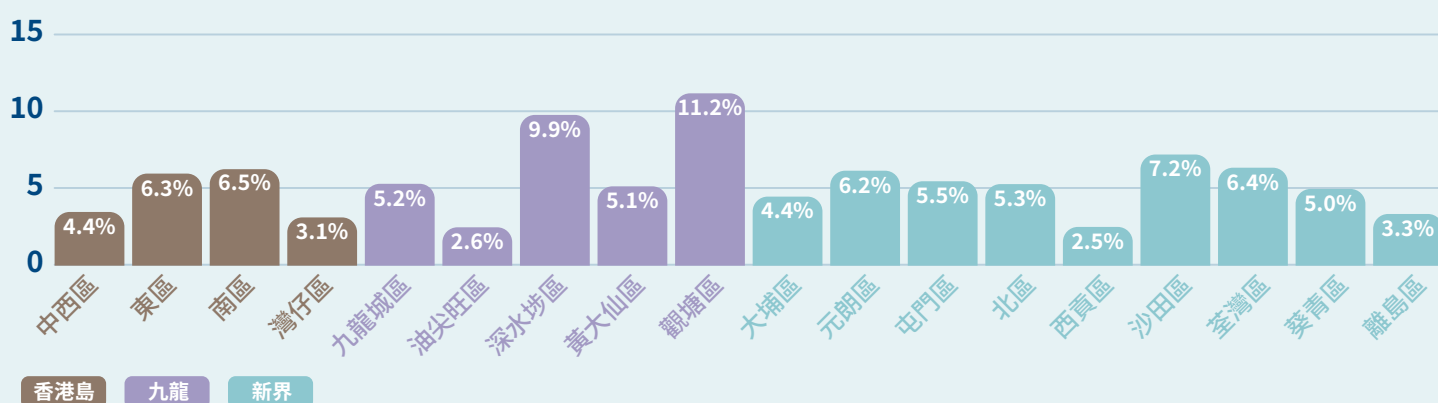


1.1 整體參加人數

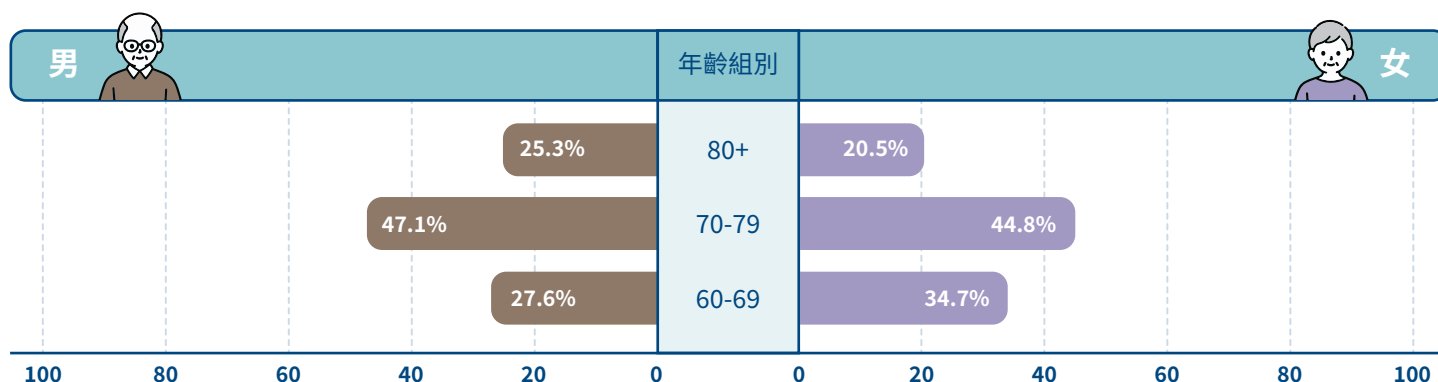
共有 **49,997** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



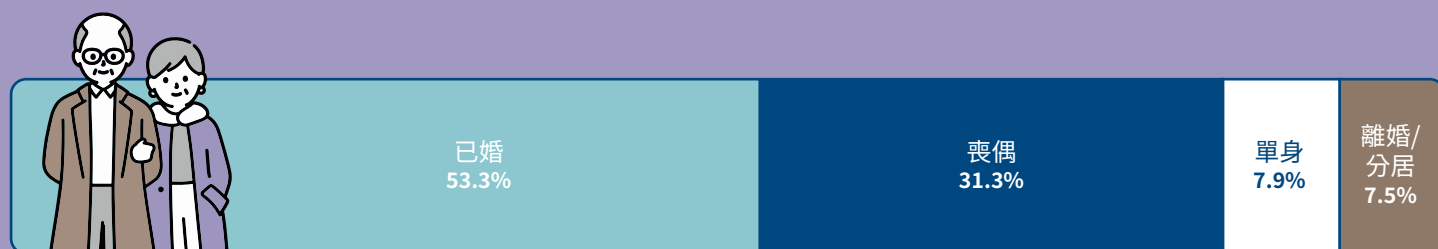
1.2 按分區劃分的長者比例*



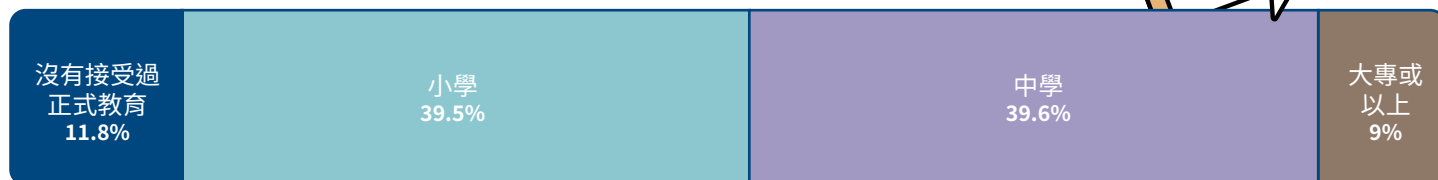
1.3 按性別及年齡劃分的長者比例



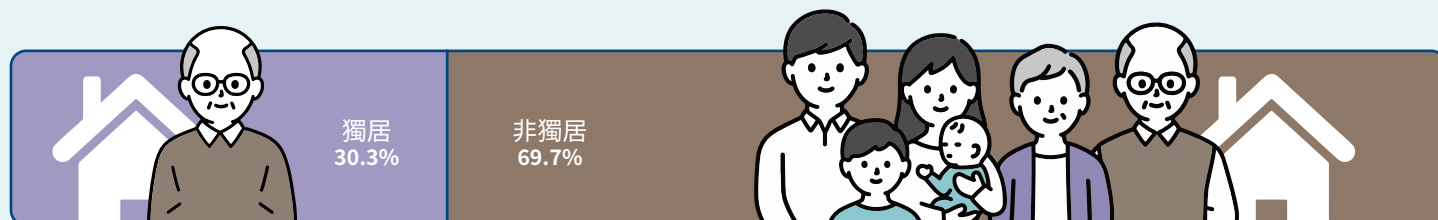
1.4 婚姻狀況



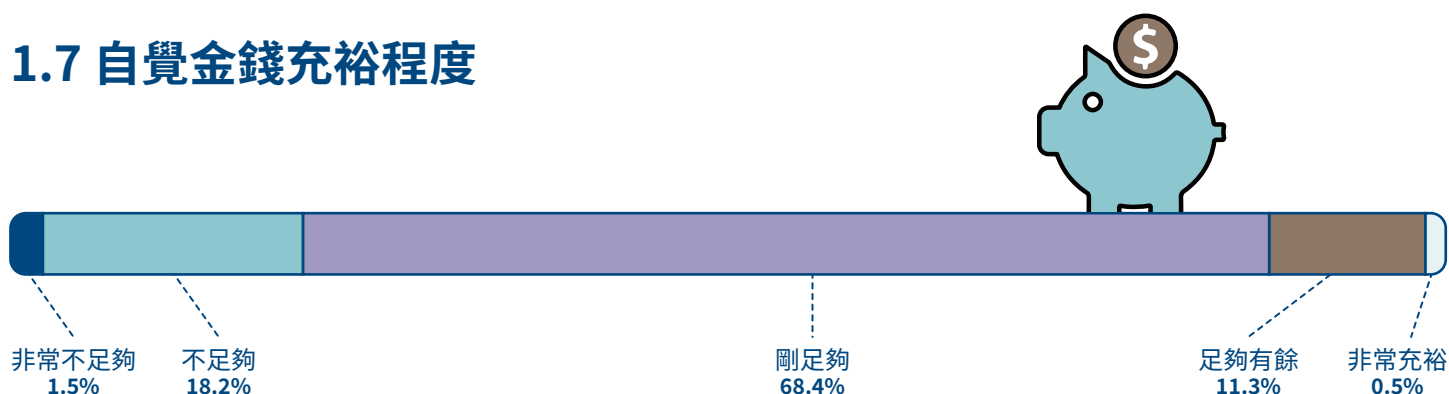
1.5 教育程度



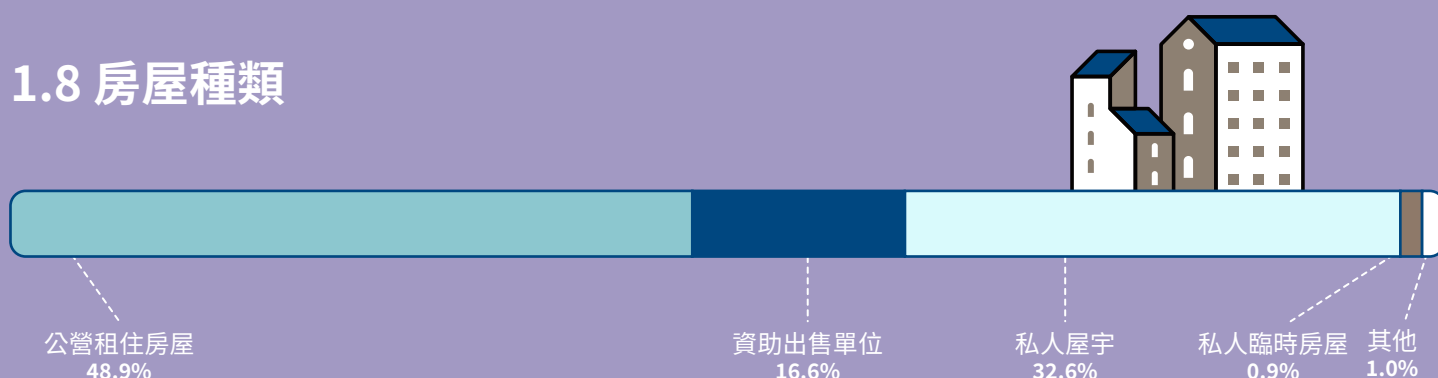
1.6 居住狀況



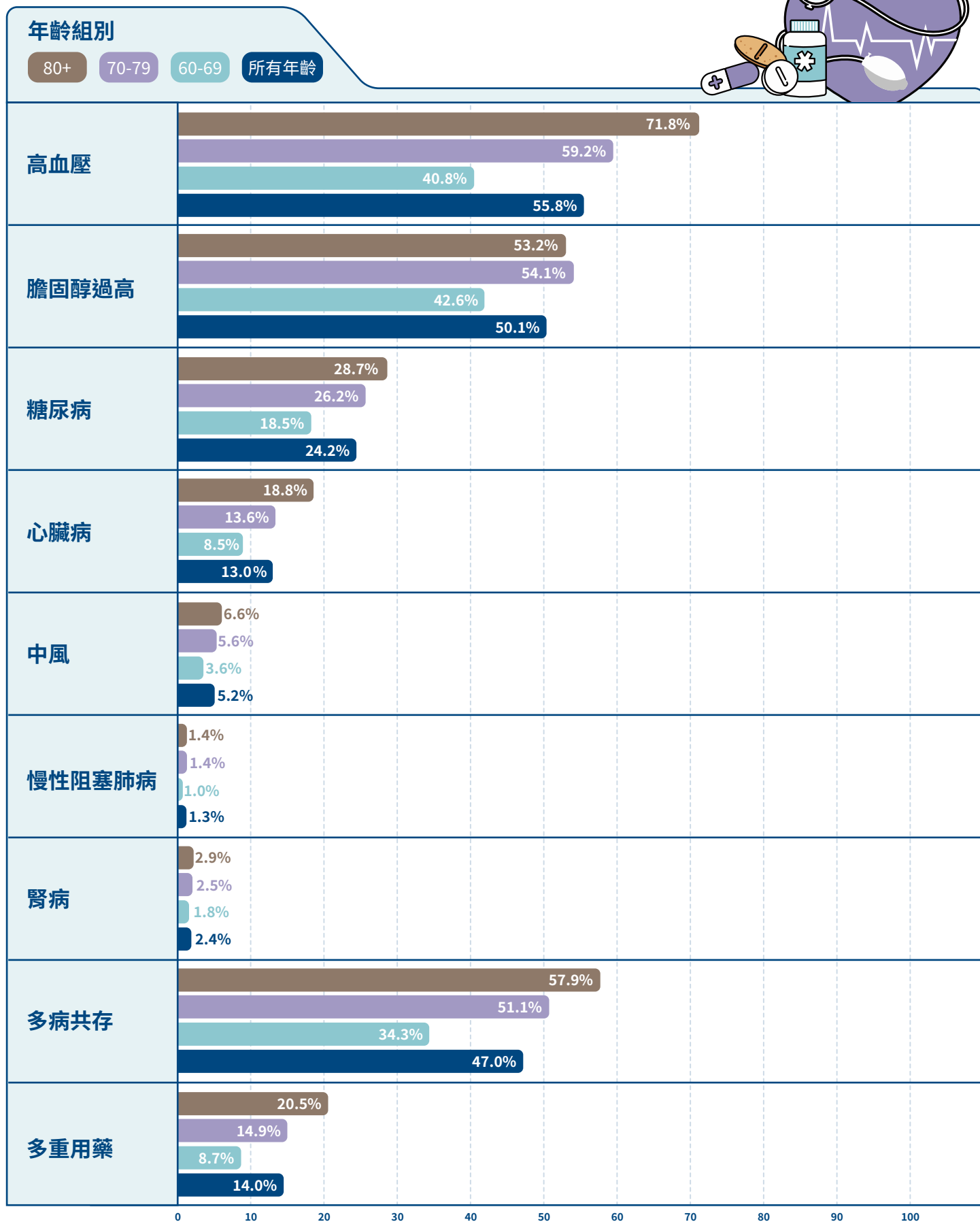
1.7 自覺金錢充裕程度



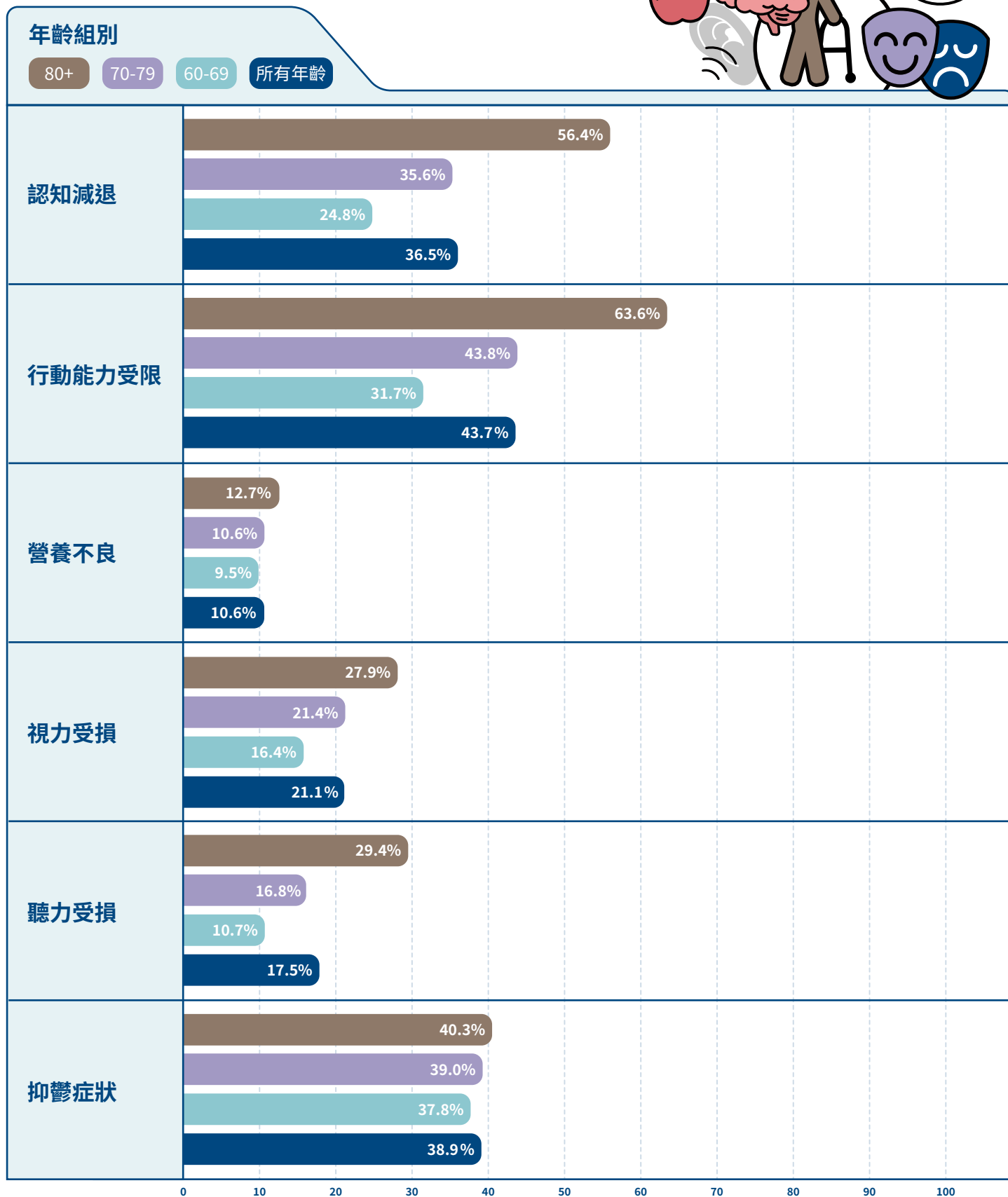
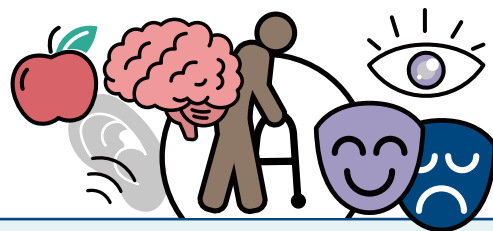
1.8 房屋種類



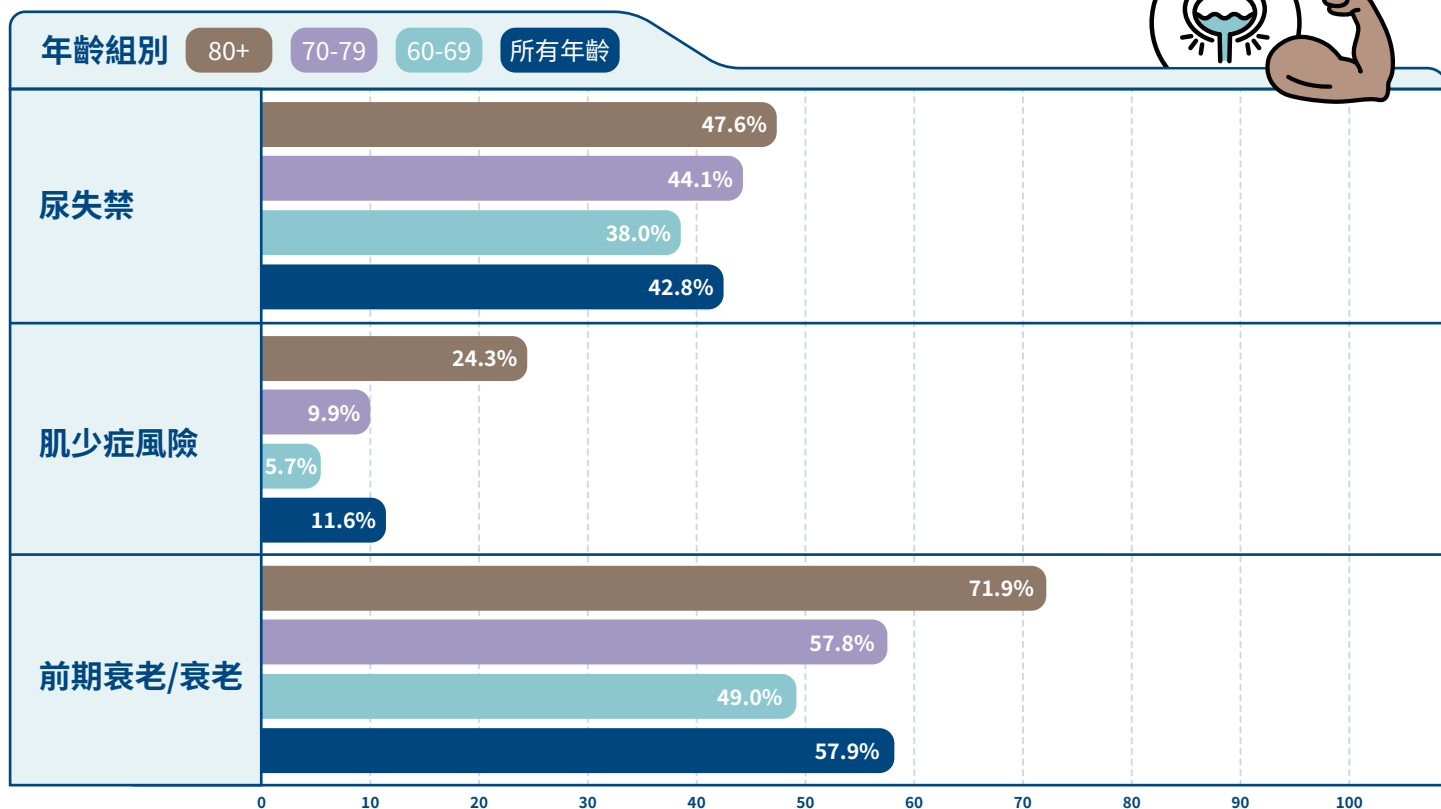
1.9 慢性疾病及藥物使用



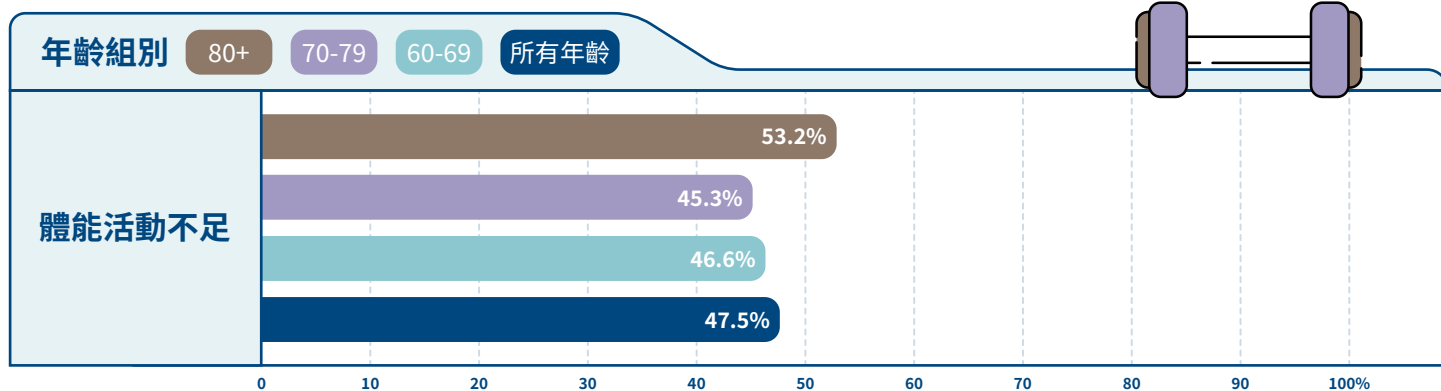
1.10 內在能力



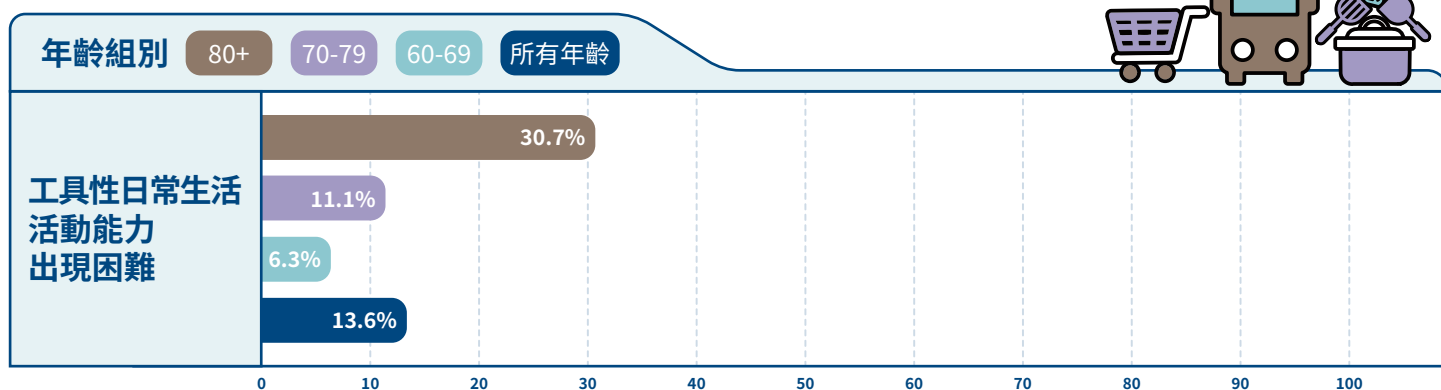
1.11 老年綜合症



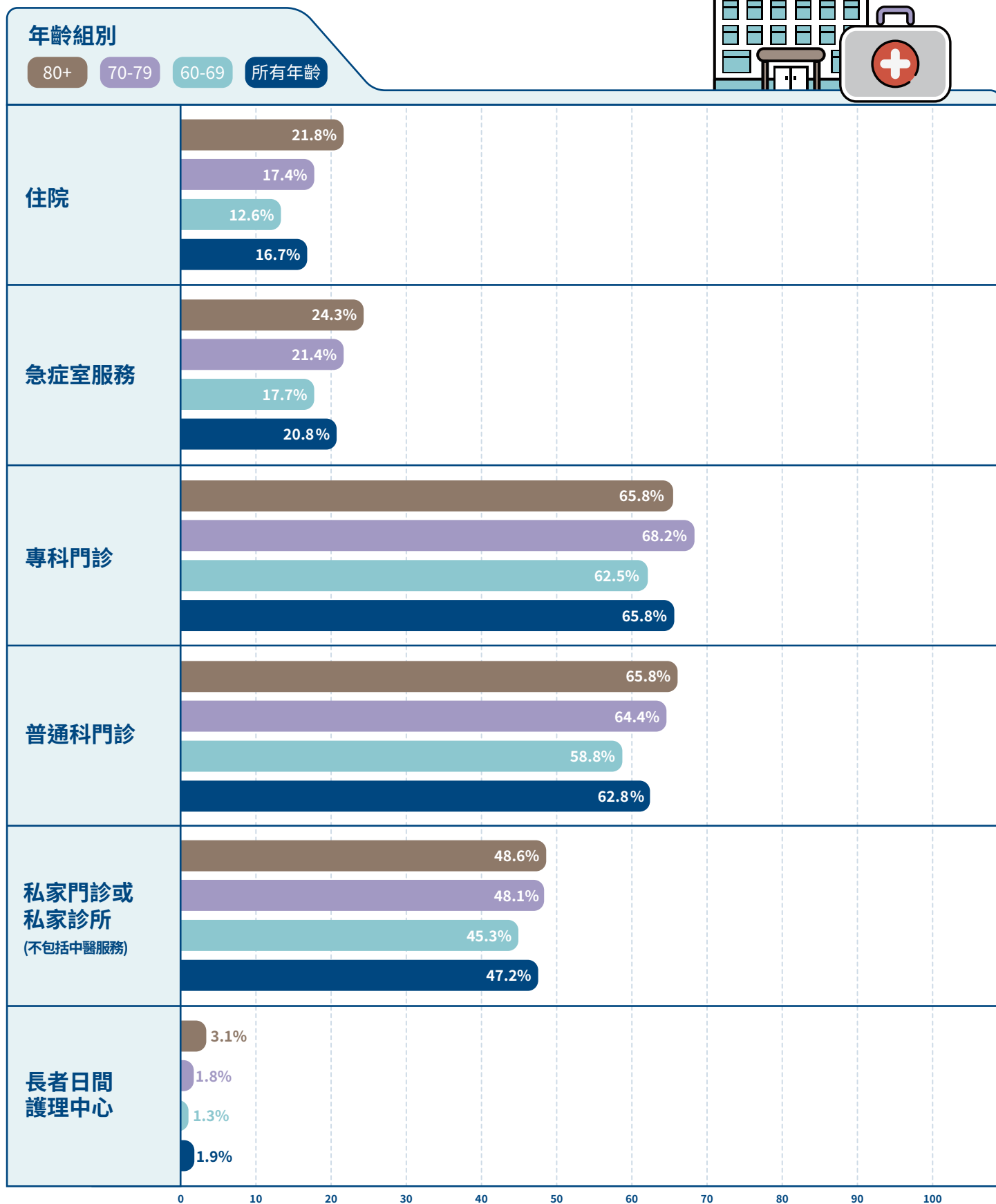
1.12 體能活動



1.13 工具性日常生活活動能力

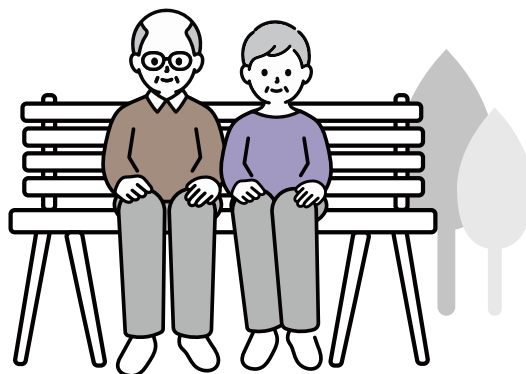


1.14 醫療及護理服務使用

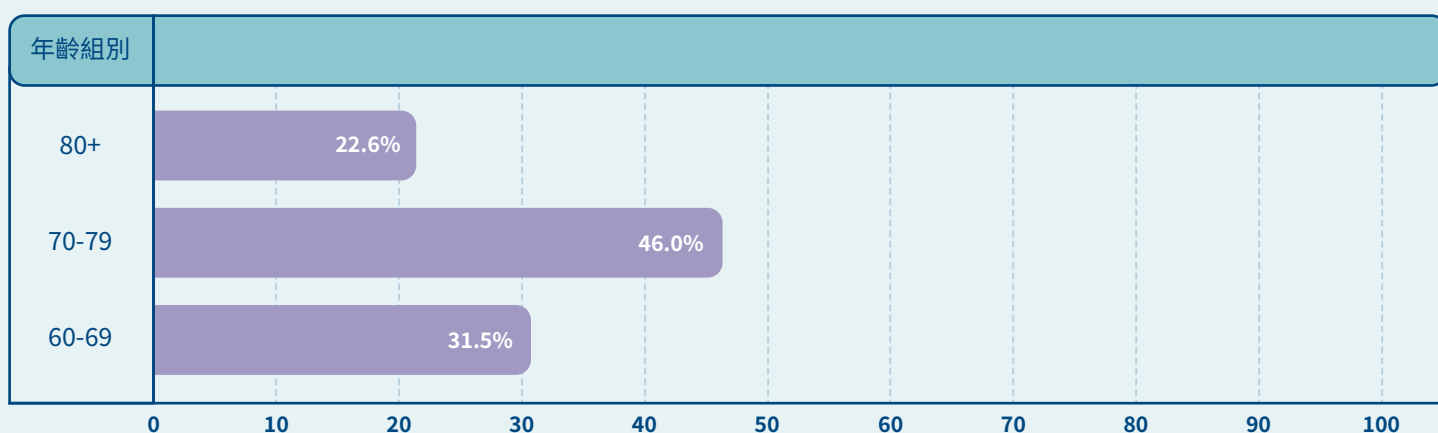


2.1 中西區參加人數

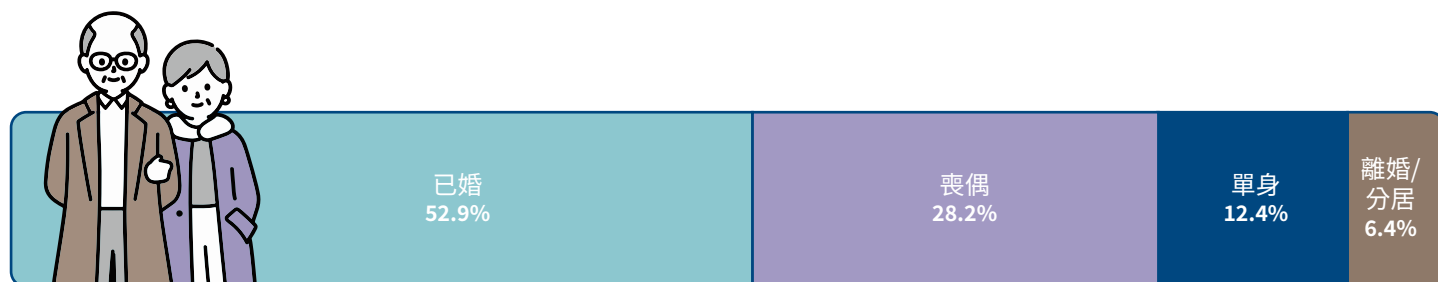
中西區共有**2,178**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



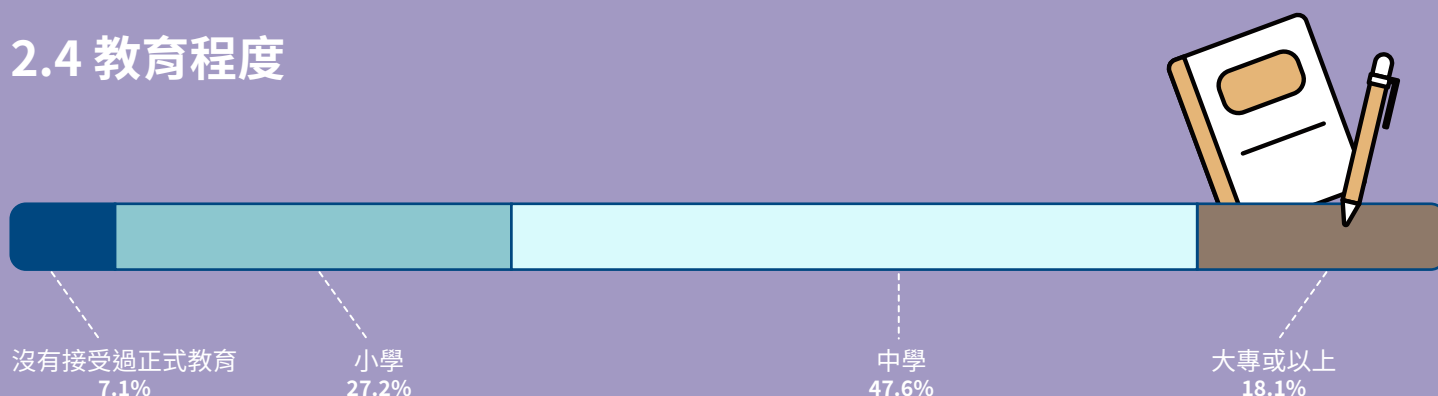
2.2 按年齡劃分的參加者比例



2.3 婚姻狀況



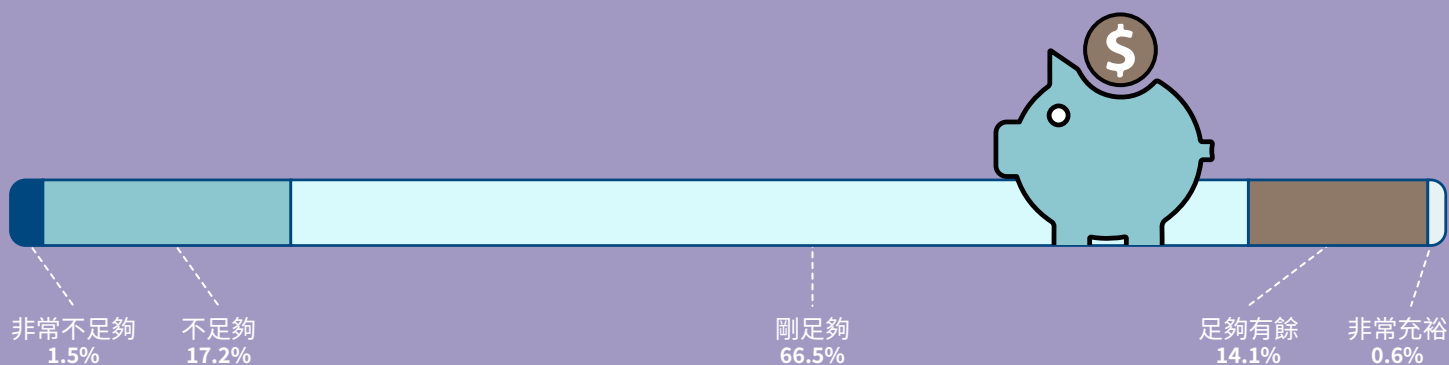
2.4 教育程度



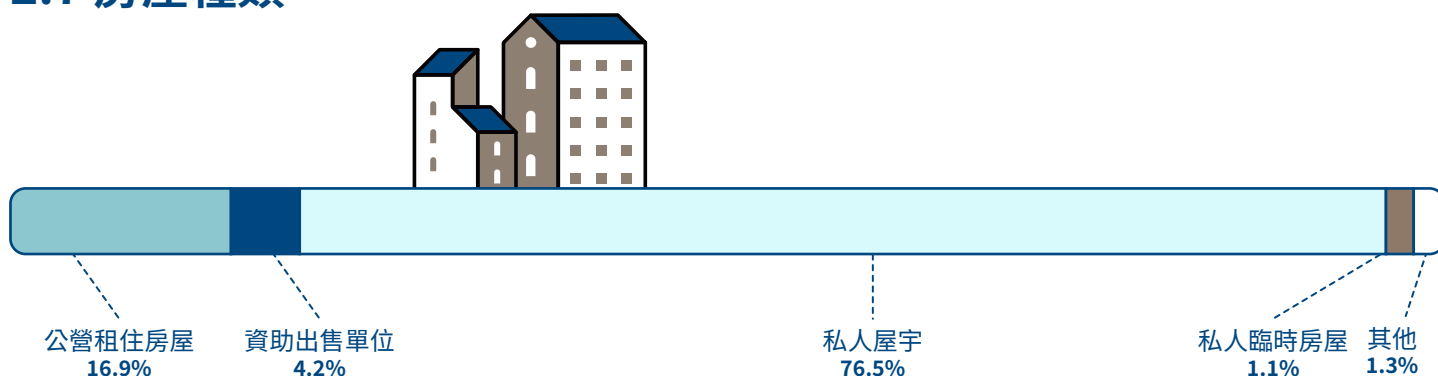
2.5 居住狀況



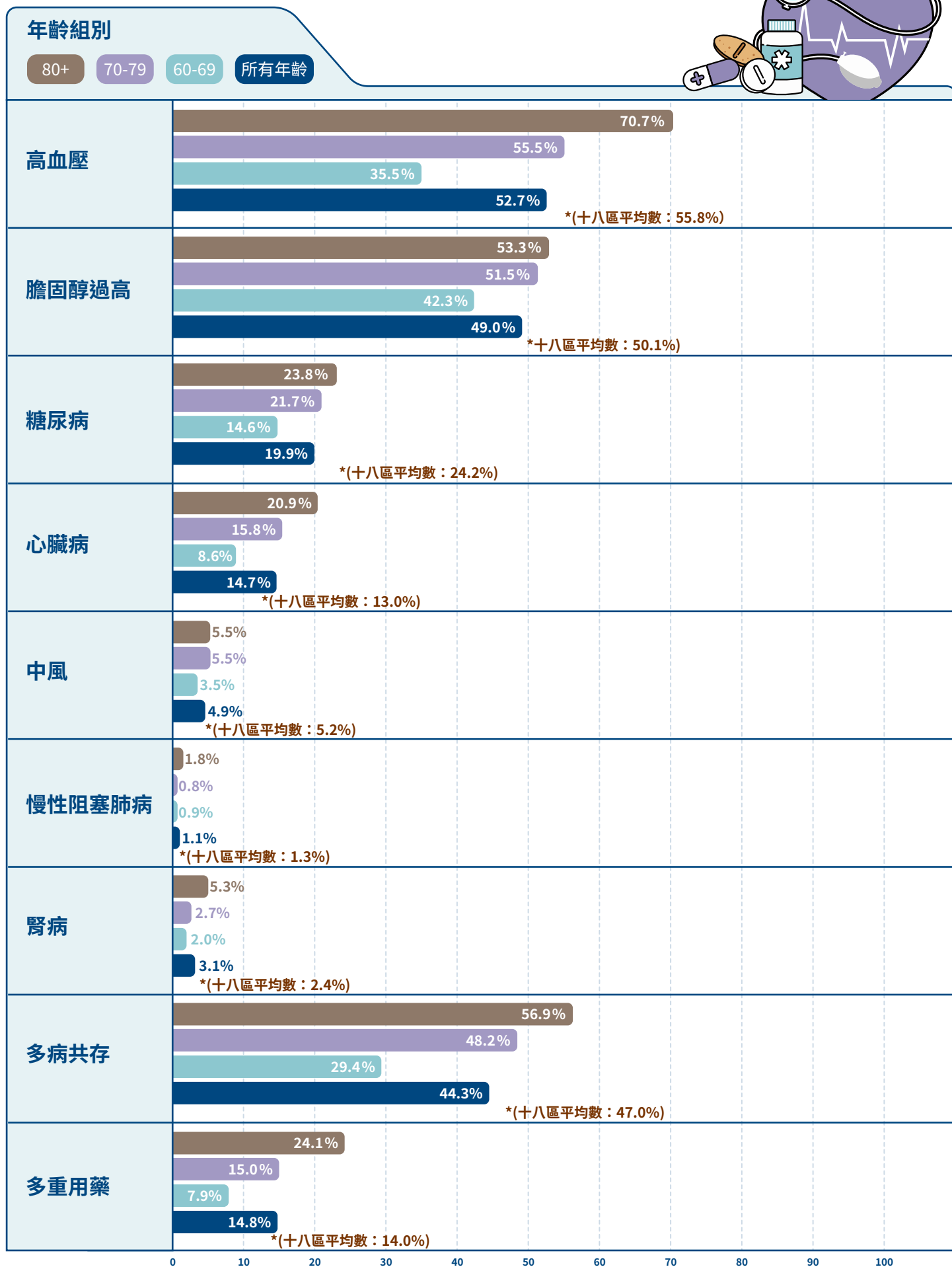
2.6 自覺金錢充裕程度



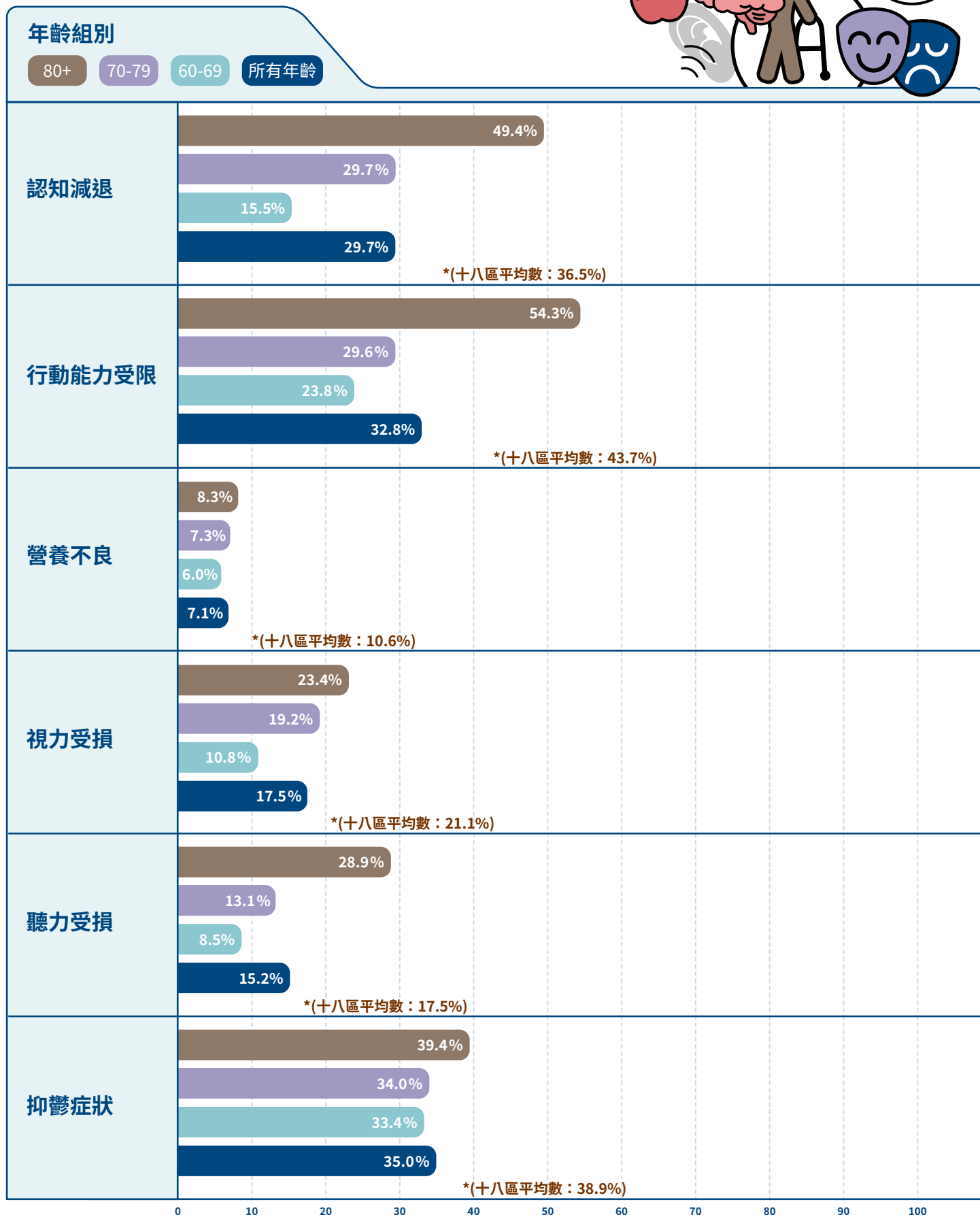
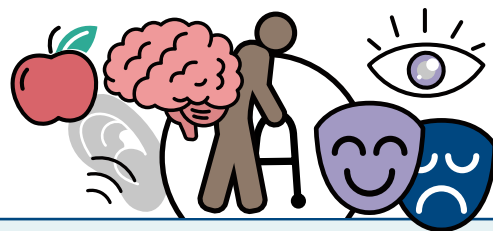
2.7 房屋種類



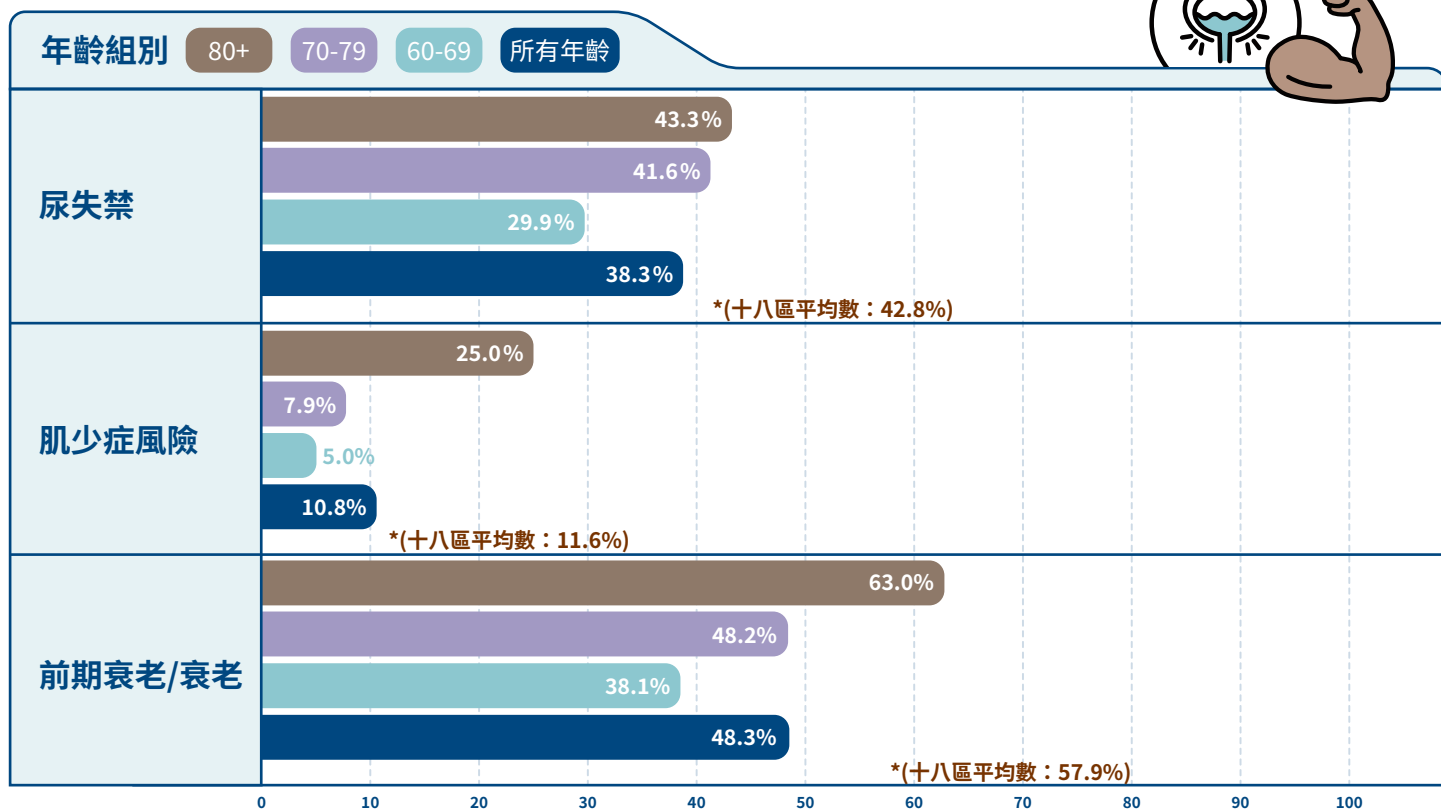
2.8 慢性疾病及藥物使用



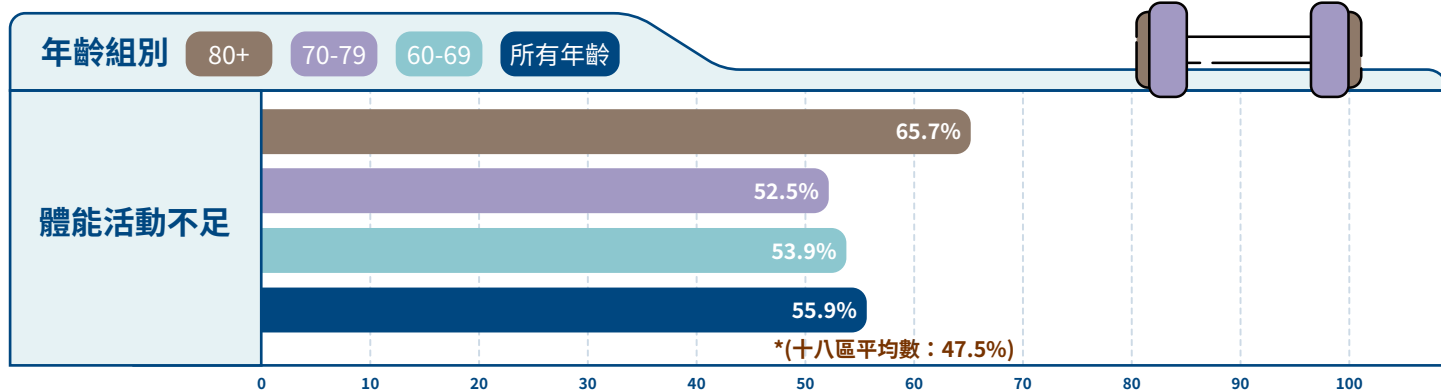
2.9 內在能力



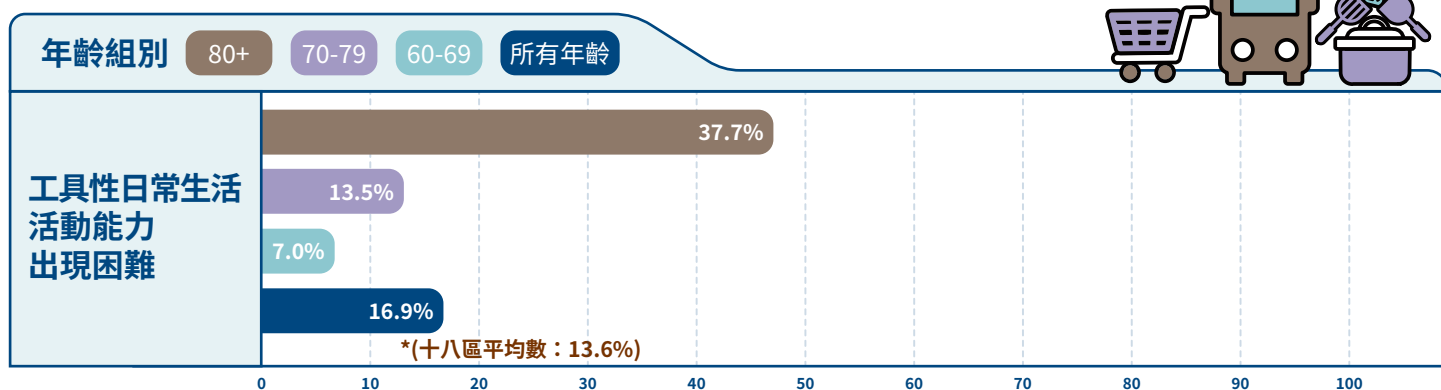
2.10 老年綜合症



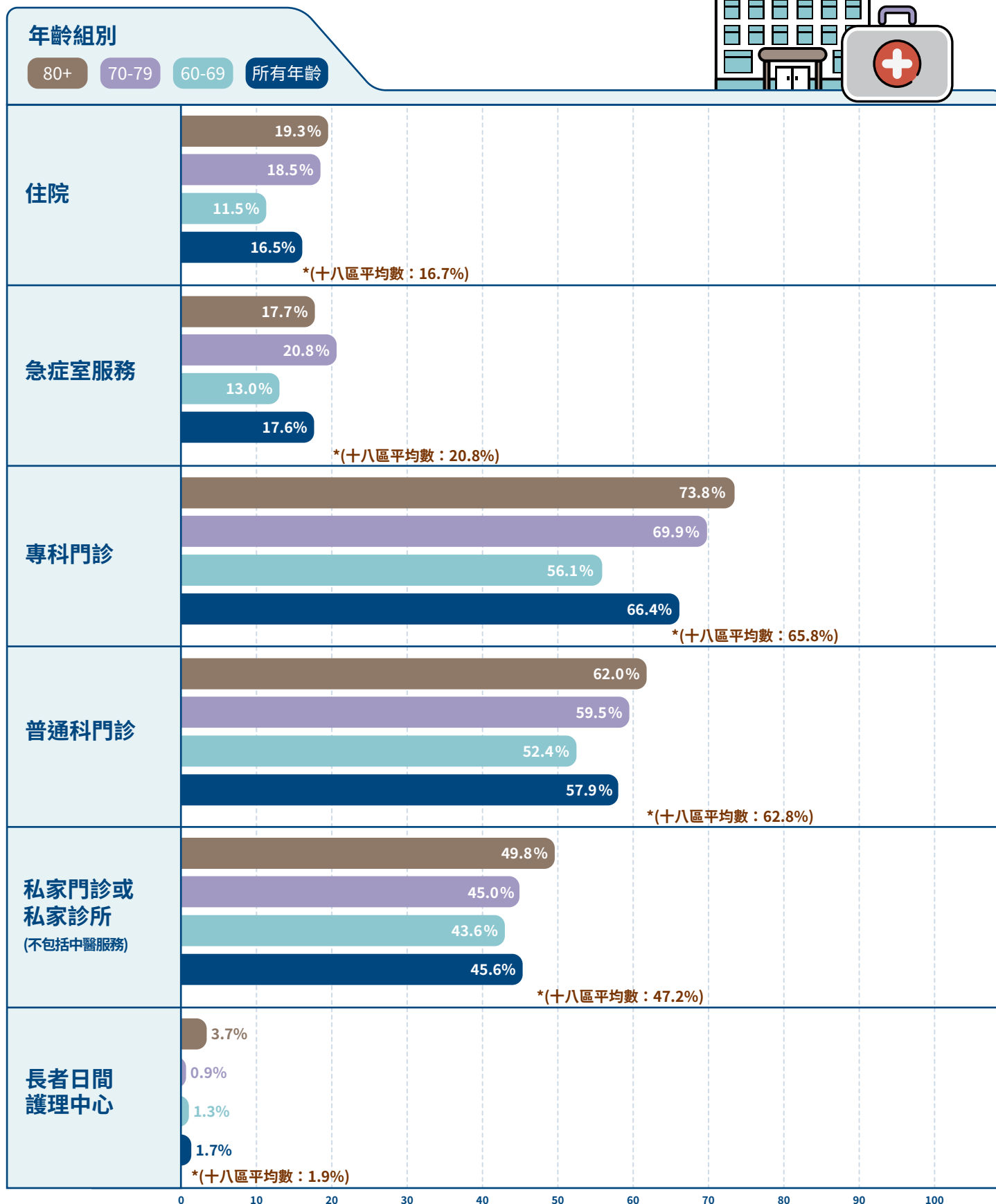
2.11 體能活動



2.12 工具性日常生活活動能力

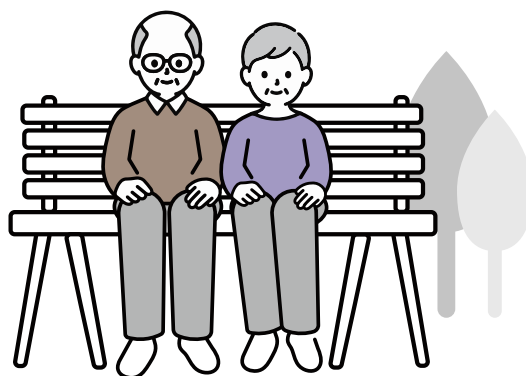


2.13 醫療及護理服務使用

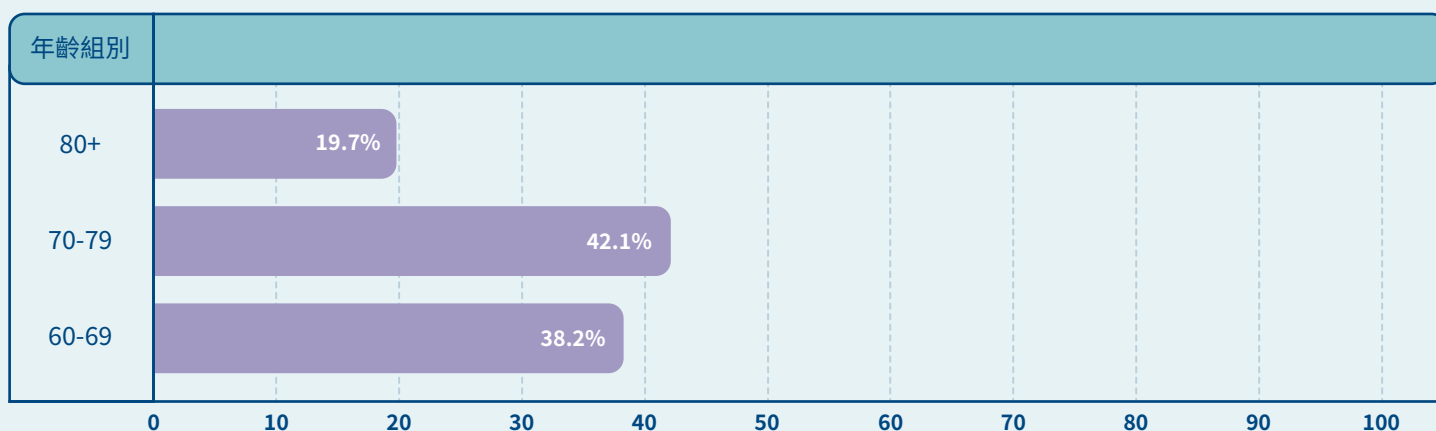


3.1 東區參加人數

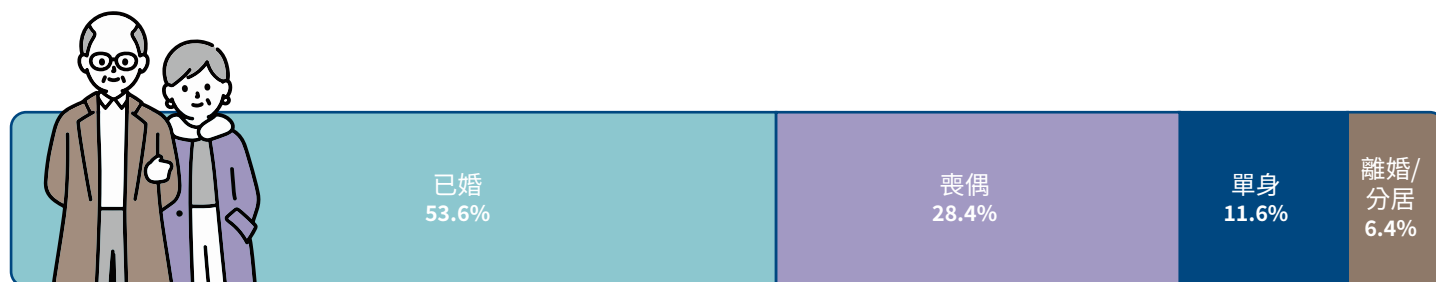
東區共有 **3,158** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



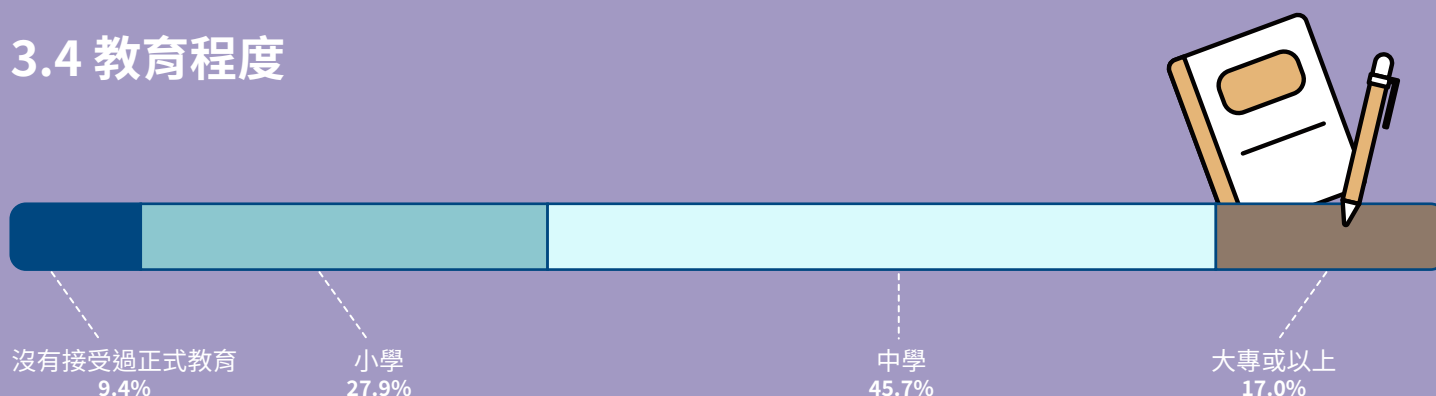
3.2 按年齡劃分的參加者比例



3.3 婚姻狀況



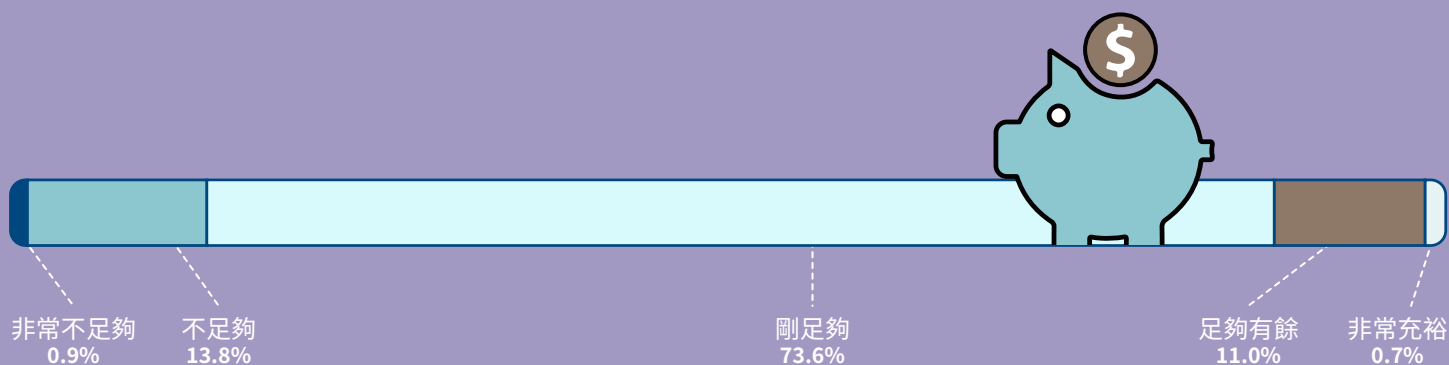
3.4 教育程度



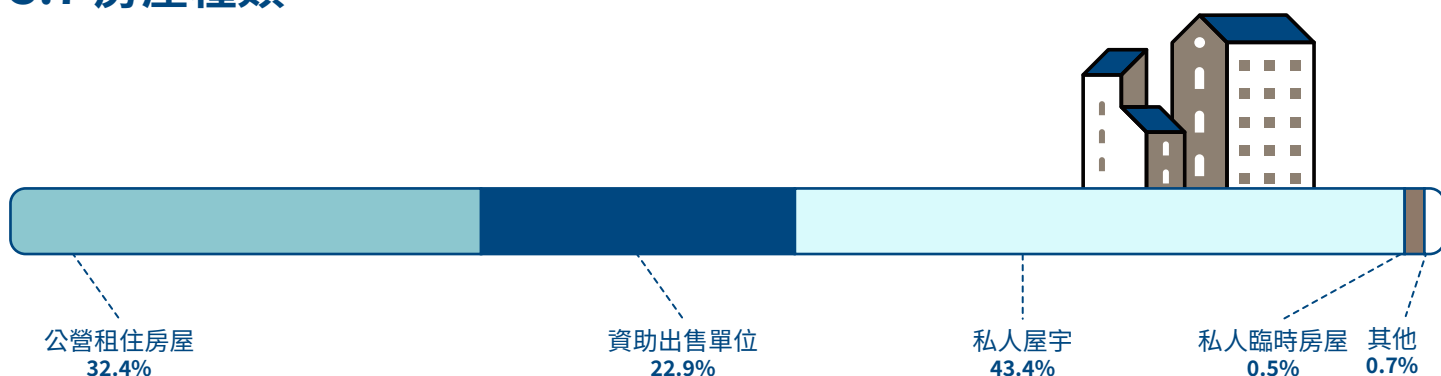
3.5 居住狀況



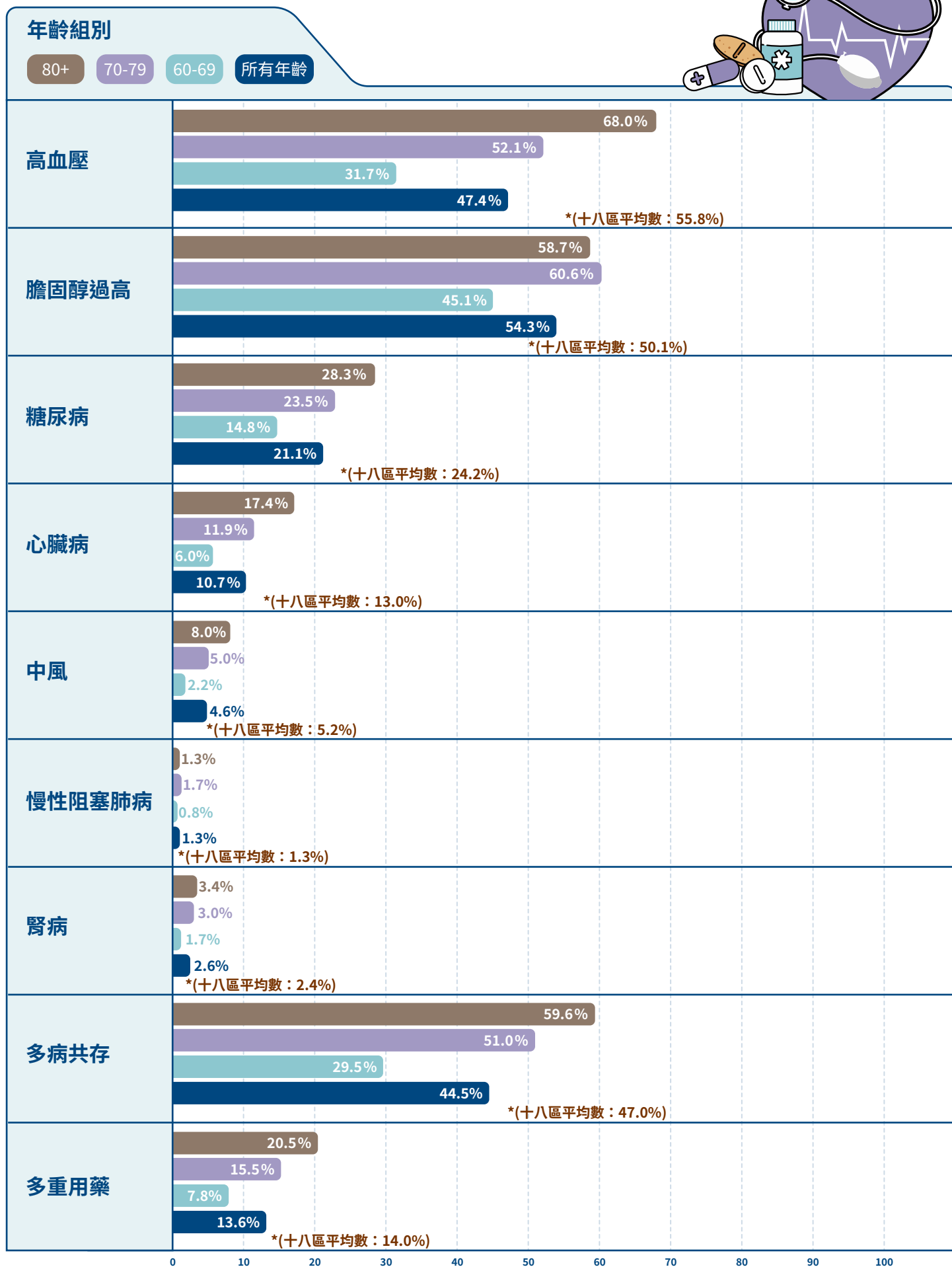
3.6 自覺金錢充裕程度



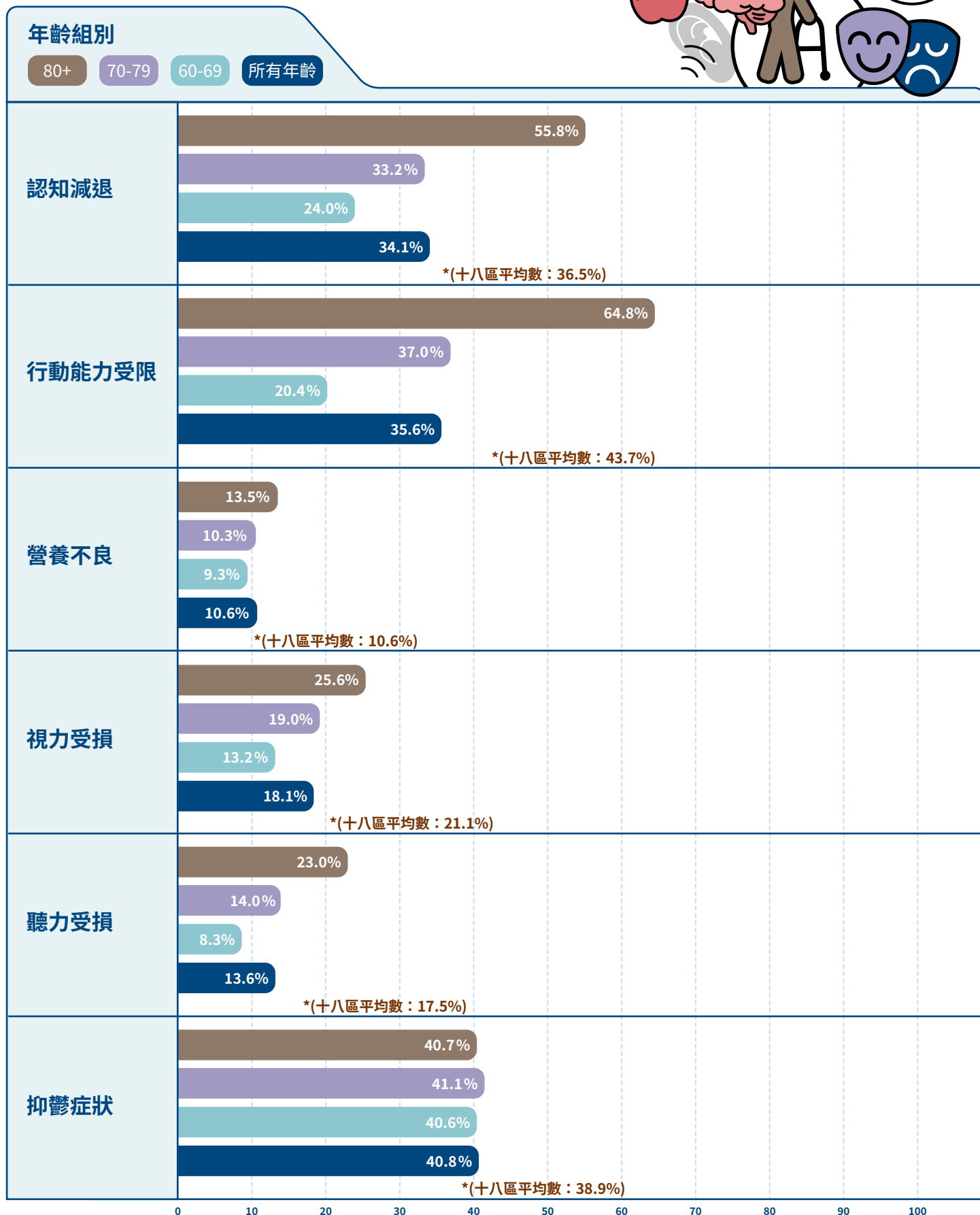
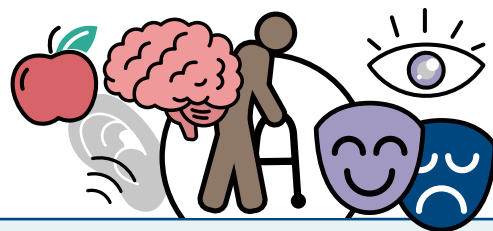
3.7 房屋種類



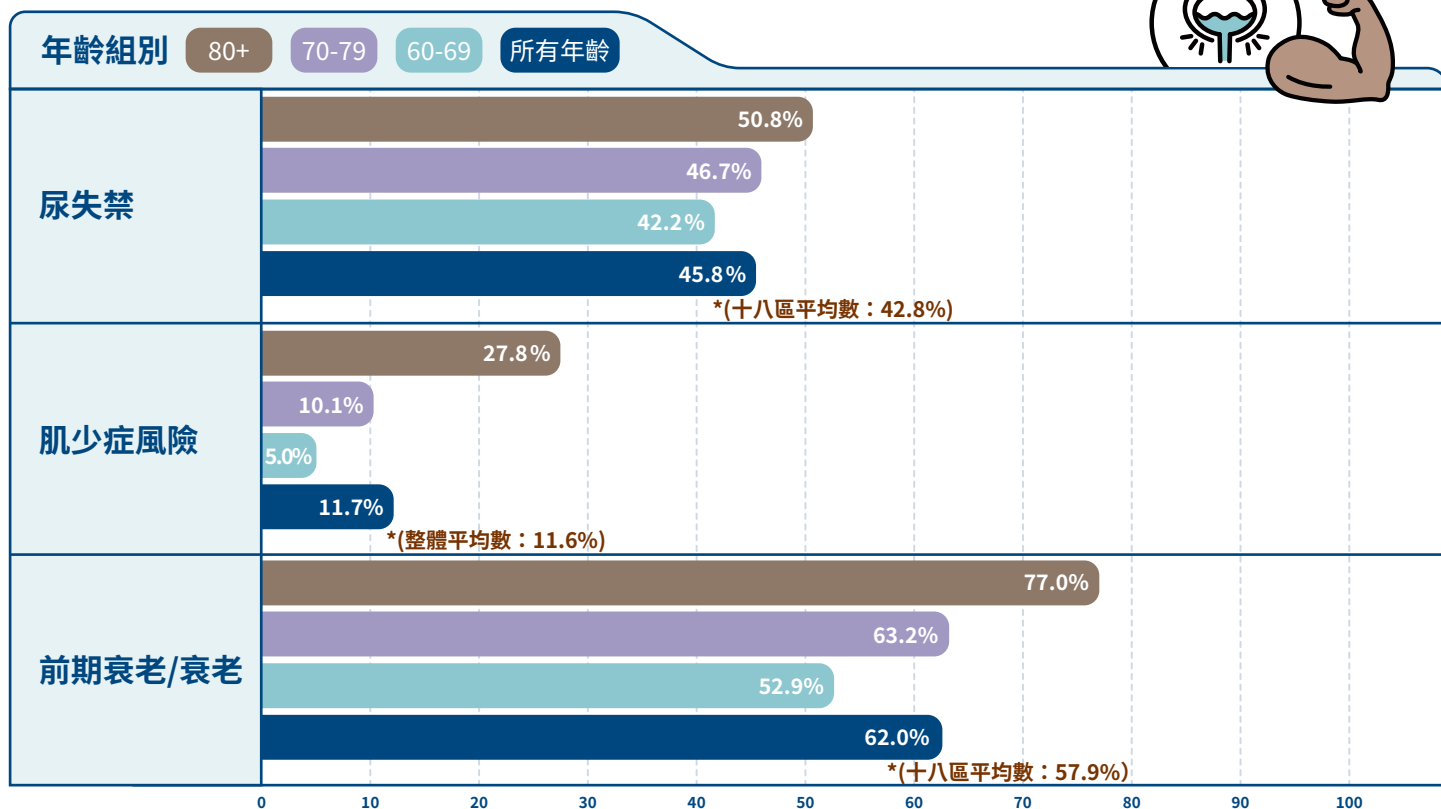
3.8 慢性疾病及藥物使用



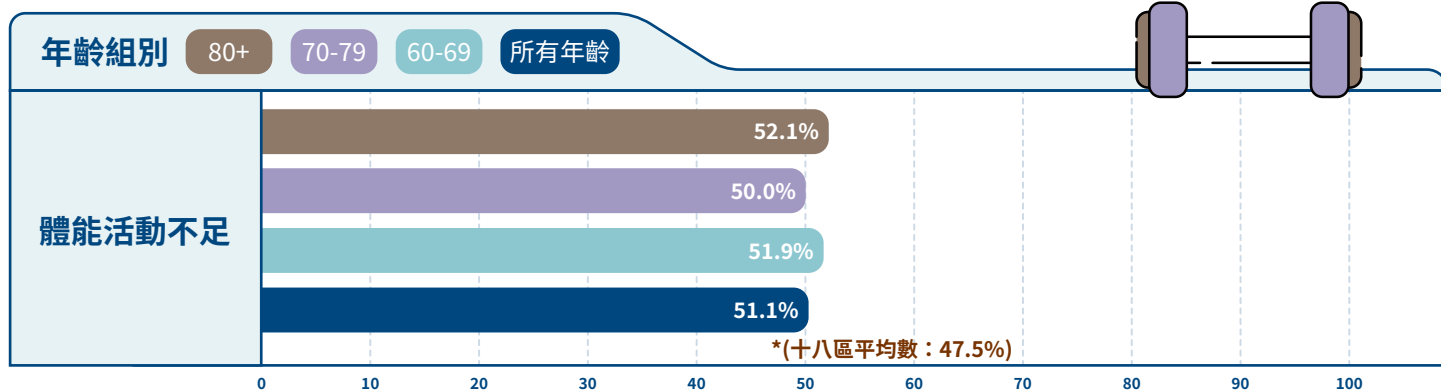
3.9 內在能力



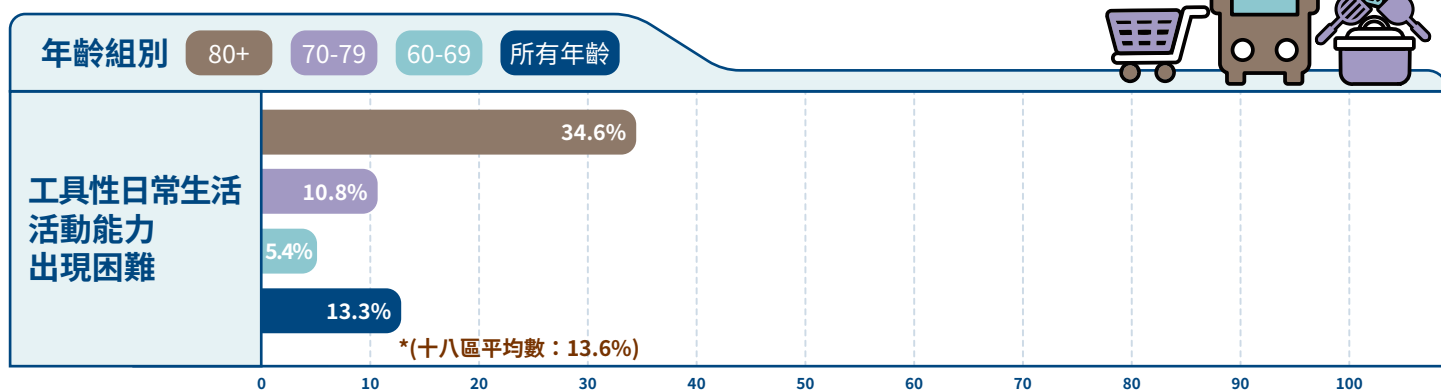
3.10 老年綜合症



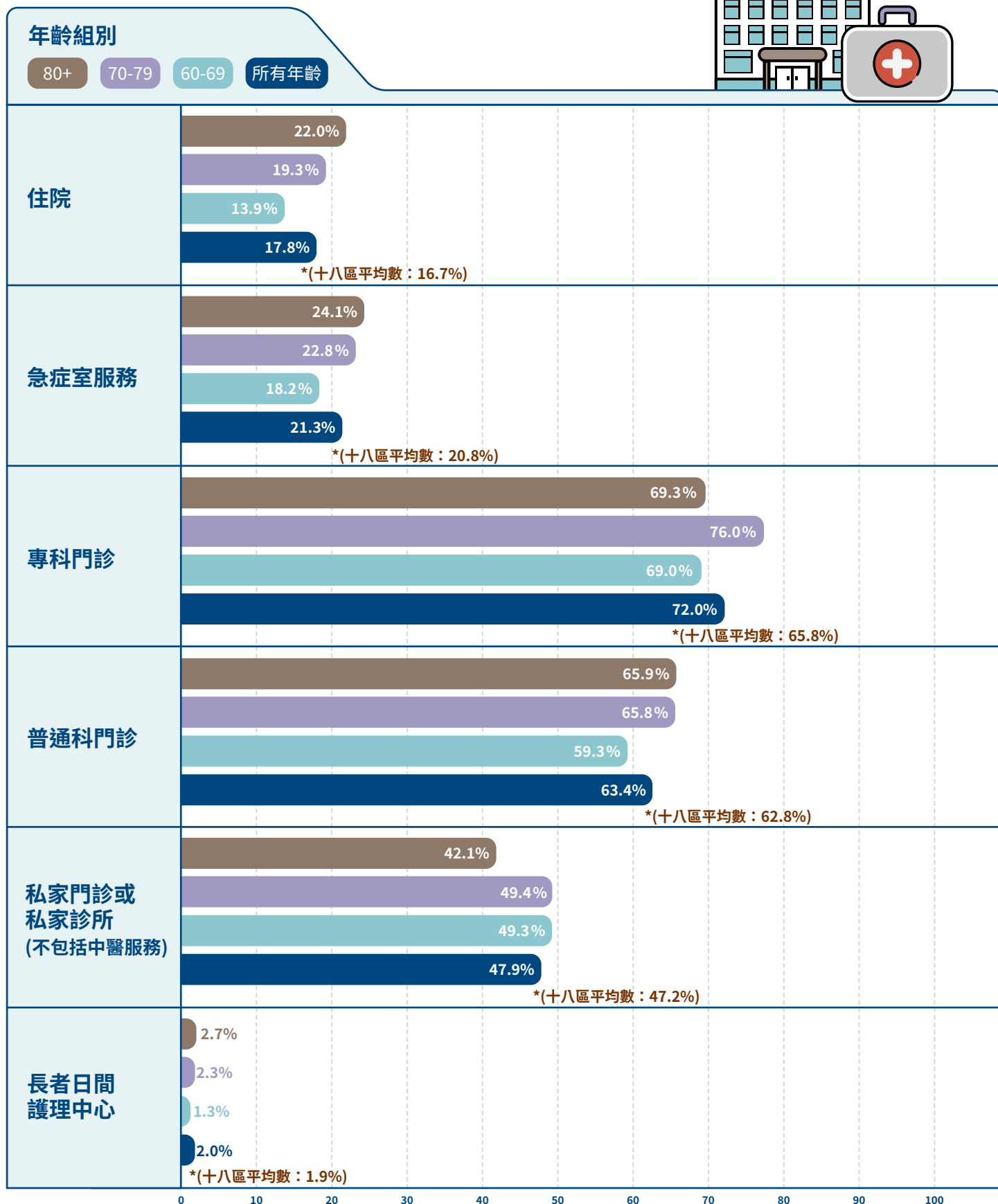
3.11 體能活動



3.12 工具性日常生活活動能力

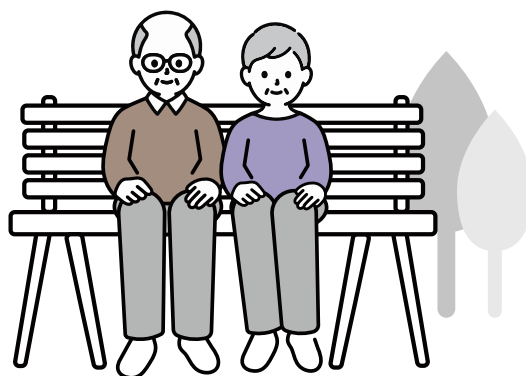


3.13 醫療及護理服務使用

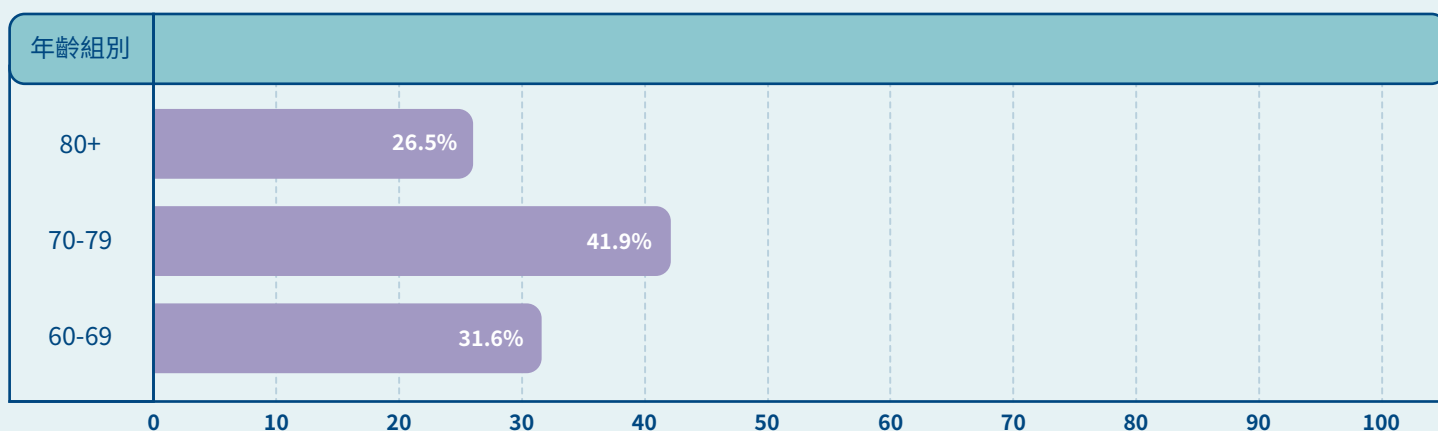


4.1 南區參加人數

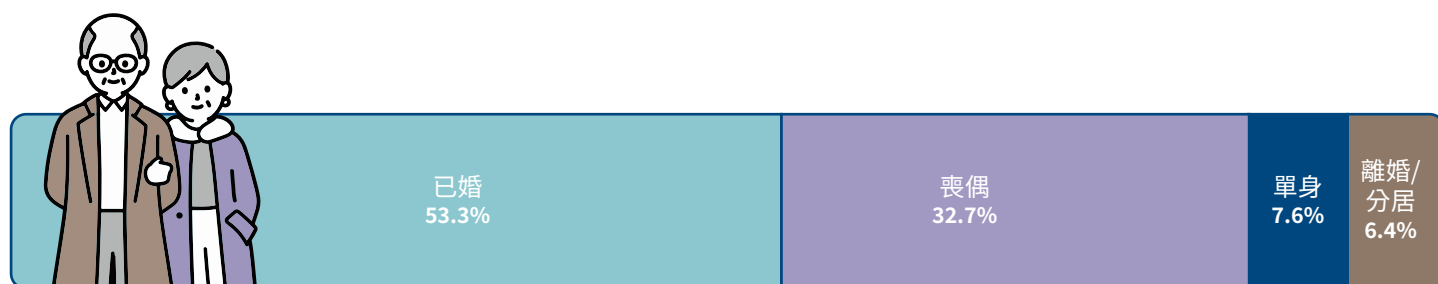
南區共有 **3,245** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



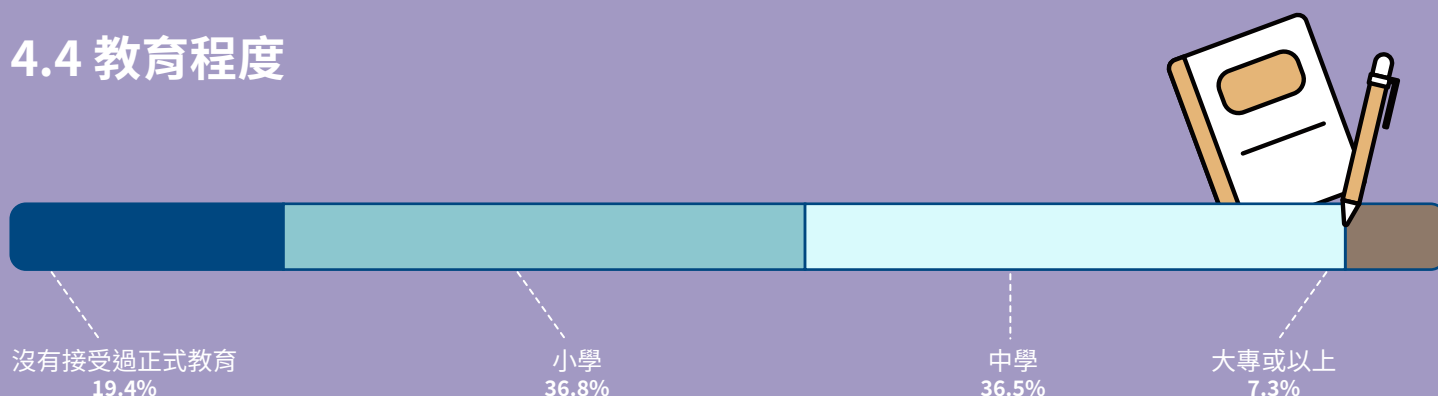
4.2 按年齡劃分的參加者比例



4.3 婚姻狀況



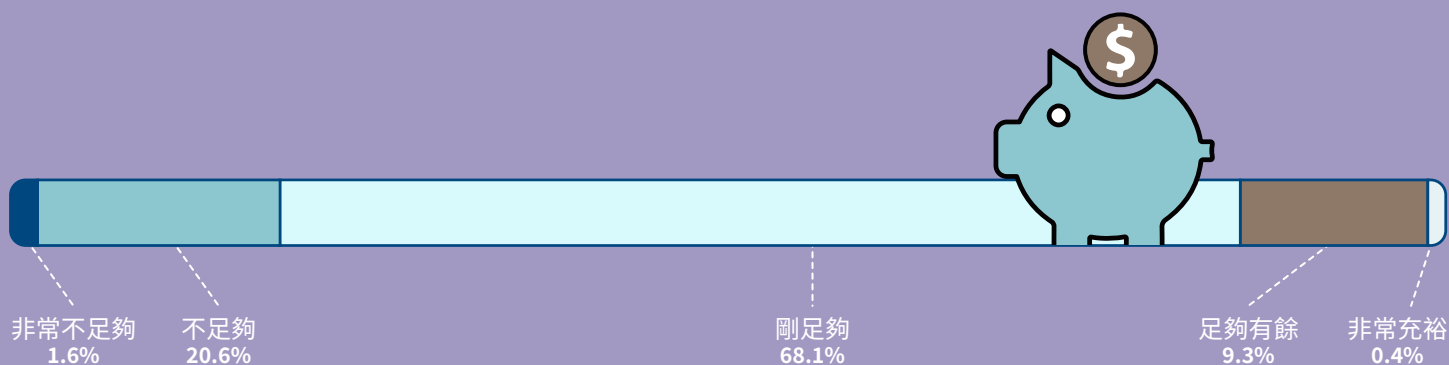
4.4 教育程度



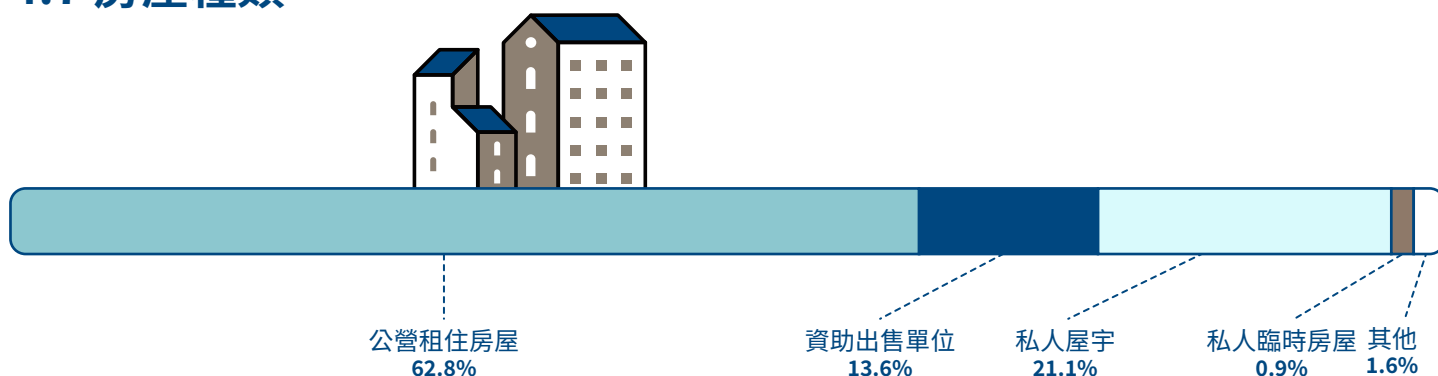
4.5 居住狀況



4.6 自覺金錢充裕程度



4.7 房屋種類



4.8 慢性疾病及藥物使用



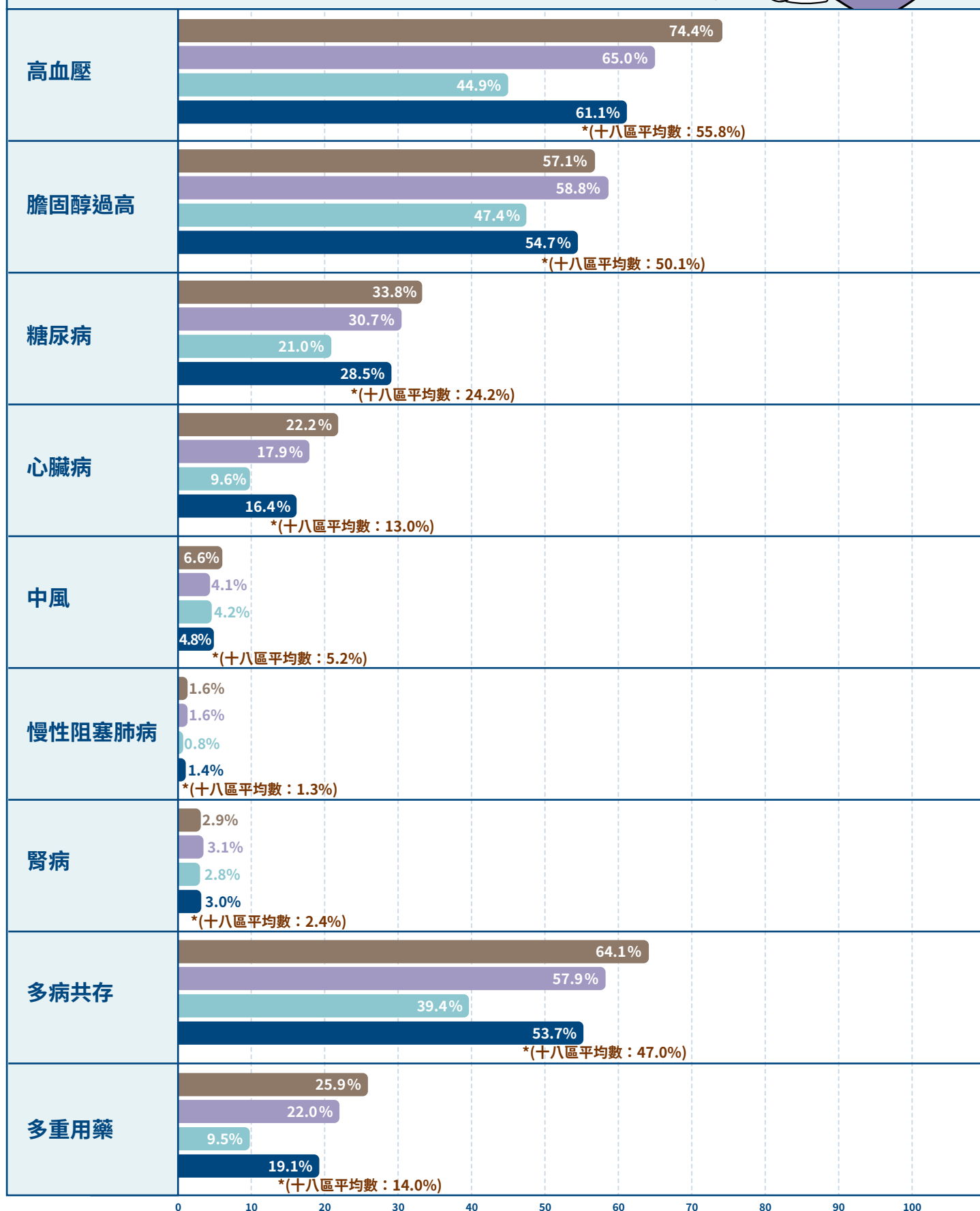
年齡組別

80+

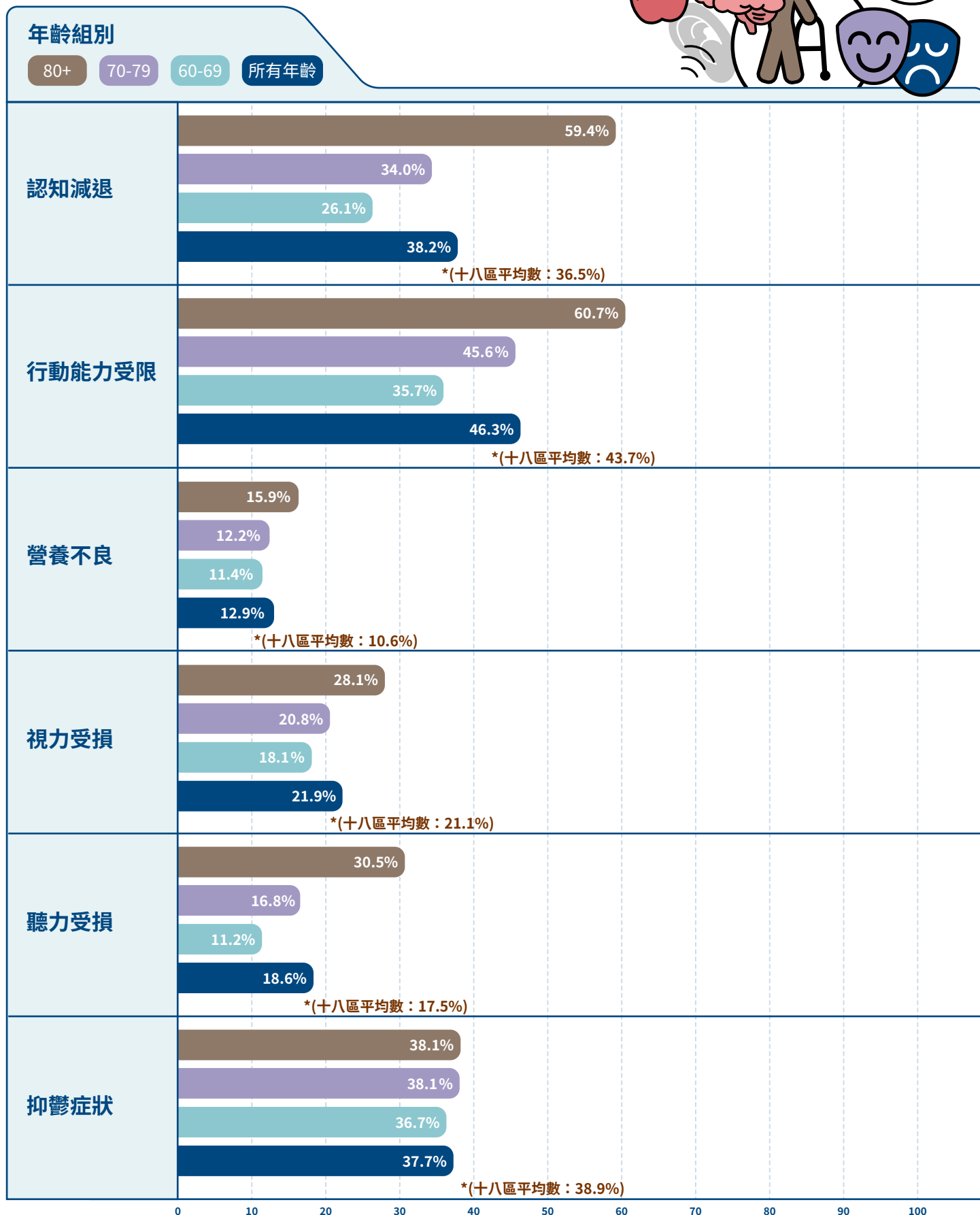
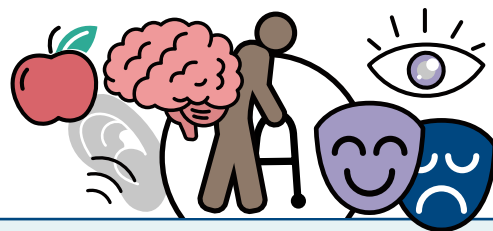
70-79

60-69

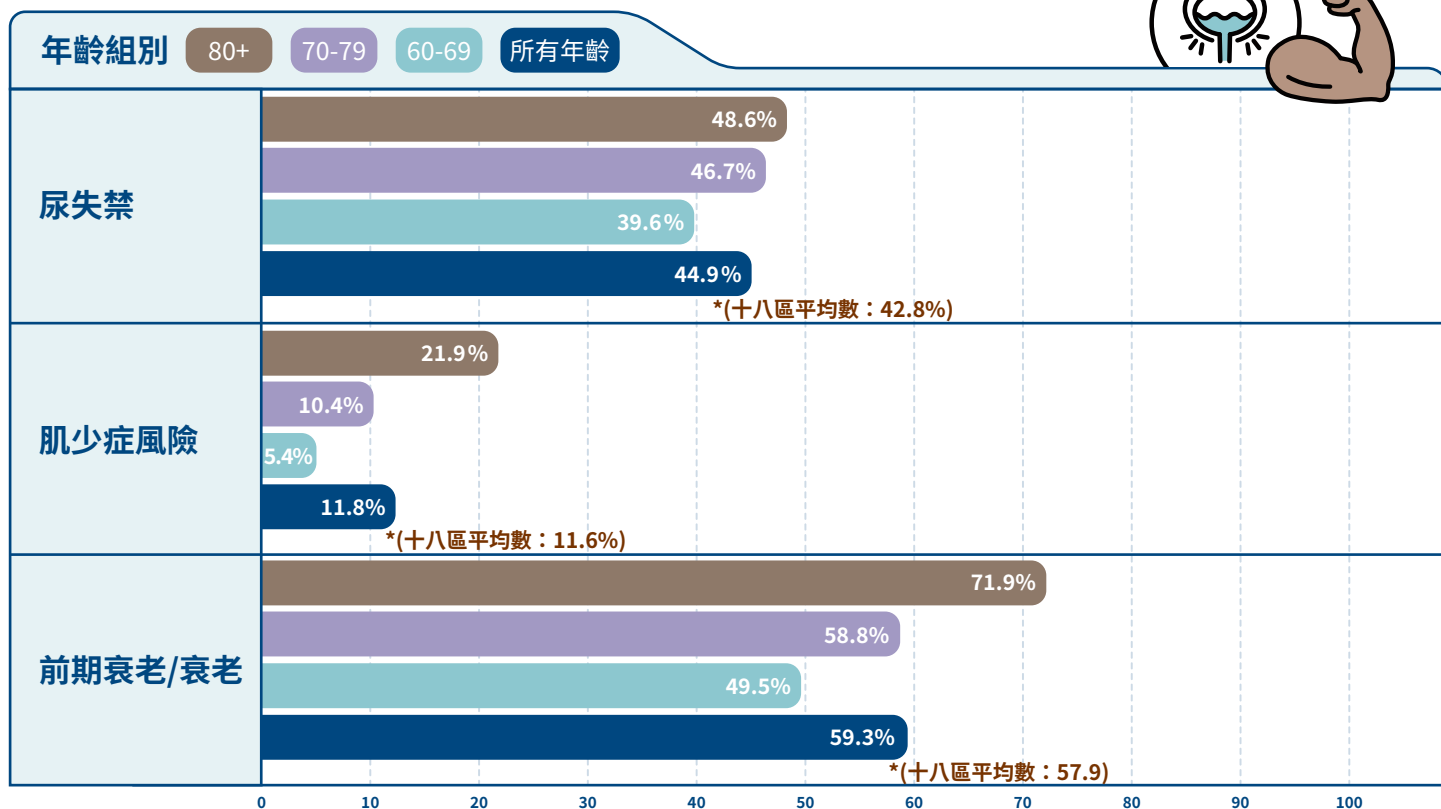
所有年齡



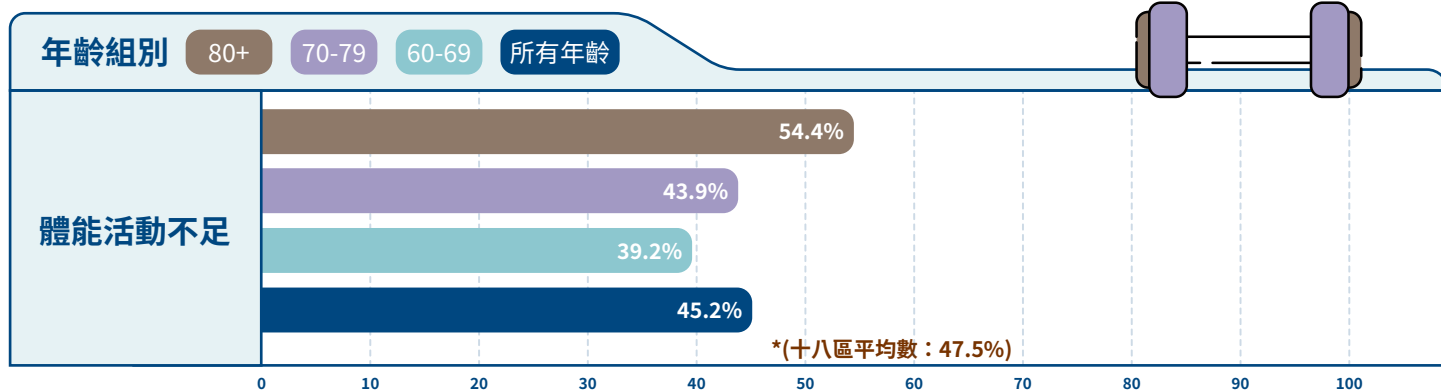
4.9 內在能力



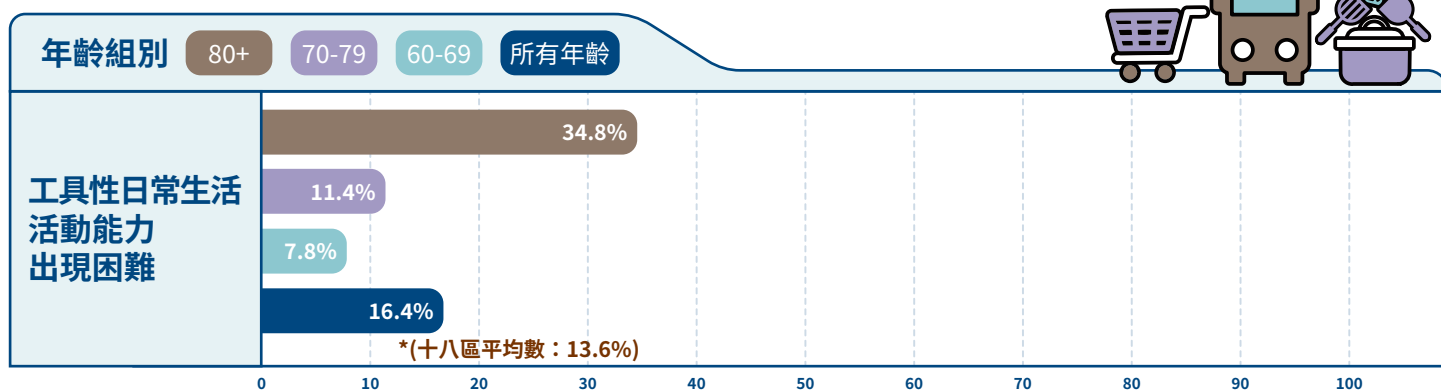
4.10 老年綜合症



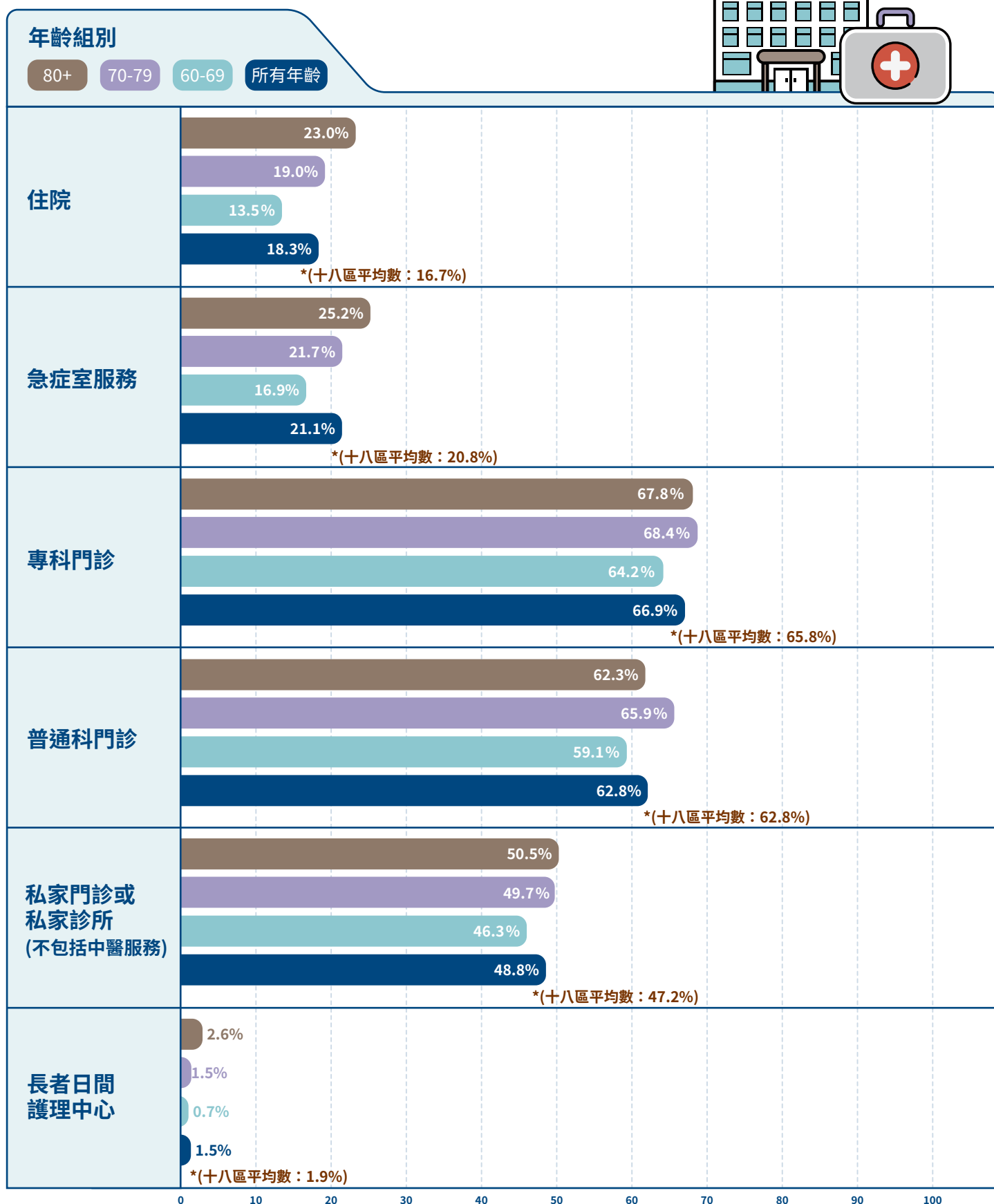
4.11 體能活動



4.12 工具性日常生活活動能力

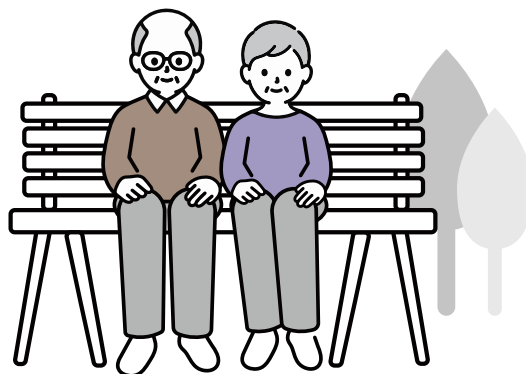


4.13 醫療及護理服務使用

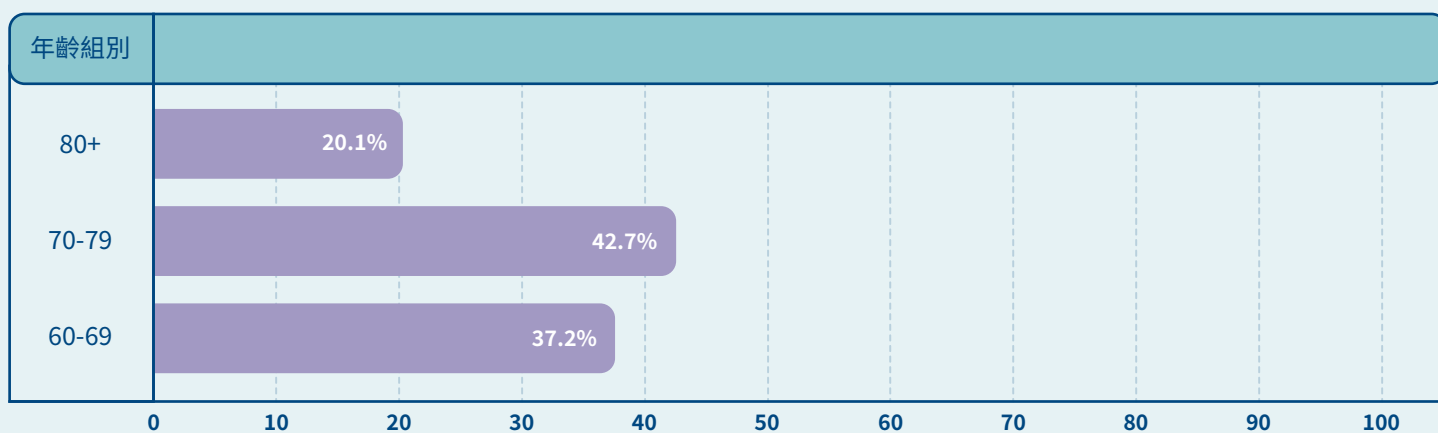


5.1 灣仔區參加人數

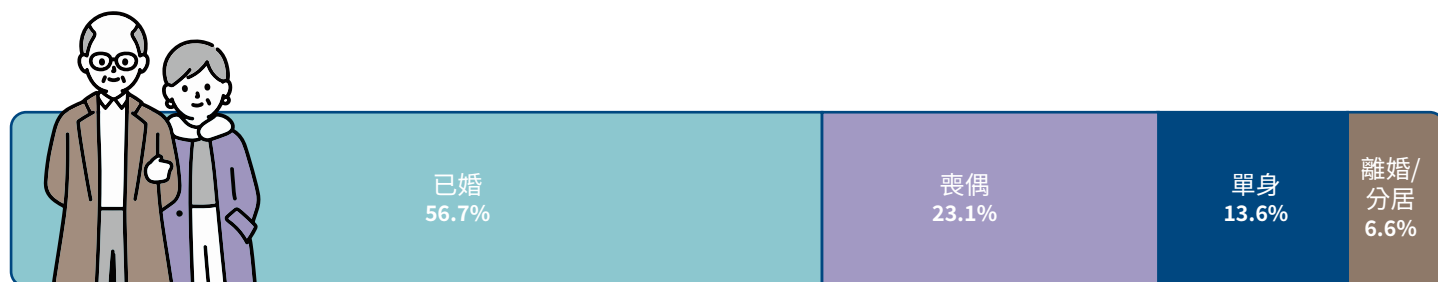
灣仔區共有**1,560**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



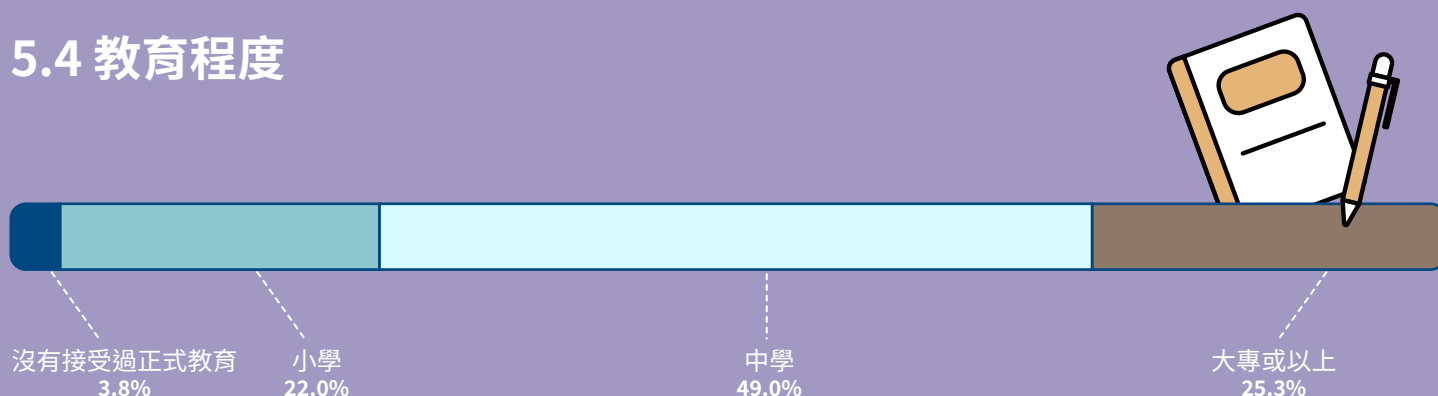
5.2 按年齡劃分的參加者比例



5.3 婚姻狀況



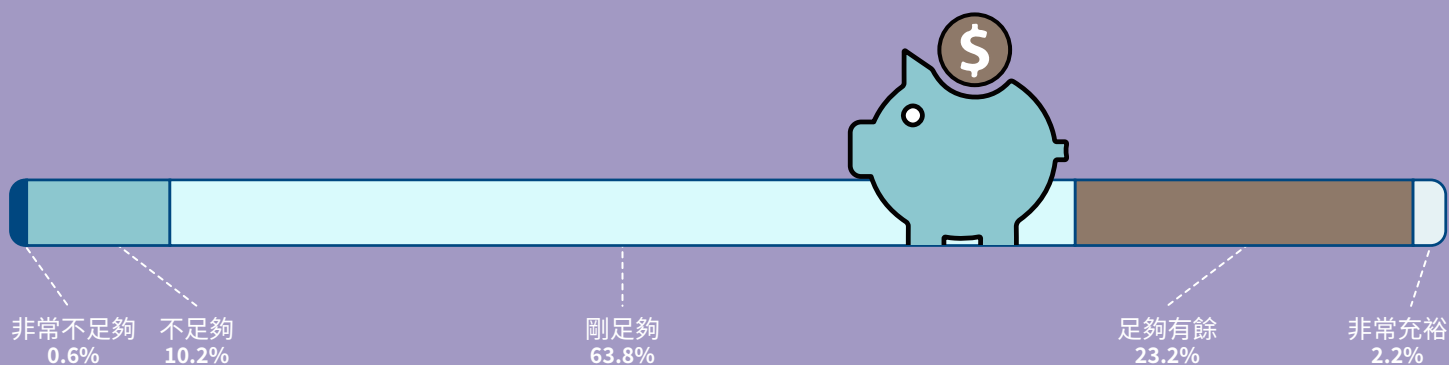
5.4 教育程度



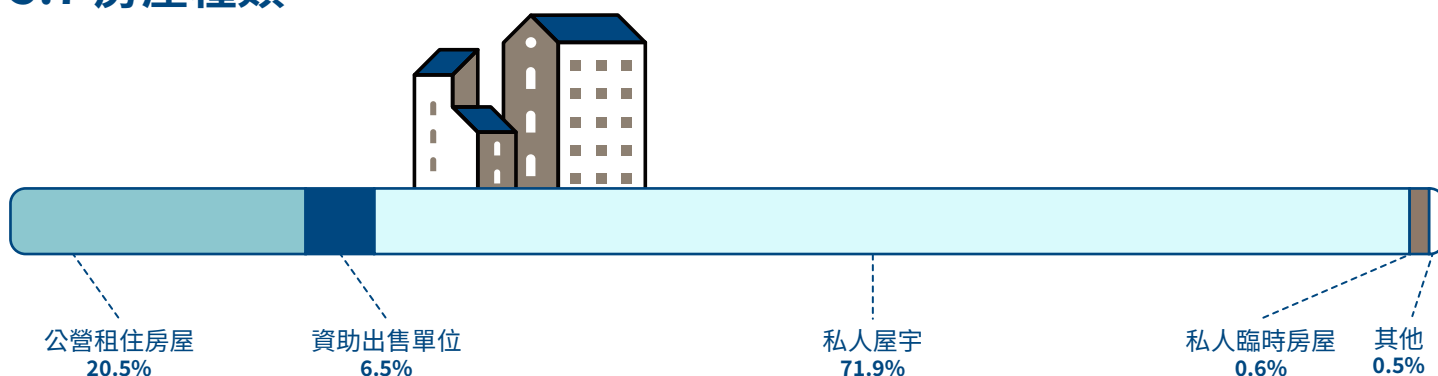
5.5 居住狀況



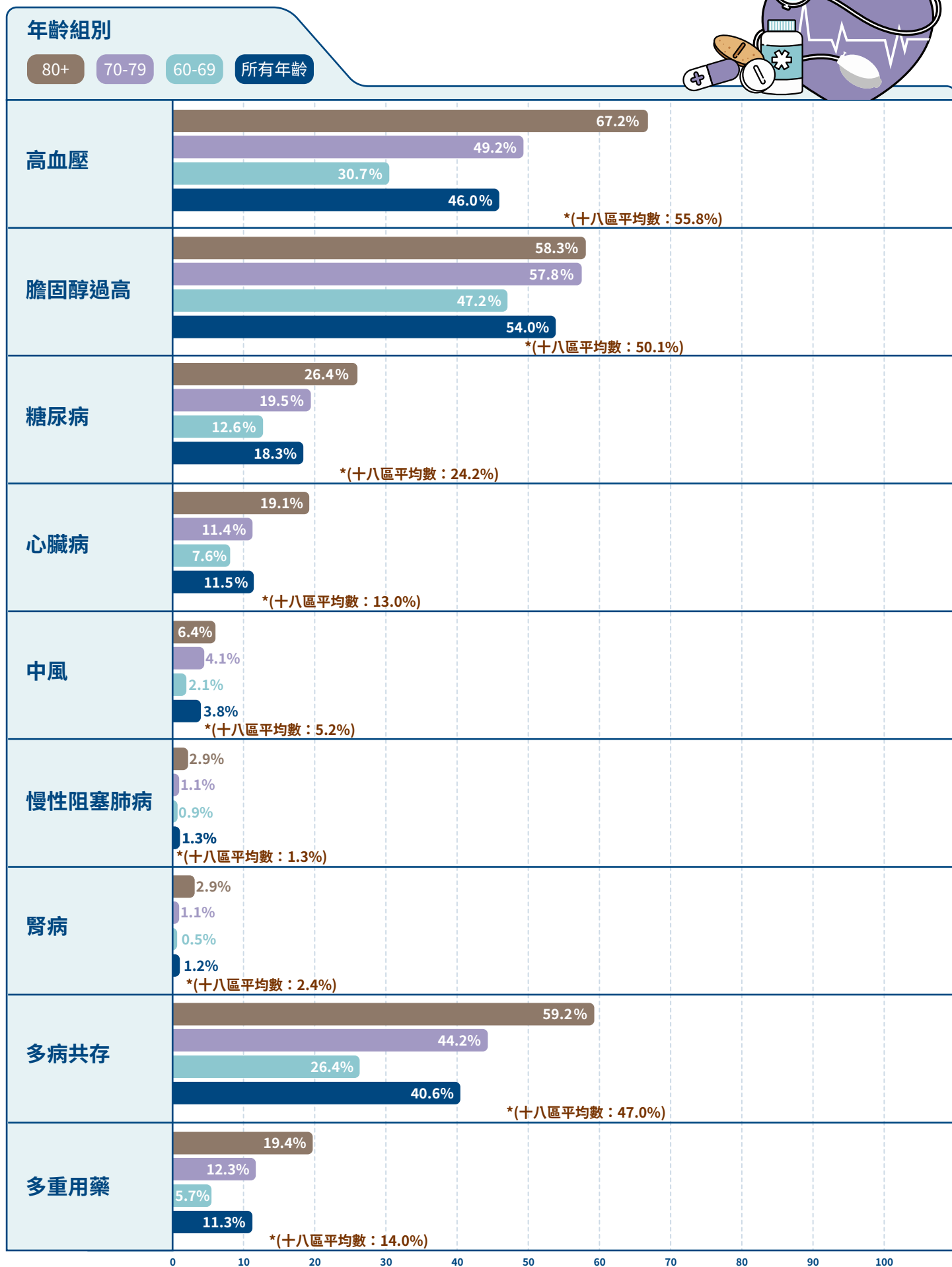
5.6 自覺金錢充裕程度



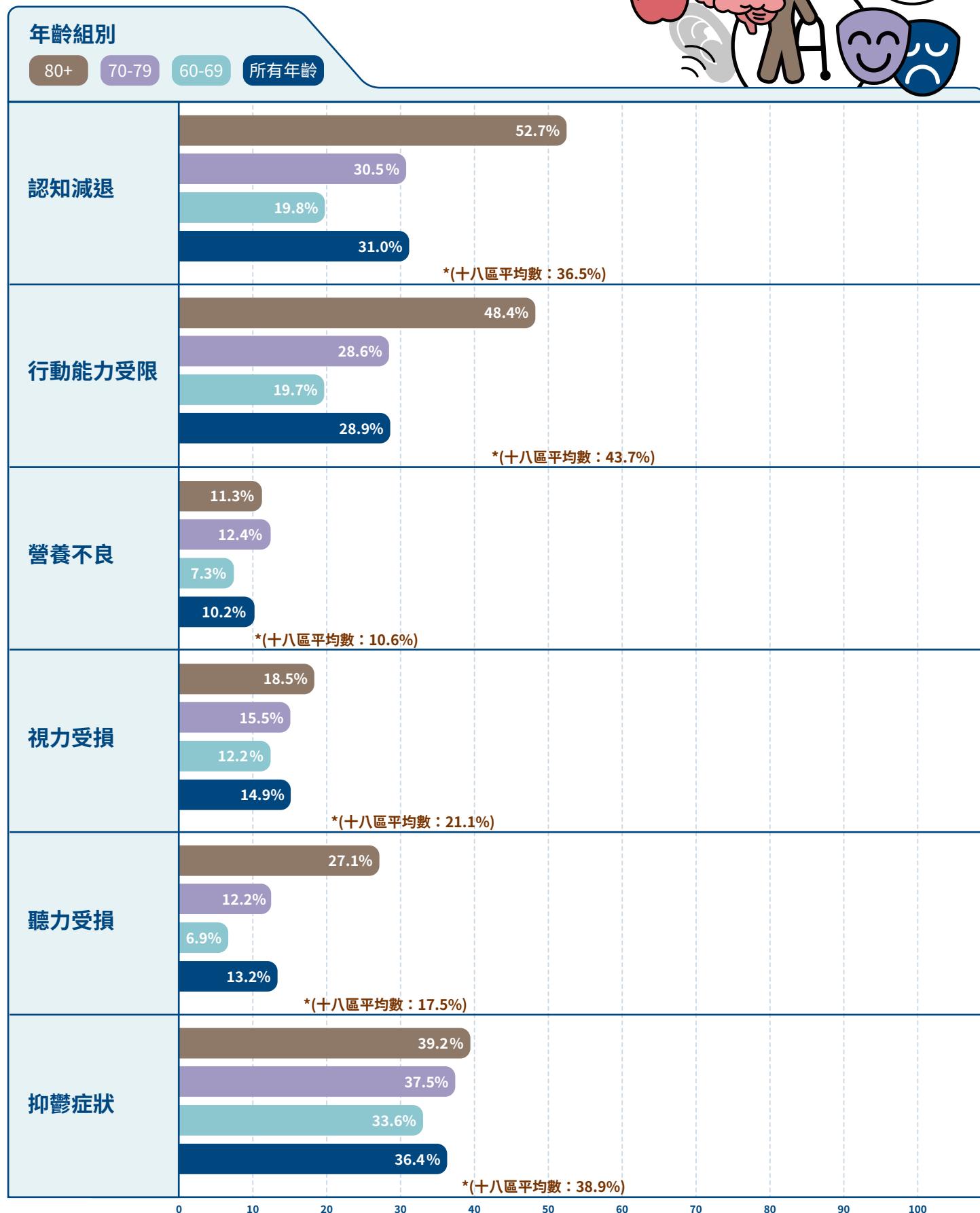
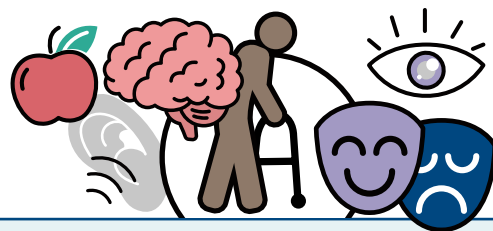
5.7 房屋種類



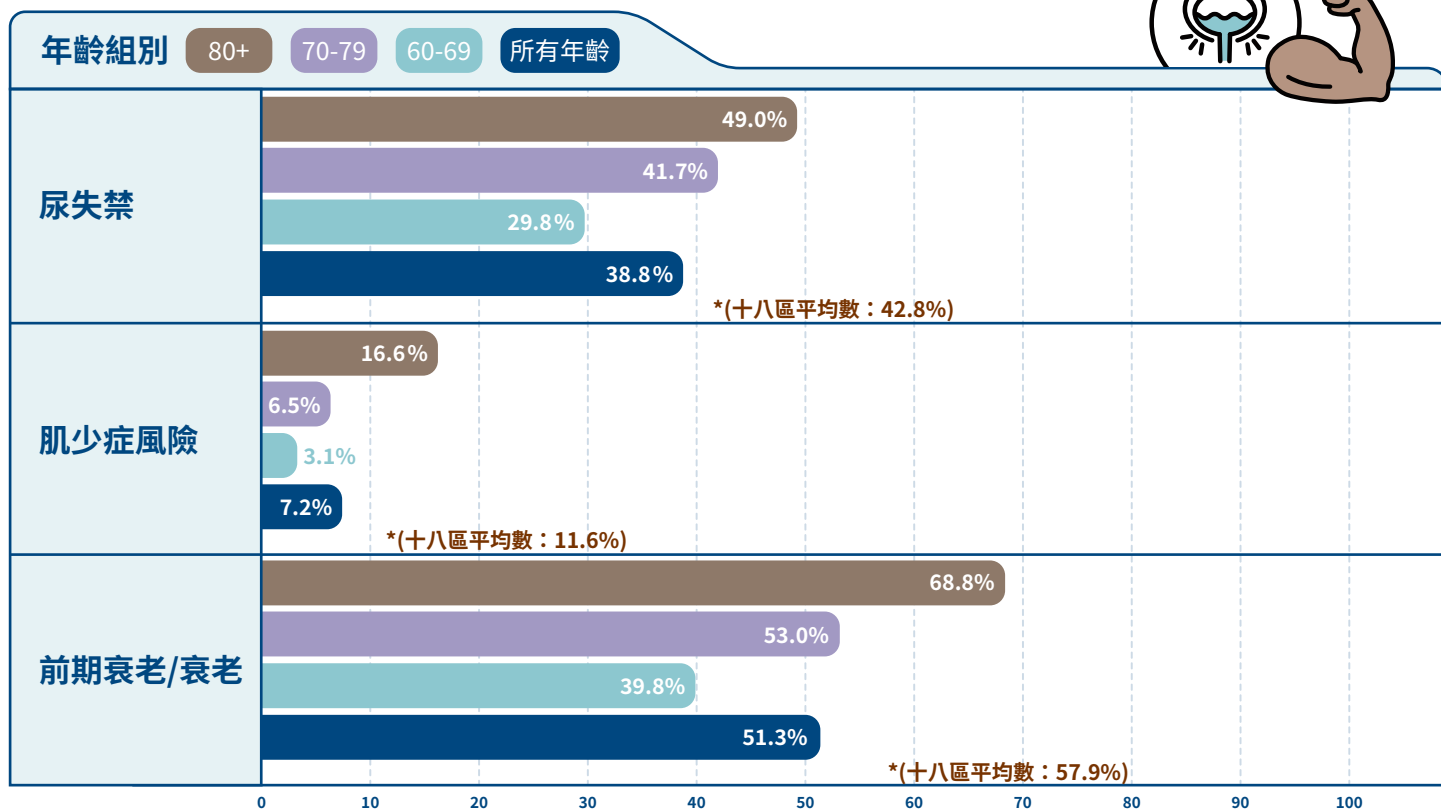
5.8 慢性疾病及藥物使用



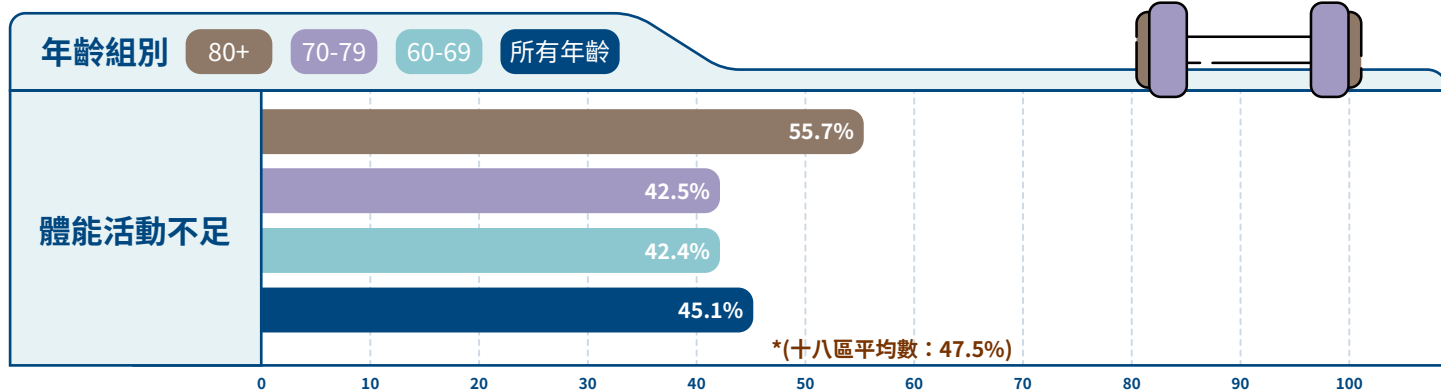
5.9 內在能力



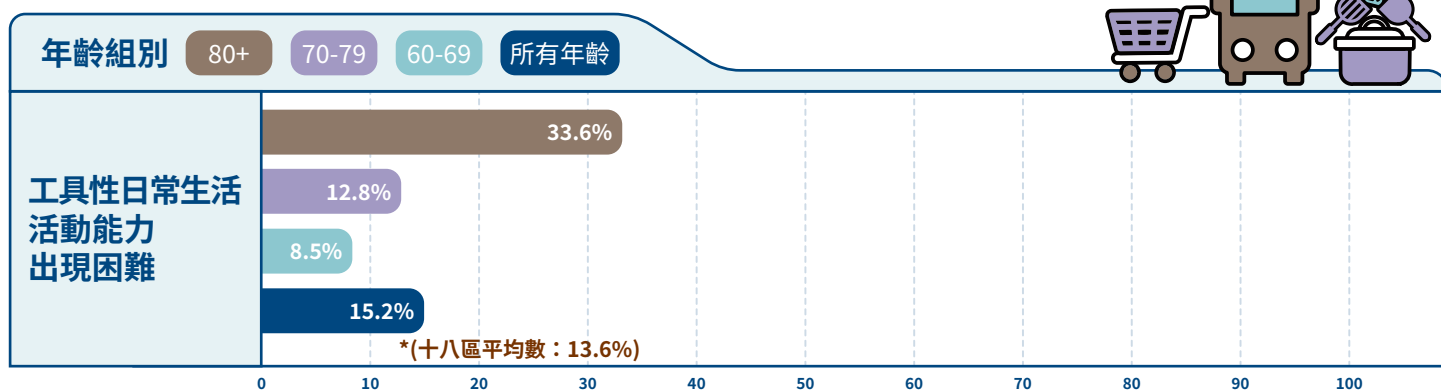
5.10 老年綜合症



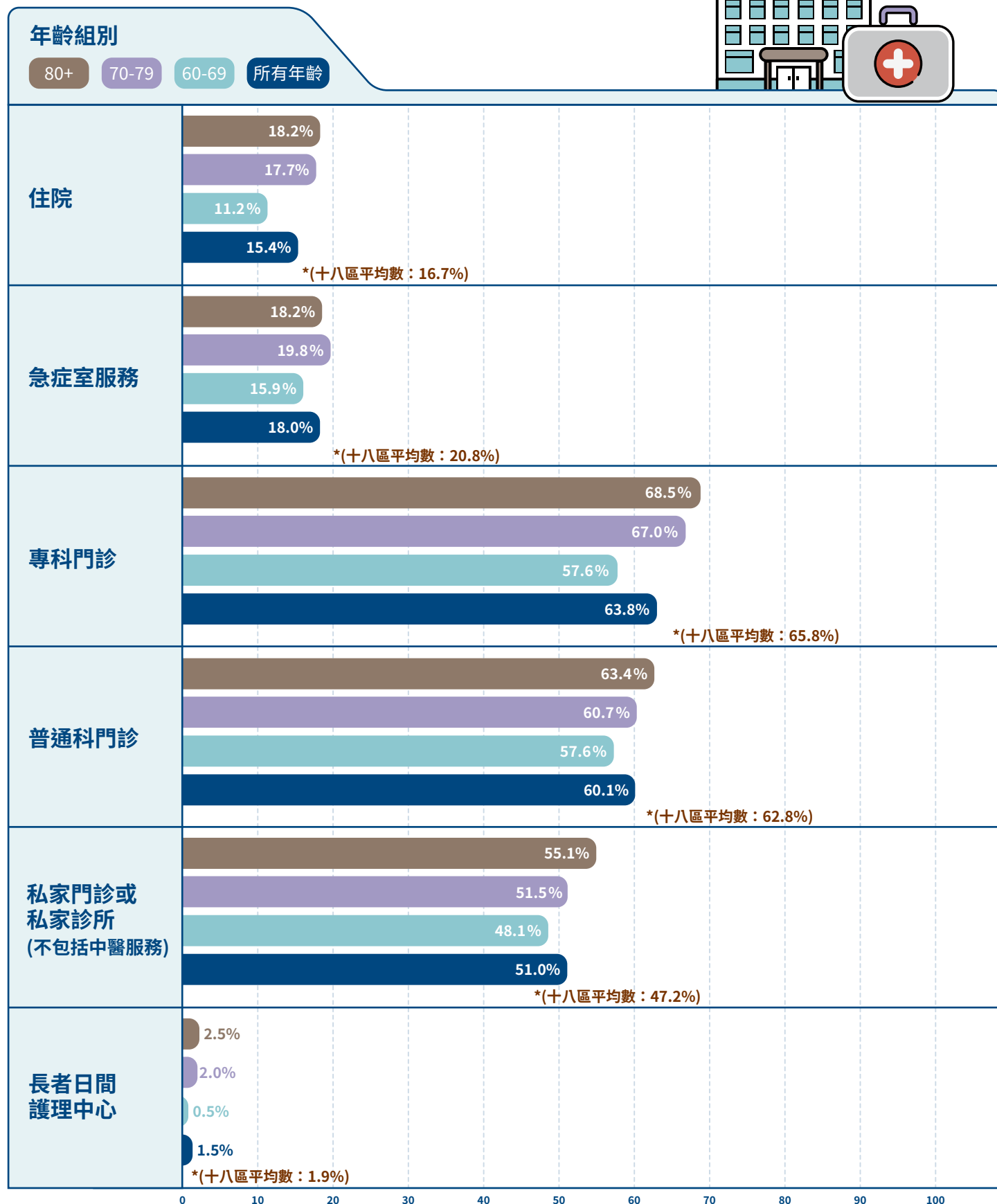
5.11 體能活動



5.12 工具性日常生活活動能力

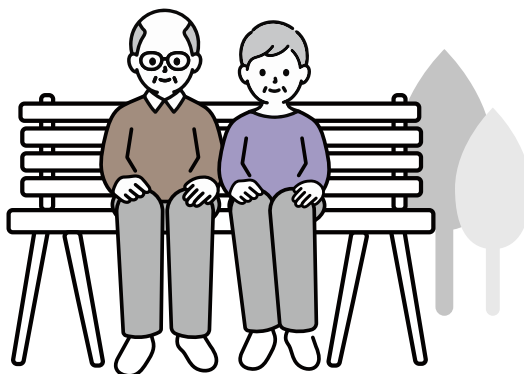


5.13 醫療及護理服務使用

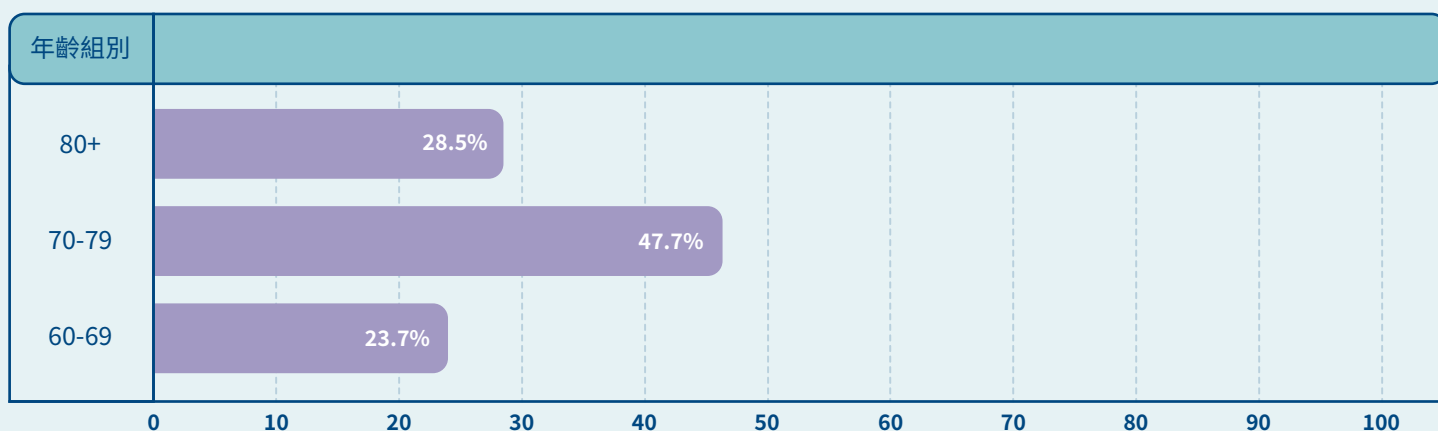


6.1 九龍城區參加人數

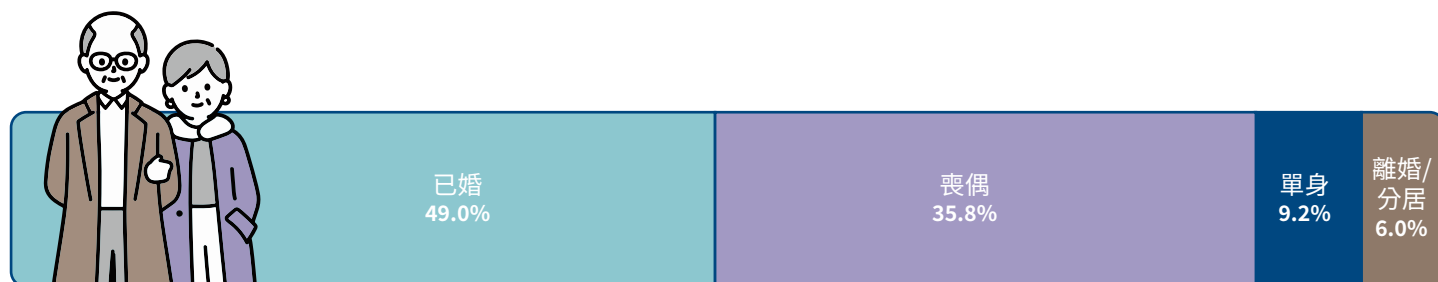
九龍城區共有**2,620**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



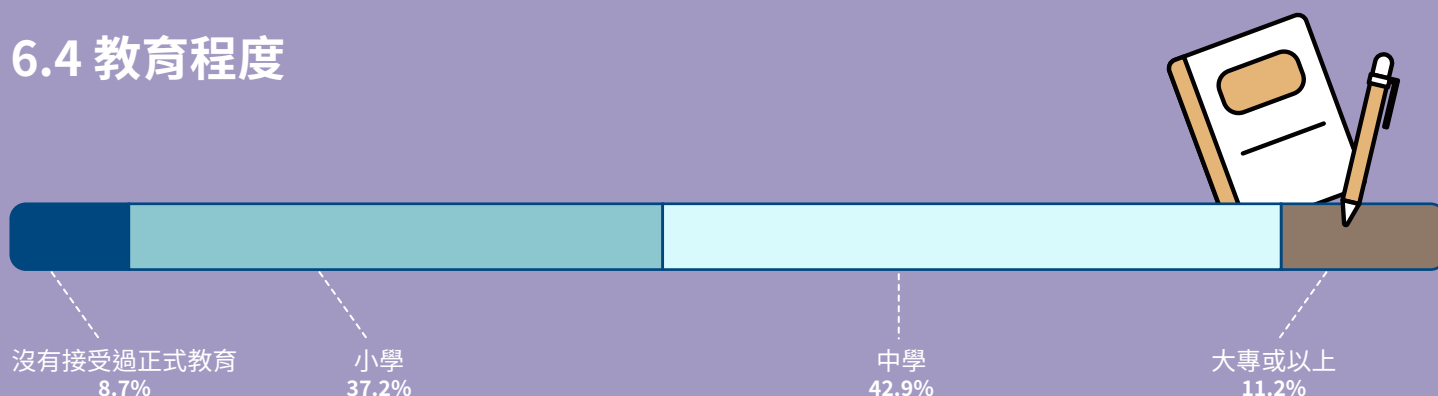
6.2 按年齡劃分的參加者比例



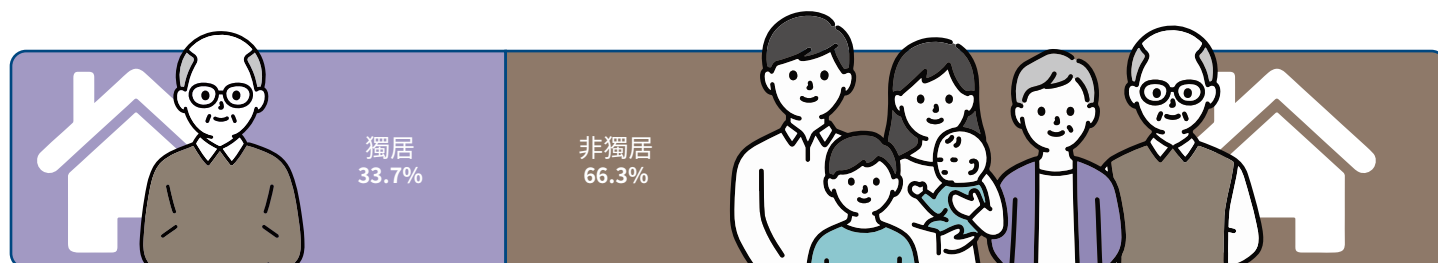
6.3 婚姻狀況



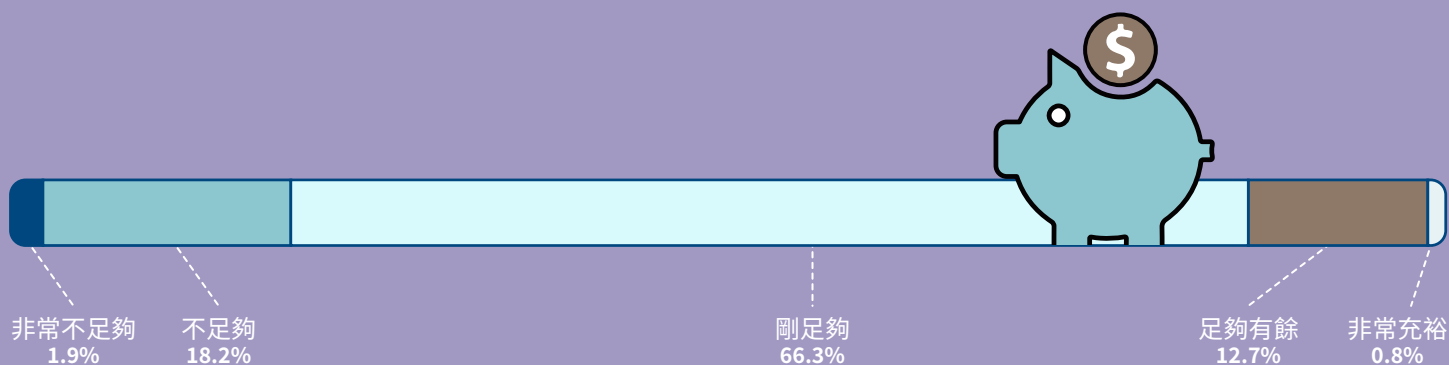
6.4 教育程度



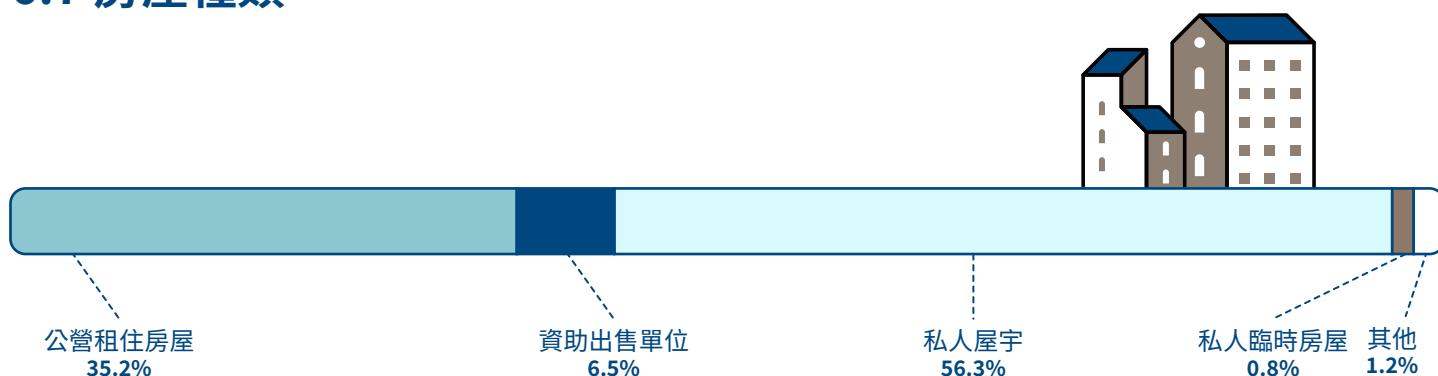
6.5 居住狀況



6.6 自覺金錢充裕程度



6.7 房屋種類



6.8 慢性疾病及藥物使用



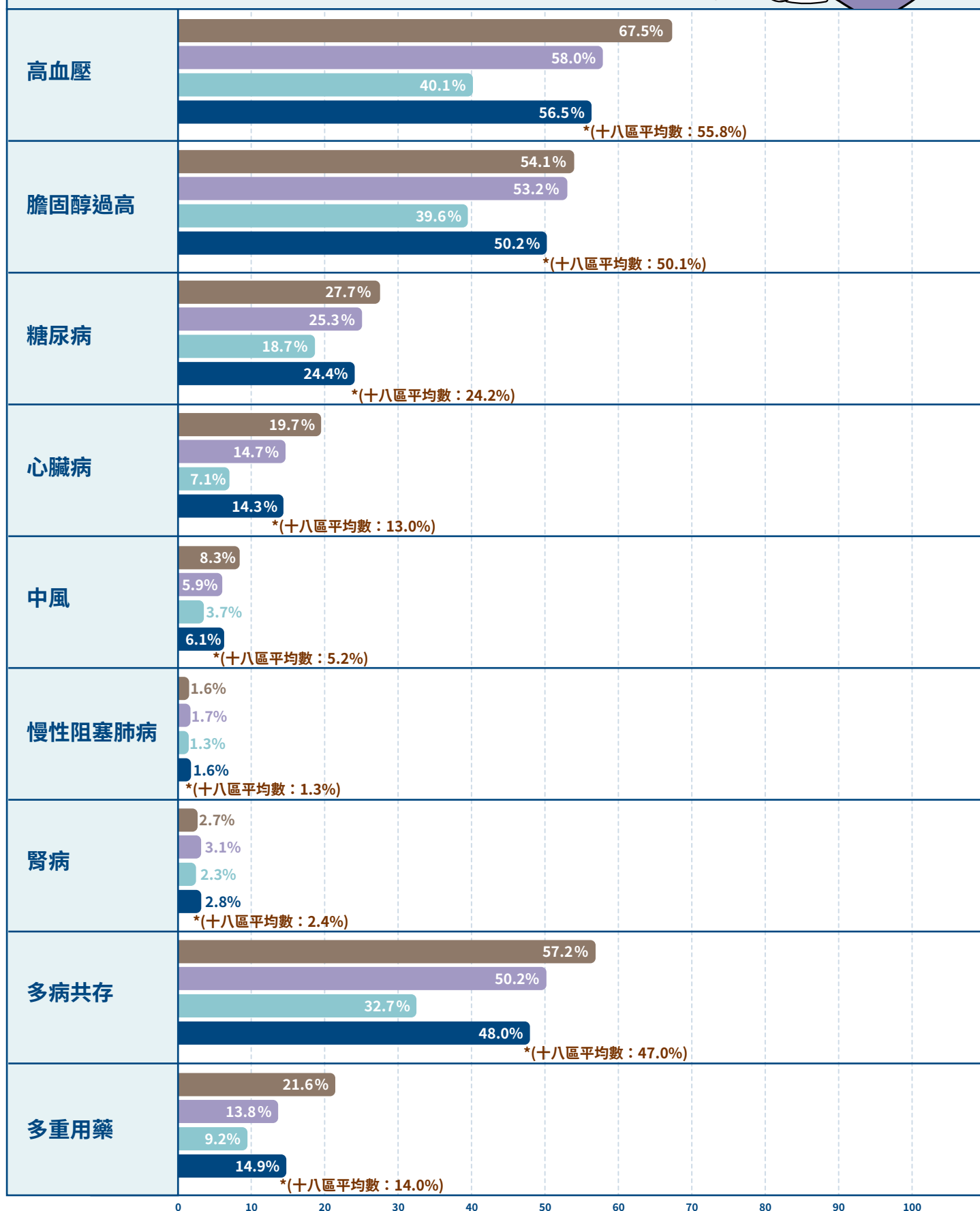
年齡組別

80+

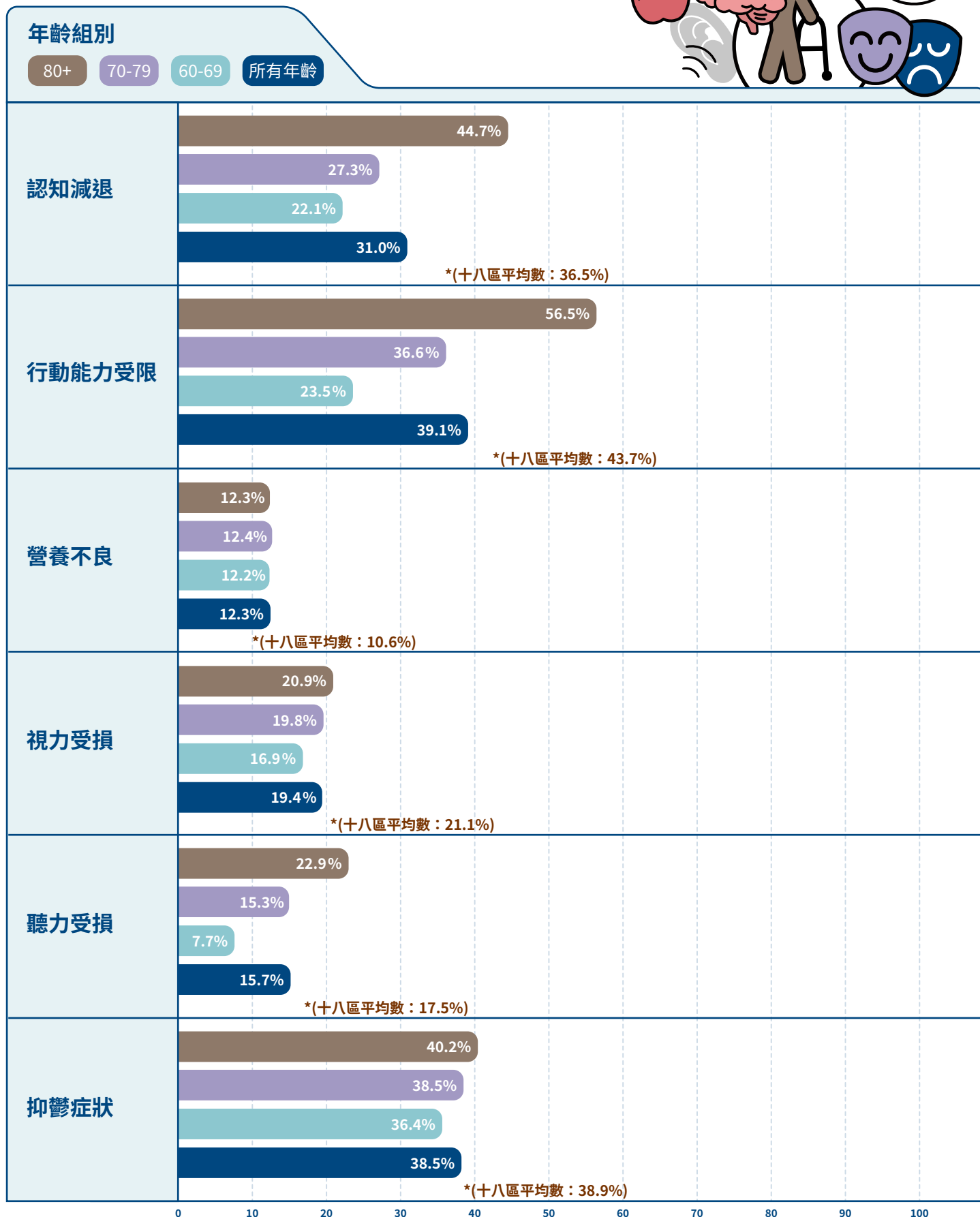
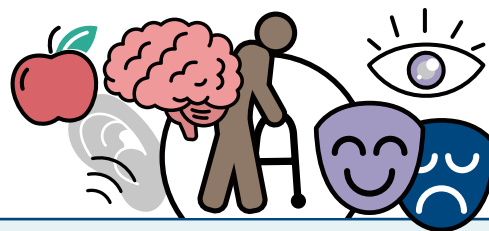
70-79

60-69

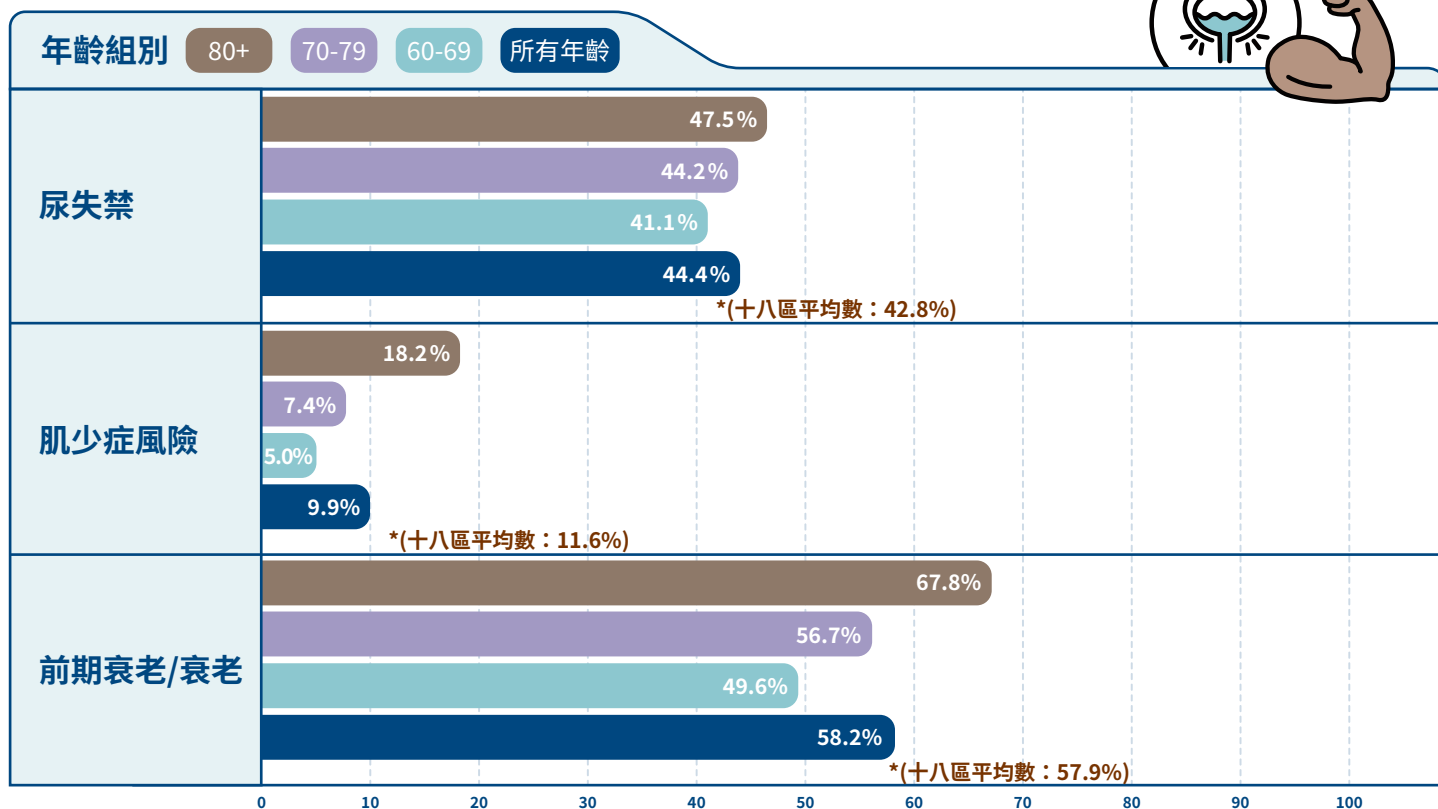
所有年齡



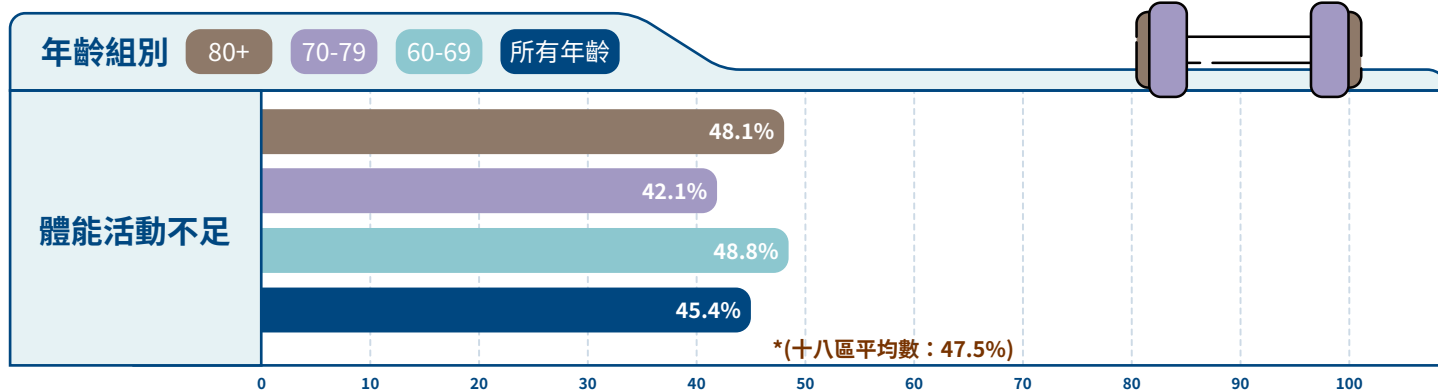
6.9 內在能力



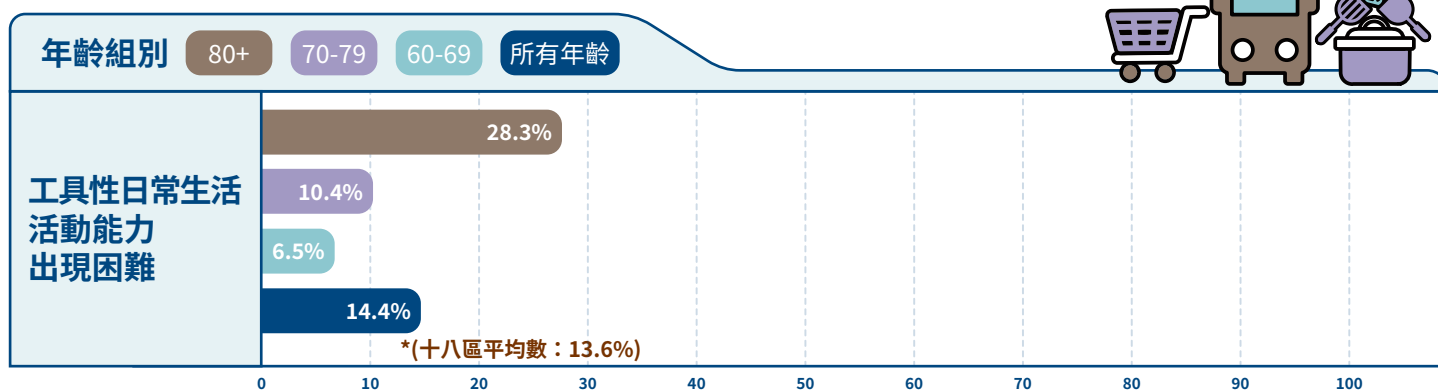
6.10 老年綜合症



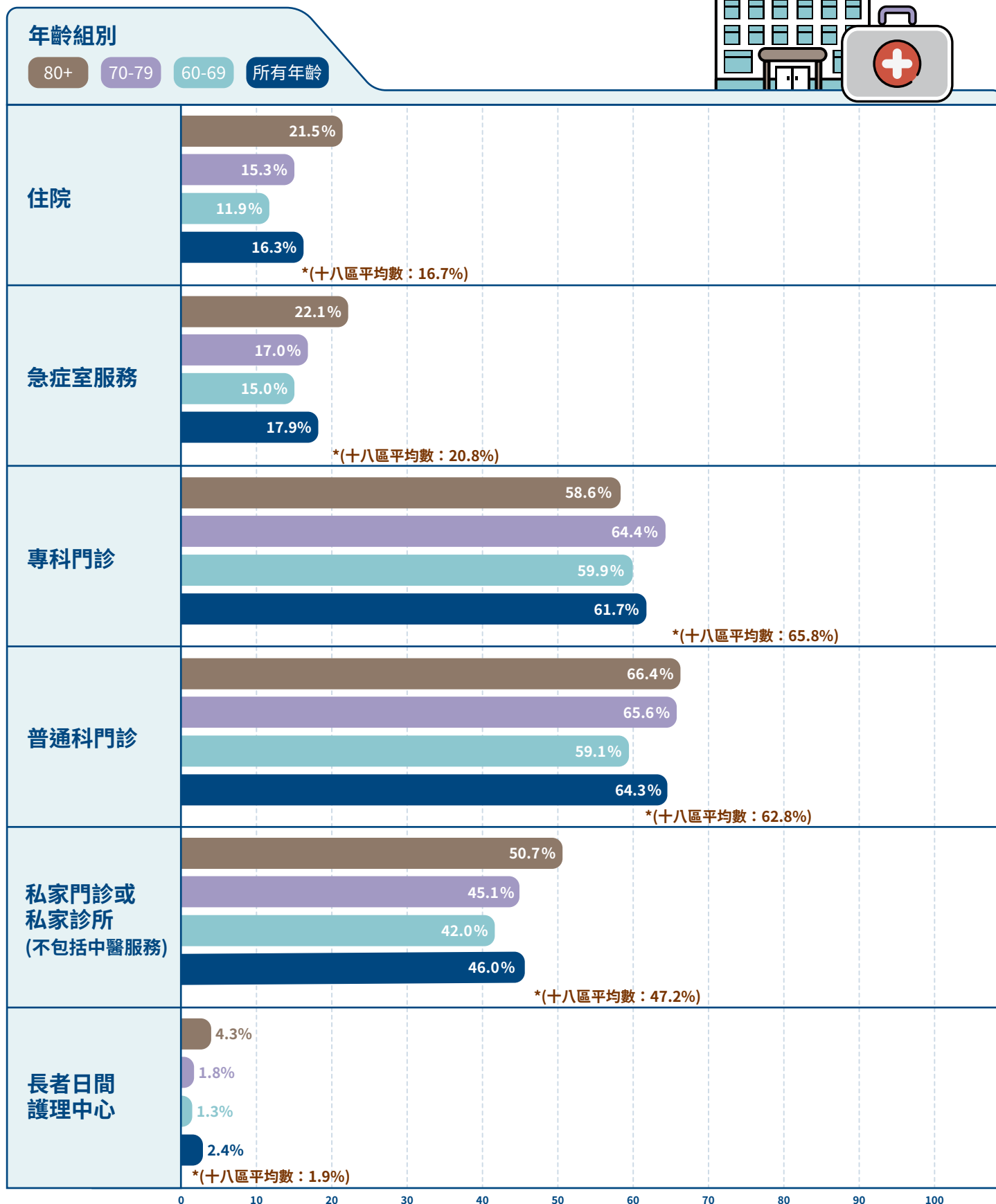
6.11 體能活動



6.12 工具性日常生活活動能力

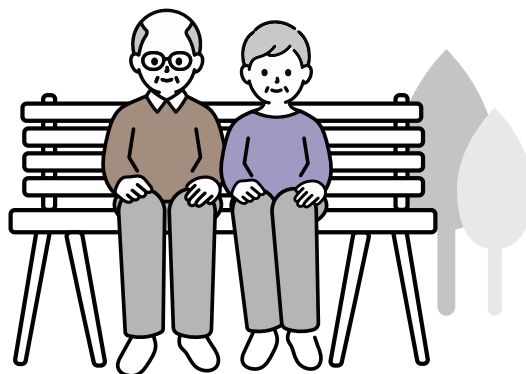


6.13 醫療及護理服務使用

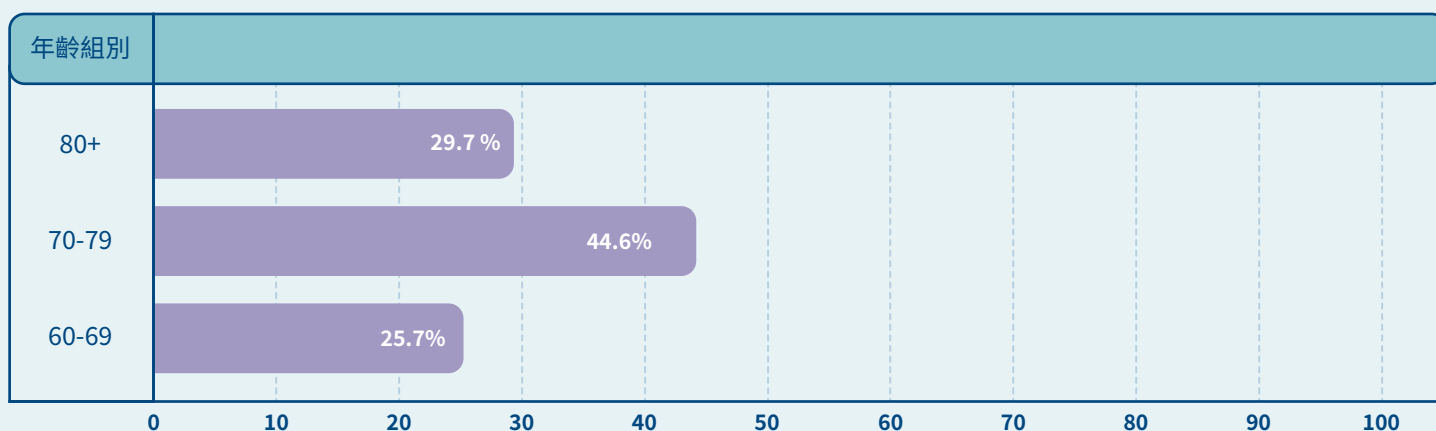


7.1 油尖旺區參加人數

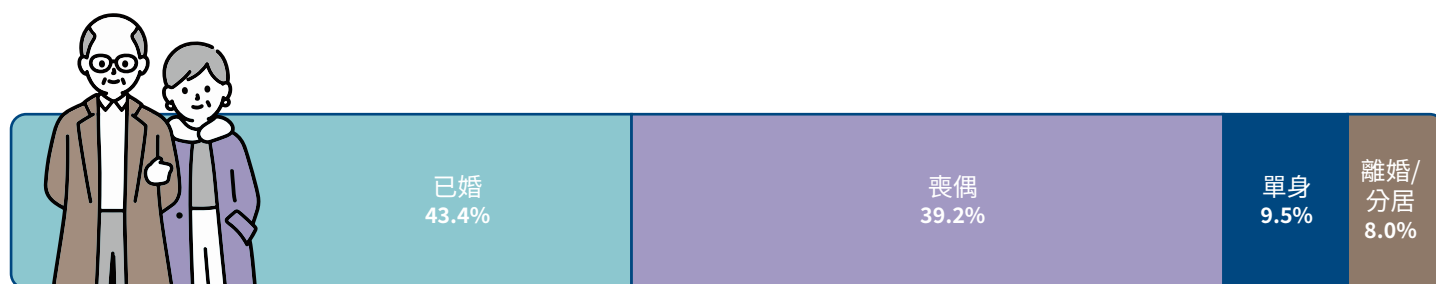
油尖旺區共有 **1,291** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



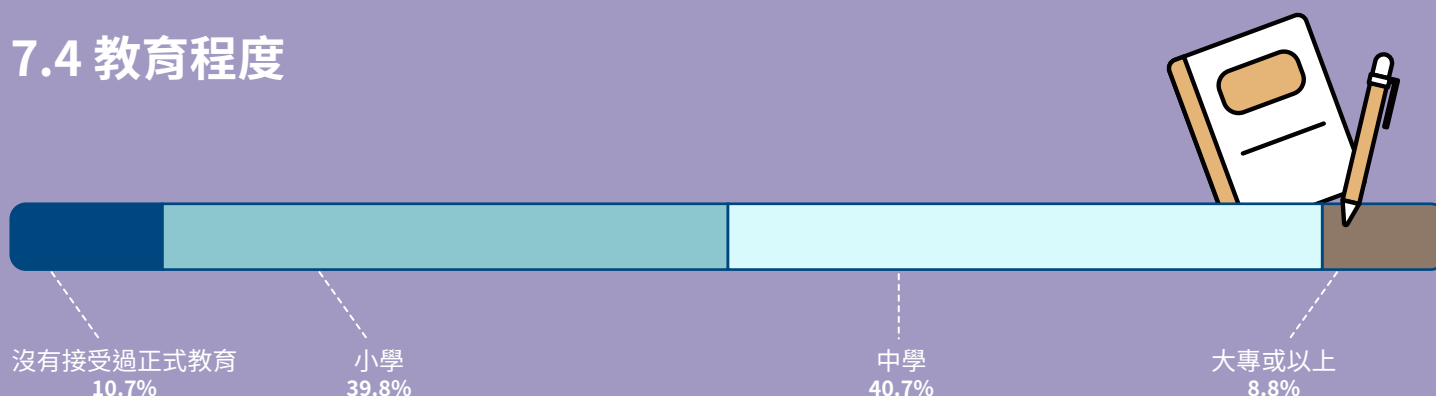
7.2 按年齡劃分的參加者比例



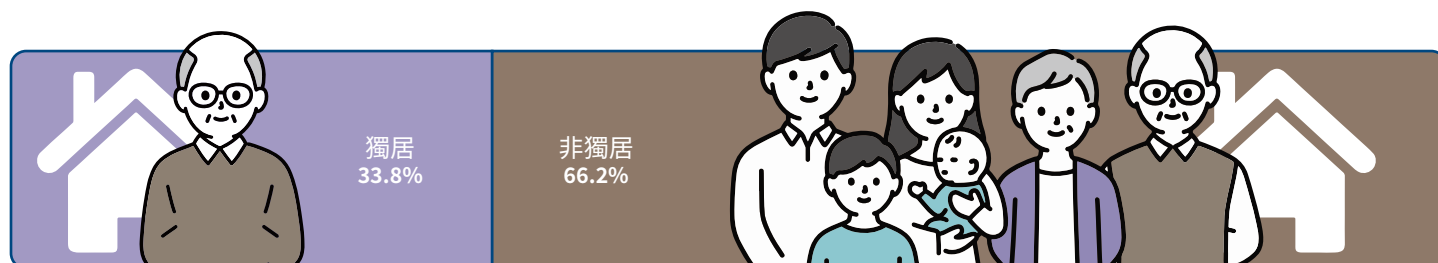
7.3 婚姻狀況



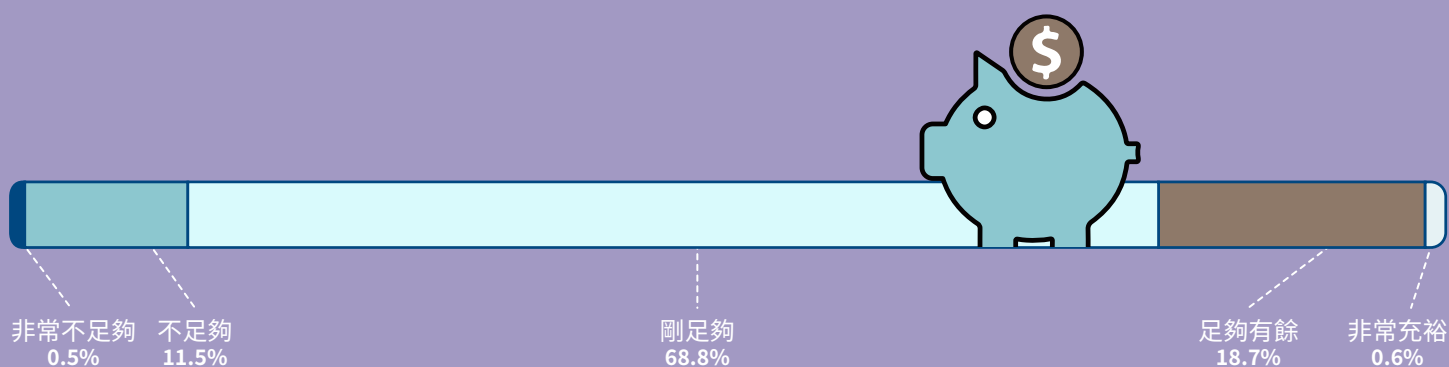
7.4 教育程度



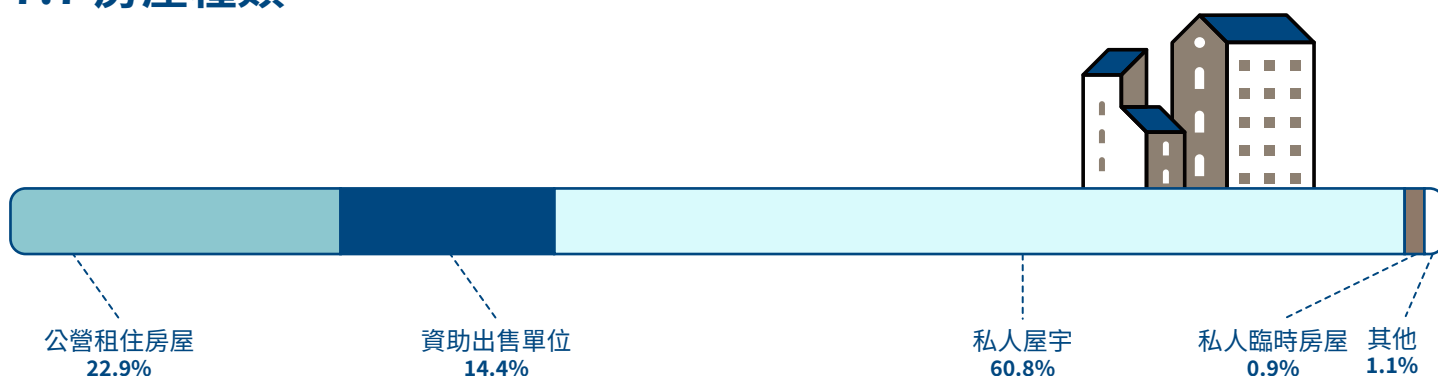
7.5 居住狀況



7.6 自覺金錢充裕程度



7.7 房屋種類



7.8 慢性疾病及藥物使用



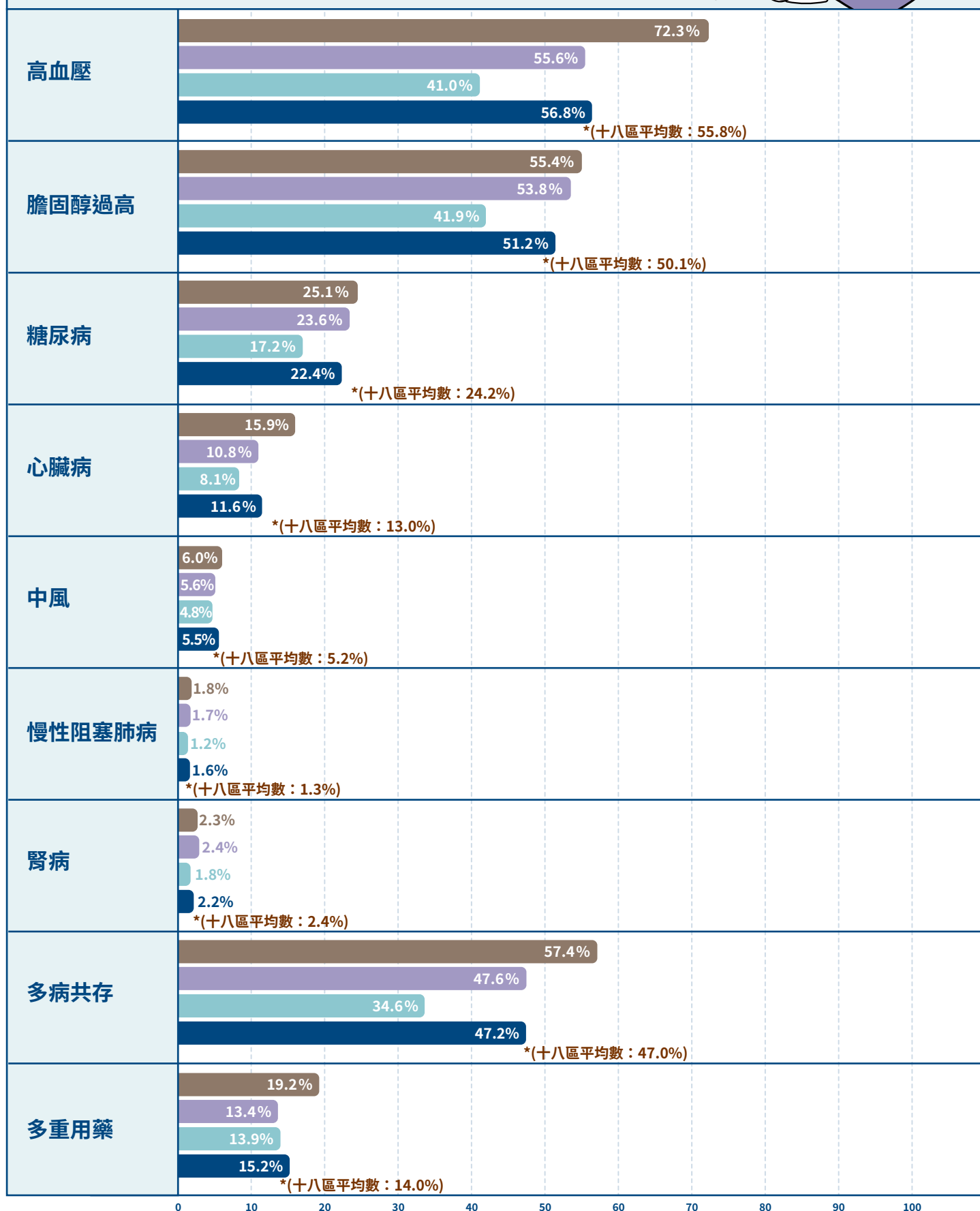
年齡組別

80+

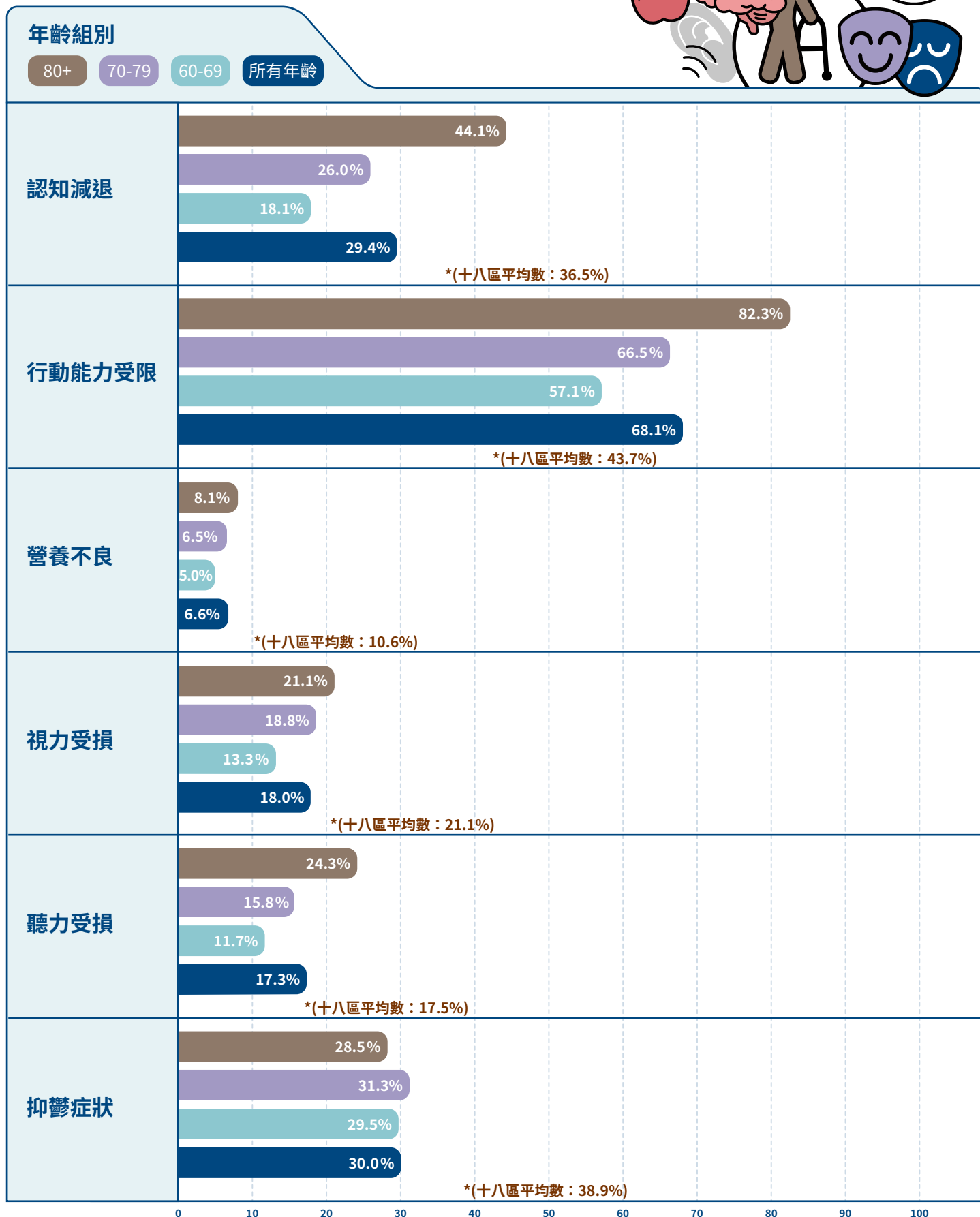
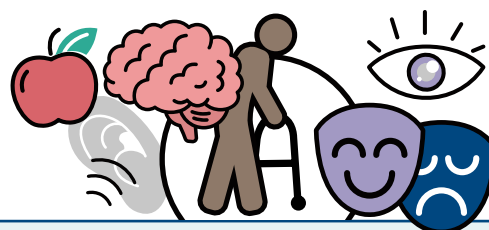
70-79

60-69

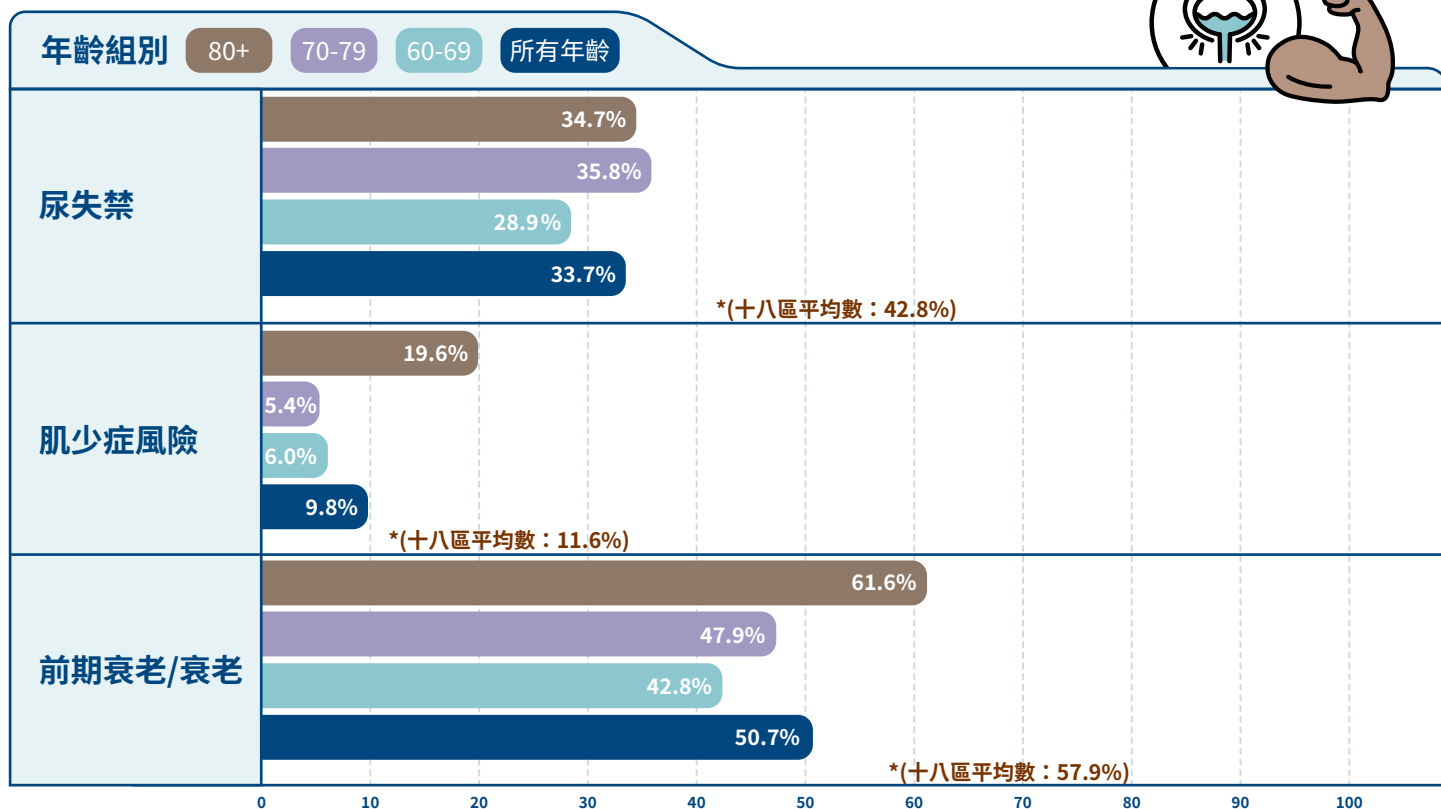
所有年齡



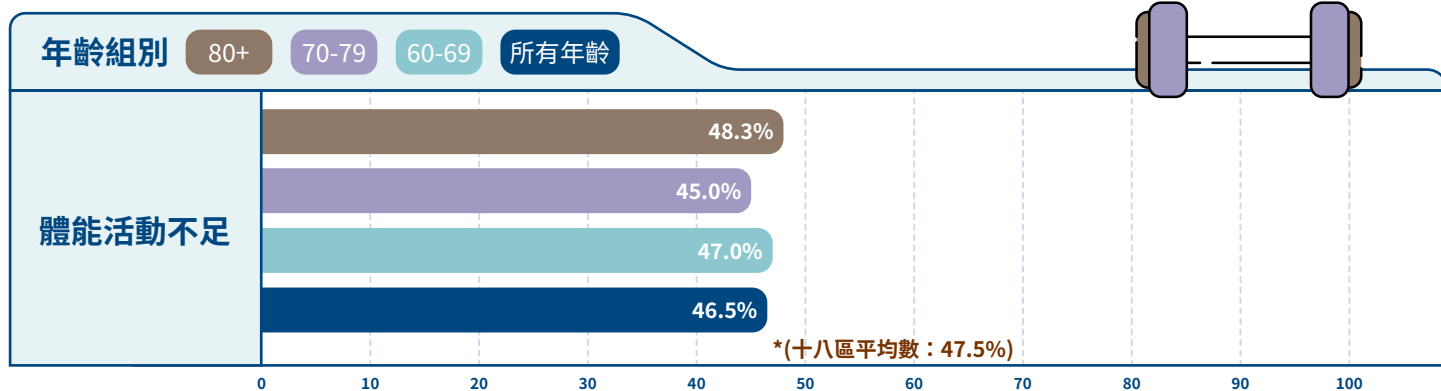
7.9 內在能力



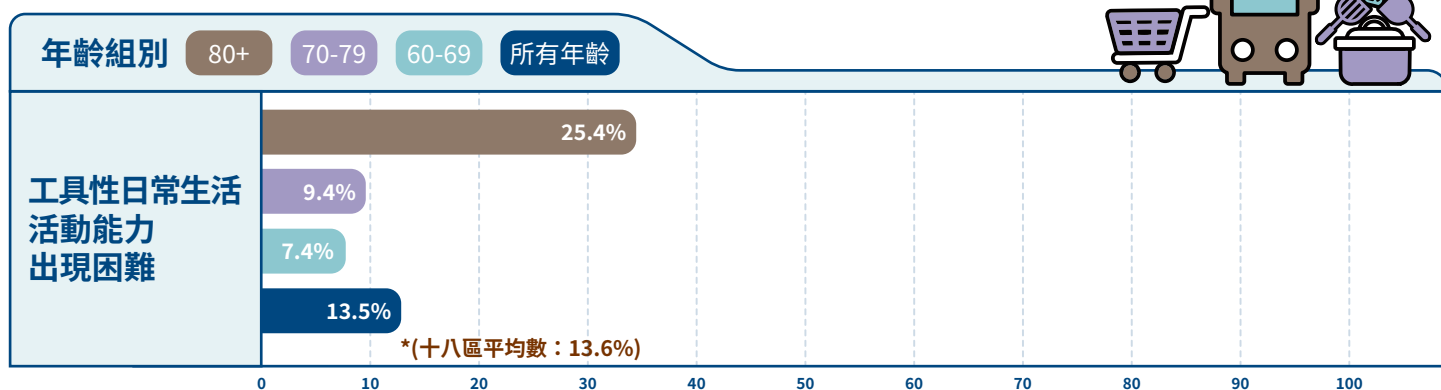
7.10 老年綜合症



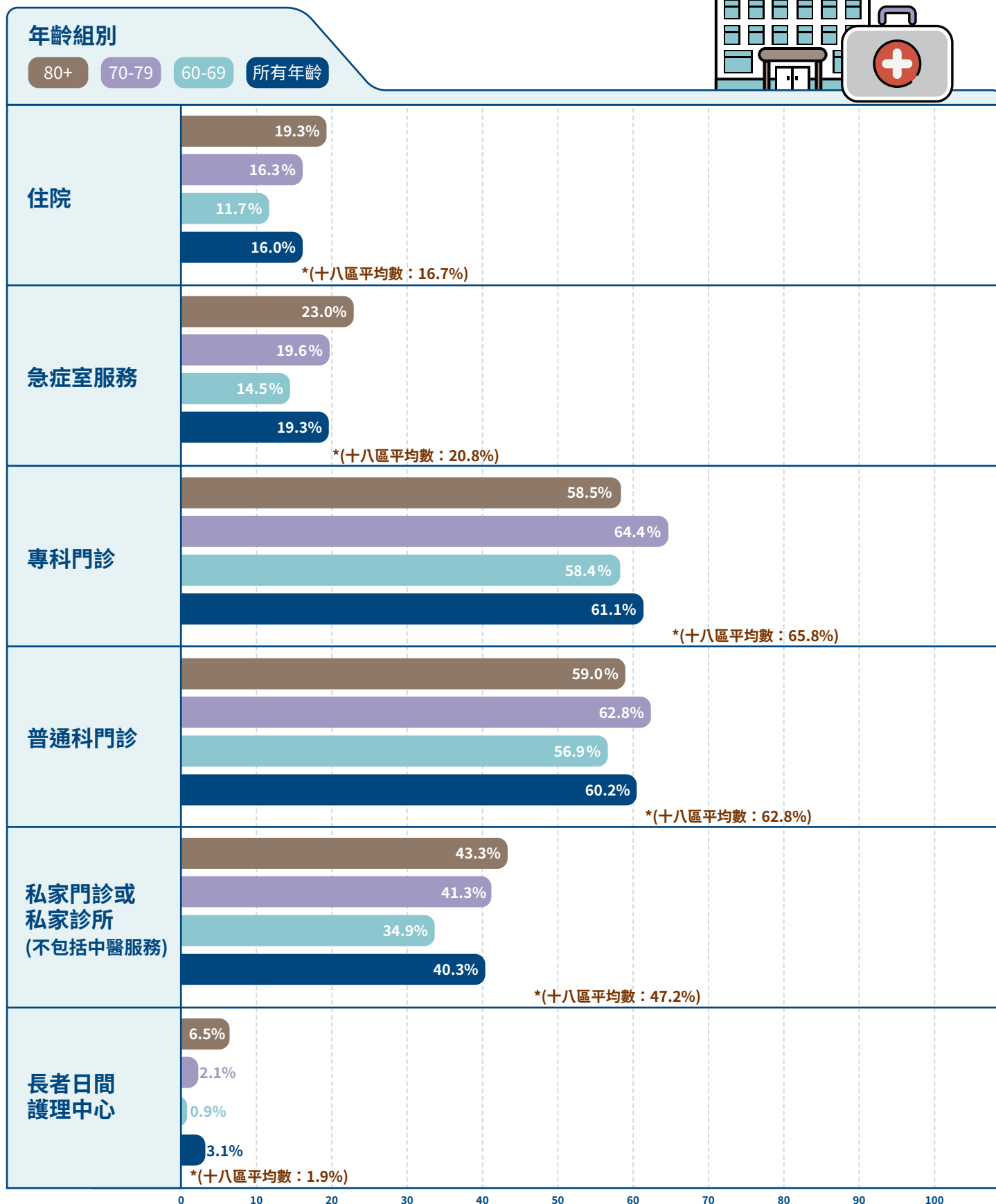
7.11 體能活動



7.12 工具性日常生活活動能力

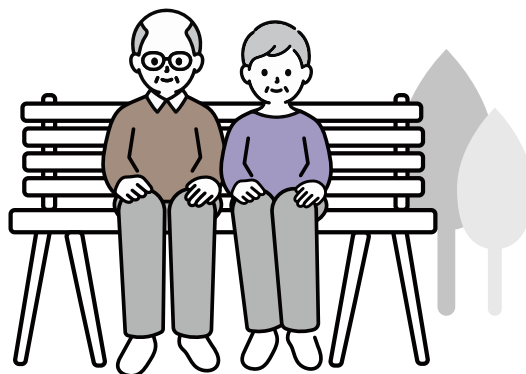


7.13 醫療及護理服務使用

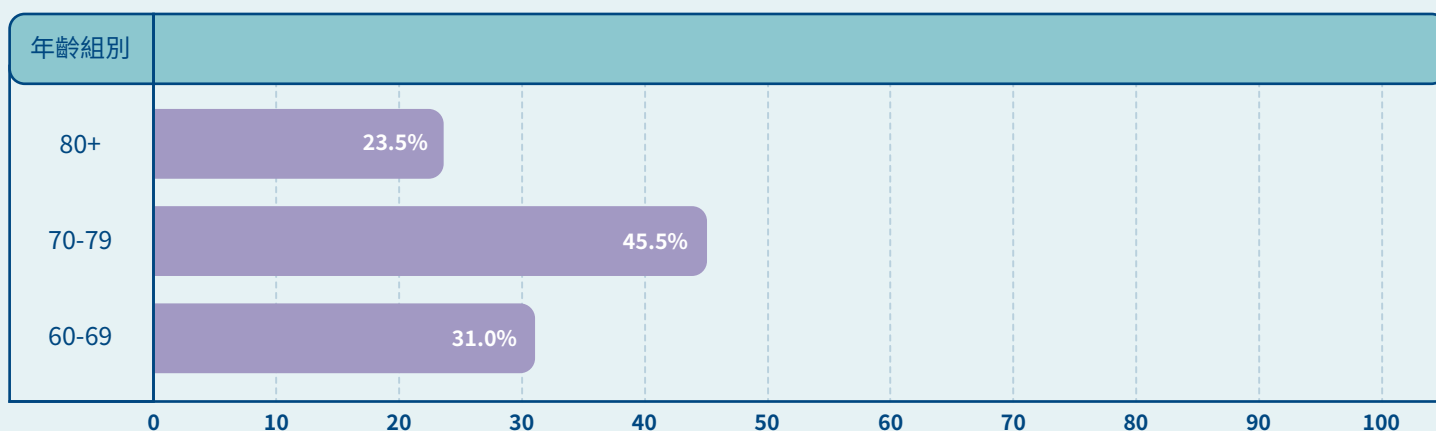


8.1 深水埗區參加人數

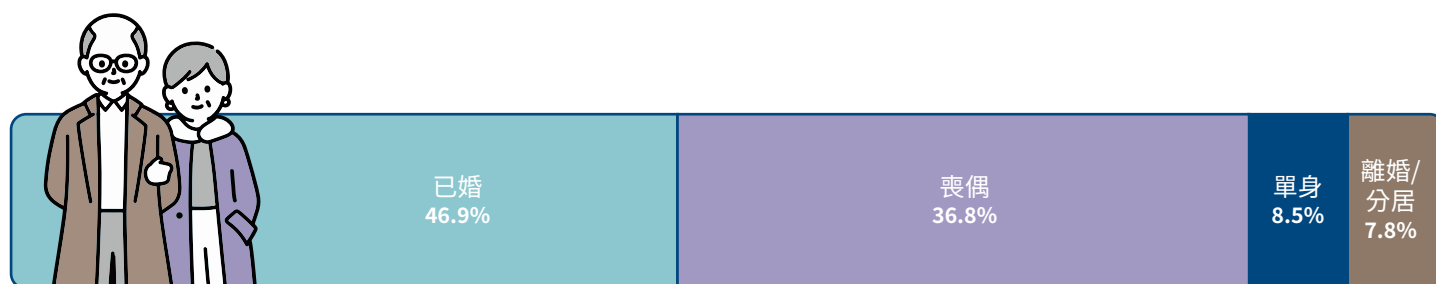
深水埗區共有**4,951**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



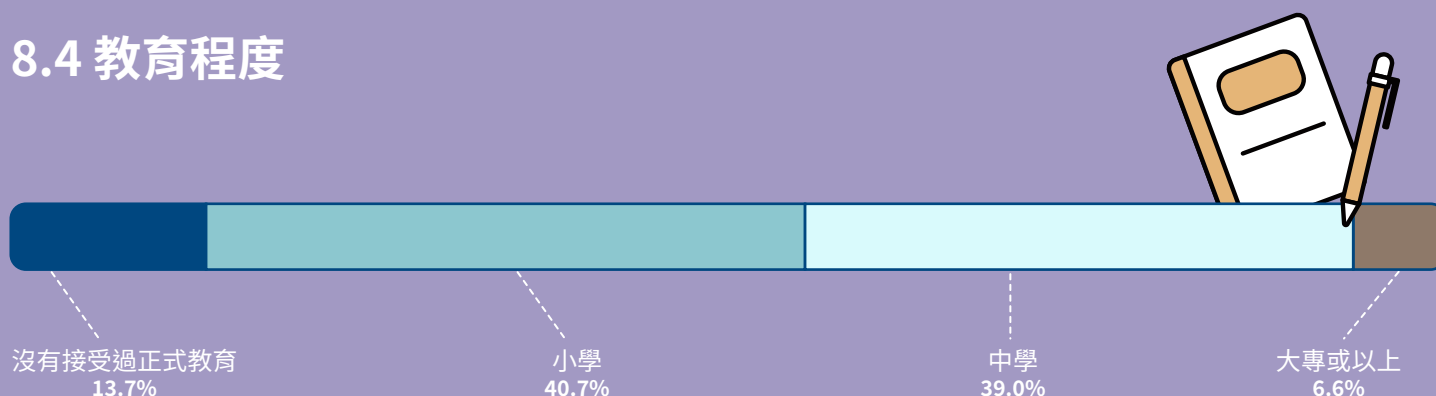
8.2 按年齡劃分的參加者比例



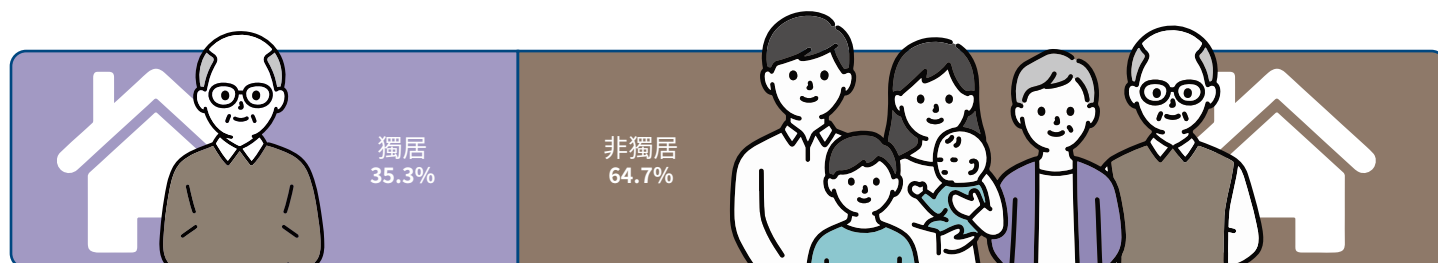
8.3 婚姻狀況



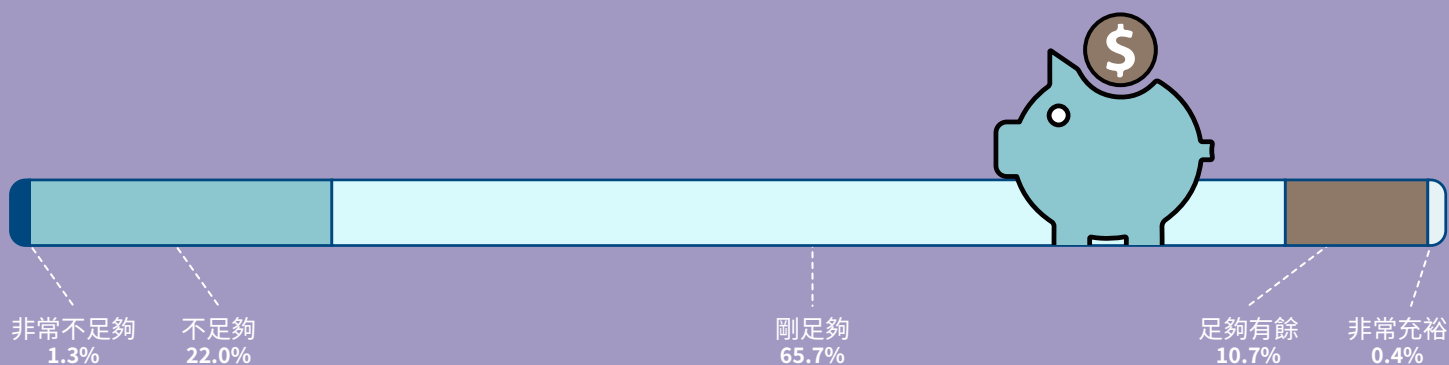
8.4 教育程度



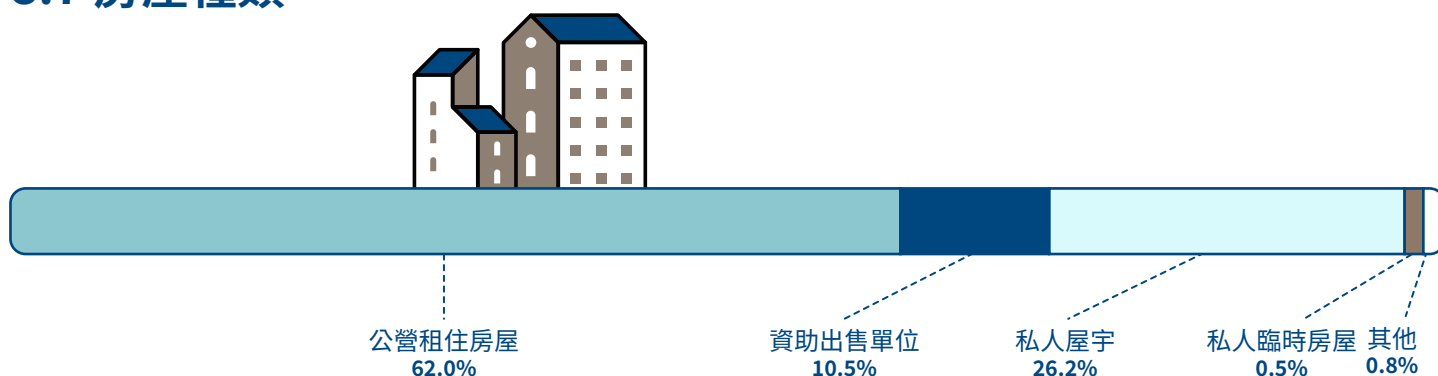
8.5 居住狀況



8.6 自覺金錢充裕程度



8.7 房屋種類



8.8 慢性疾病及藥物使用



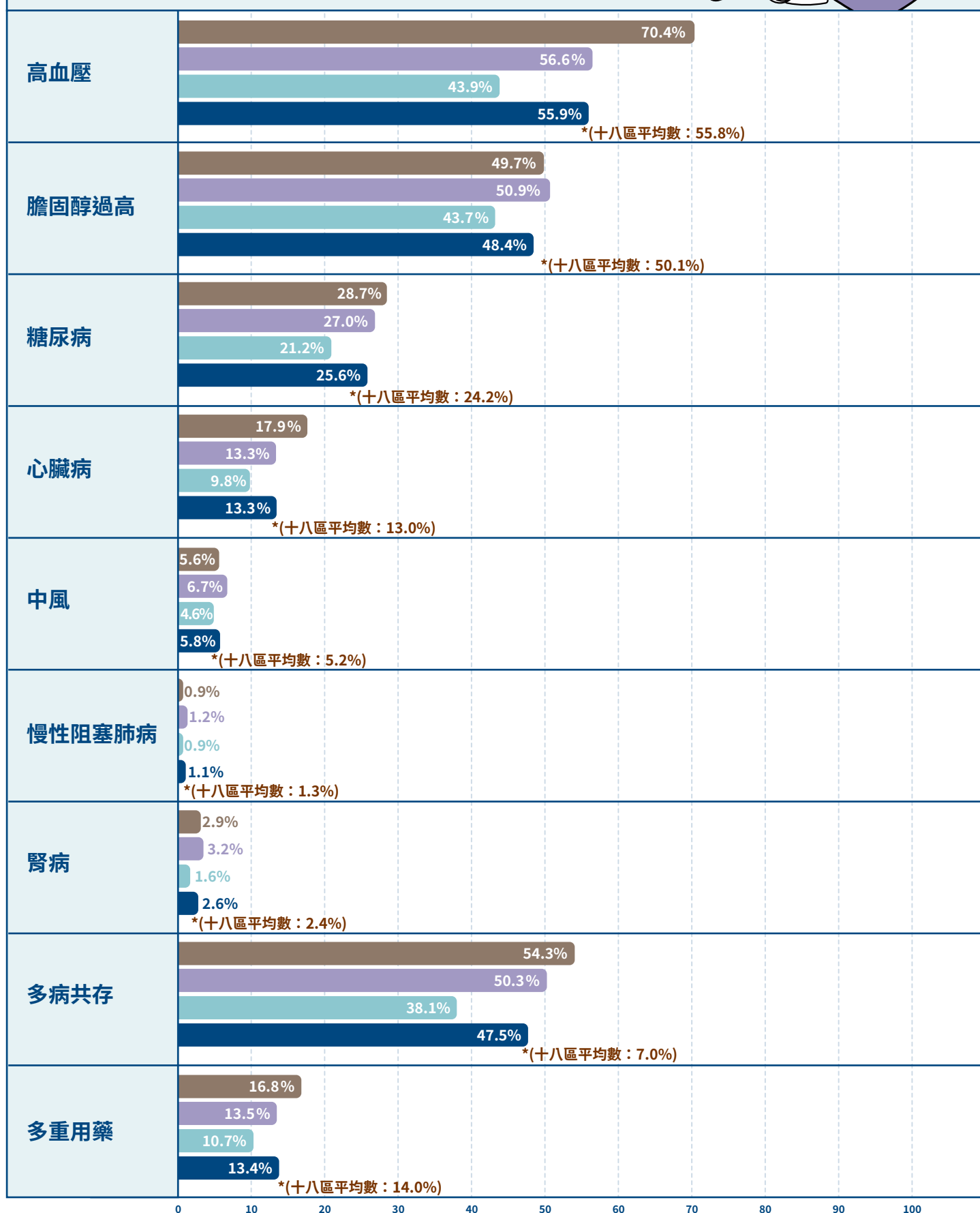
年齡組別

80+

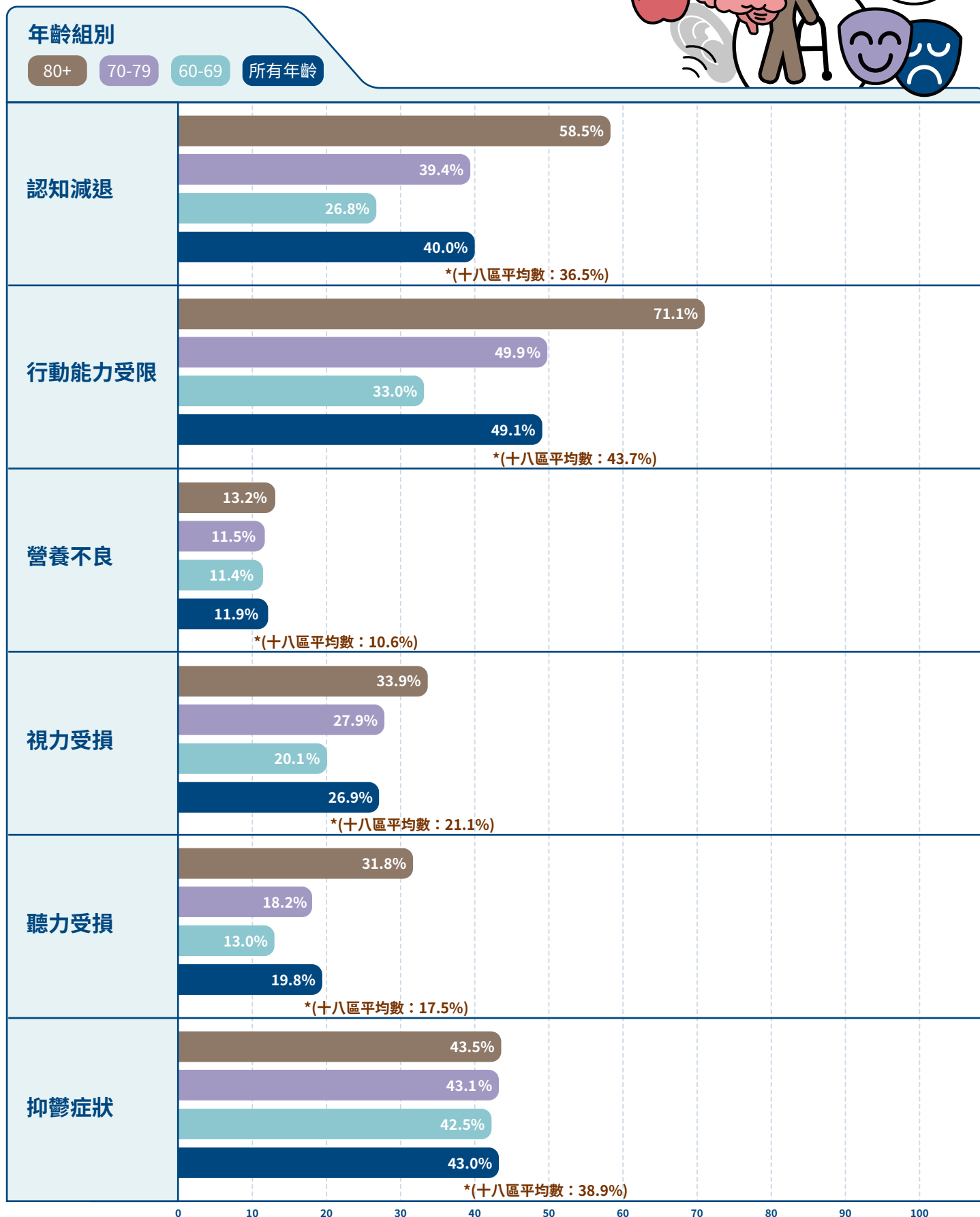
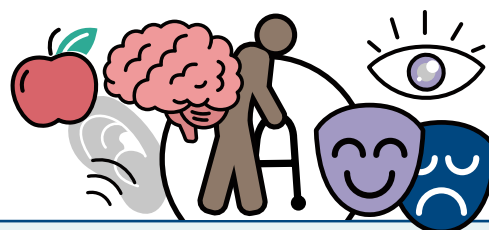
70-79

60-69

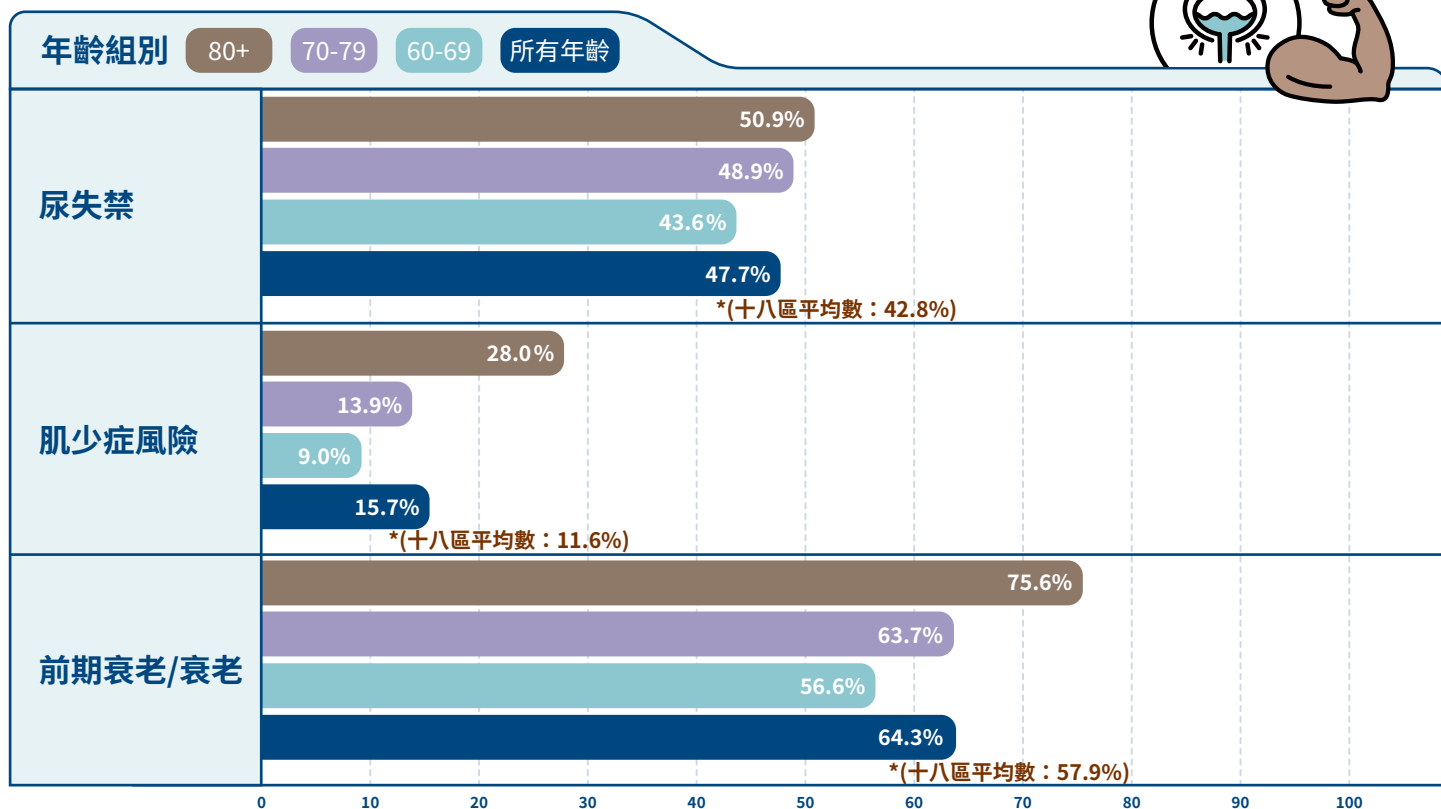
所有年齡



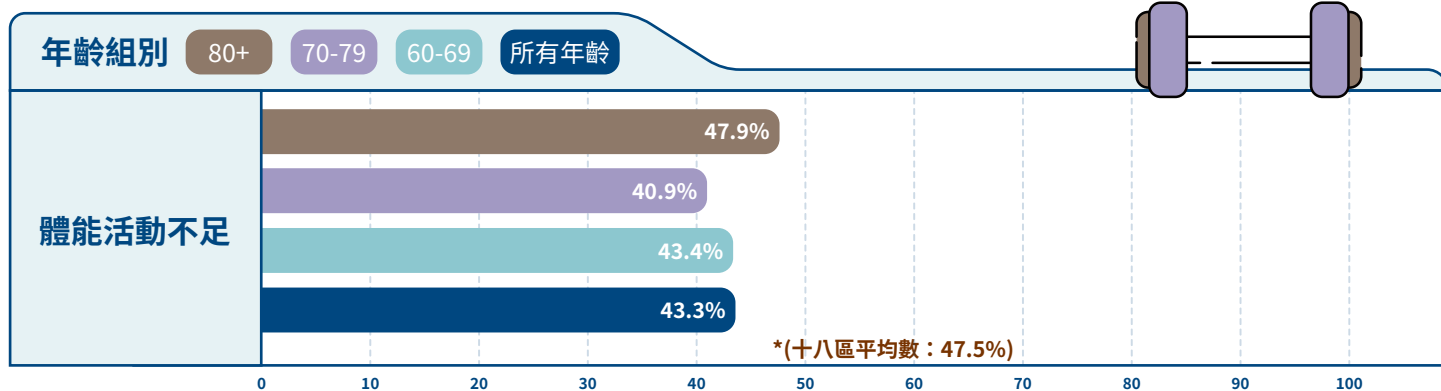
8.9 內在能力



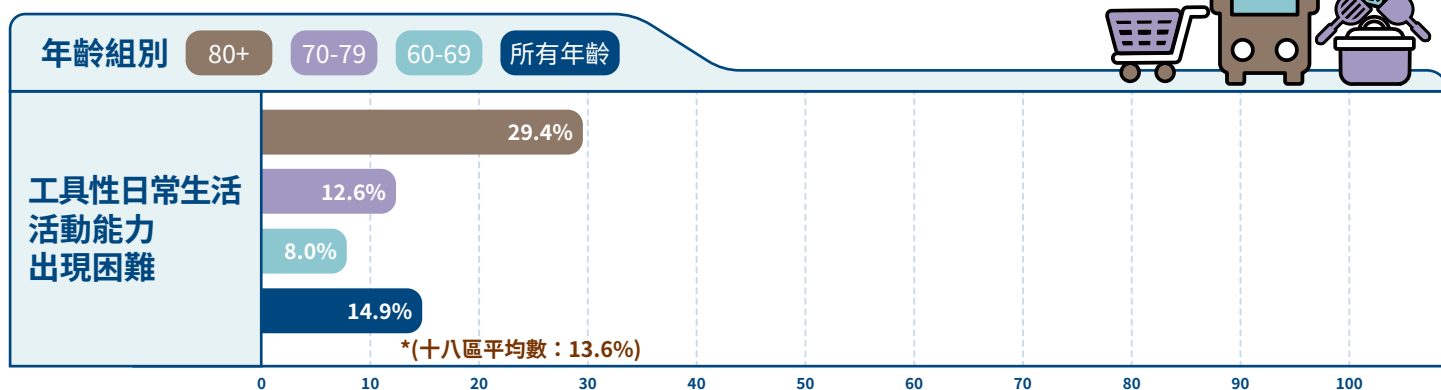
8.10 老年綜合症



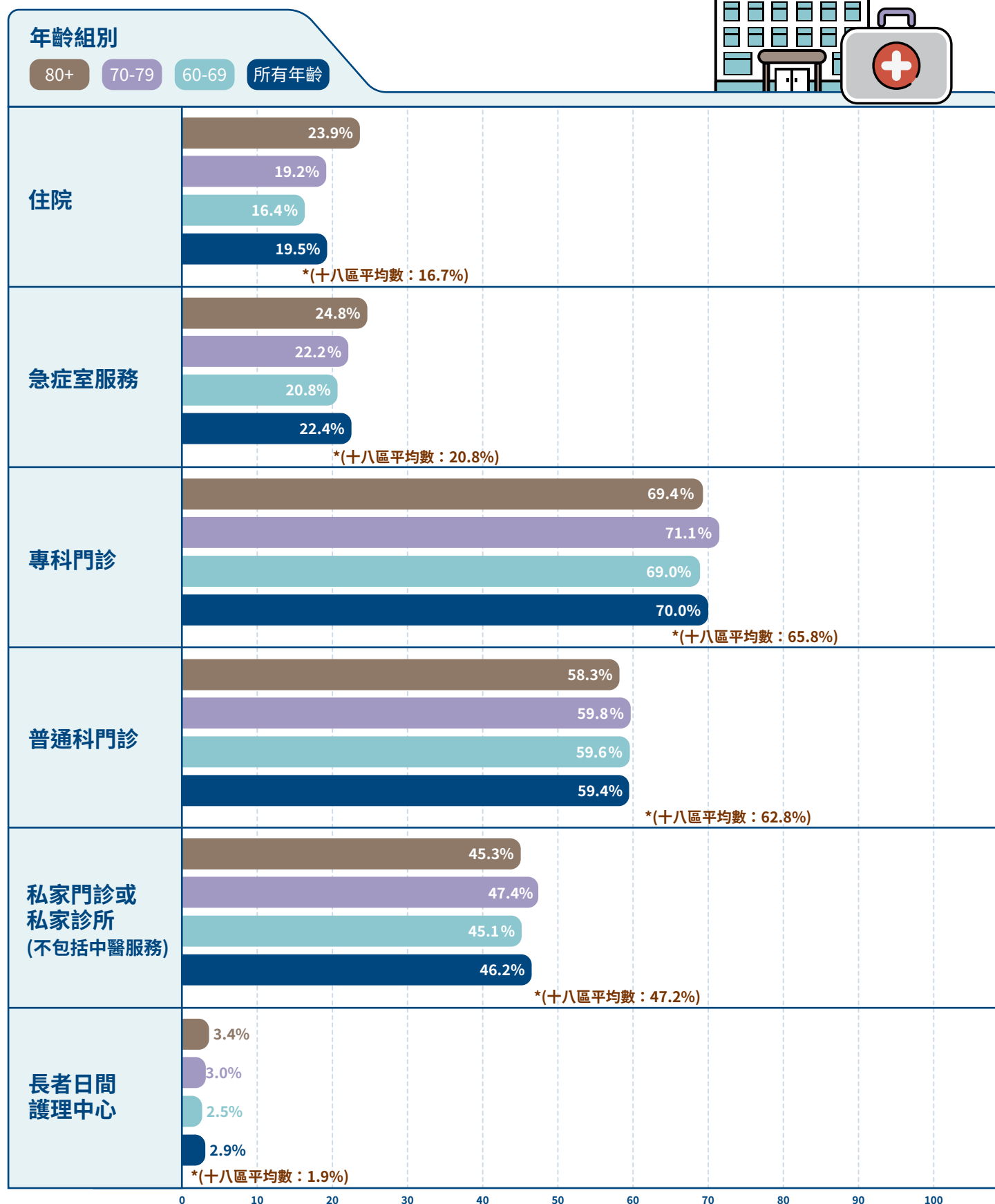
8.11 體能活動



8.12 工具性日常生活活動能力

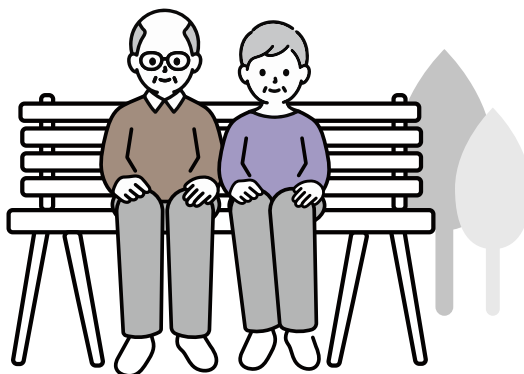


8.13 醫療及護理服務使用

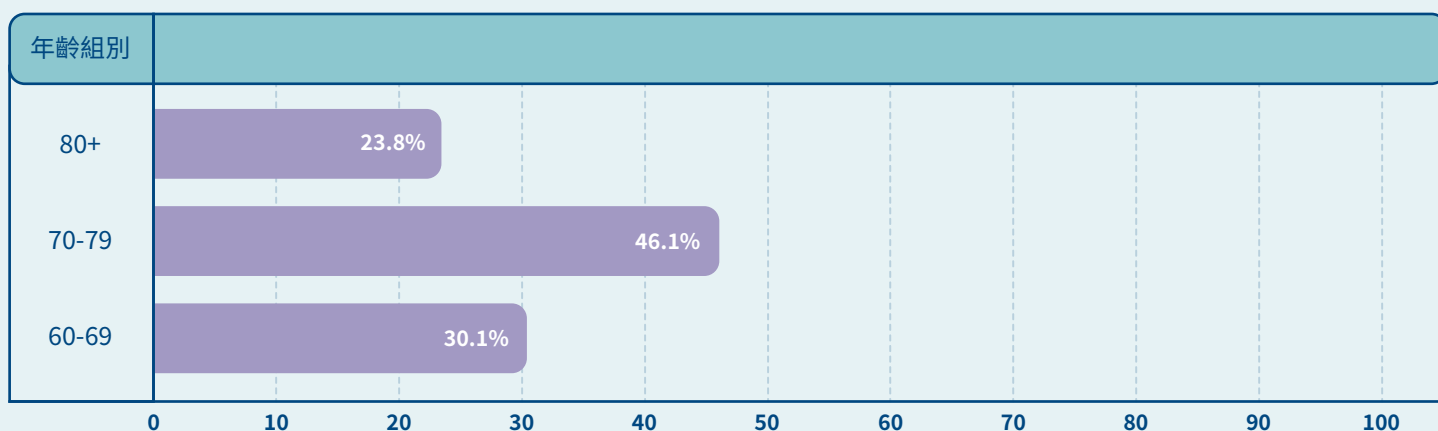


9.1 黃大仙區參加人數

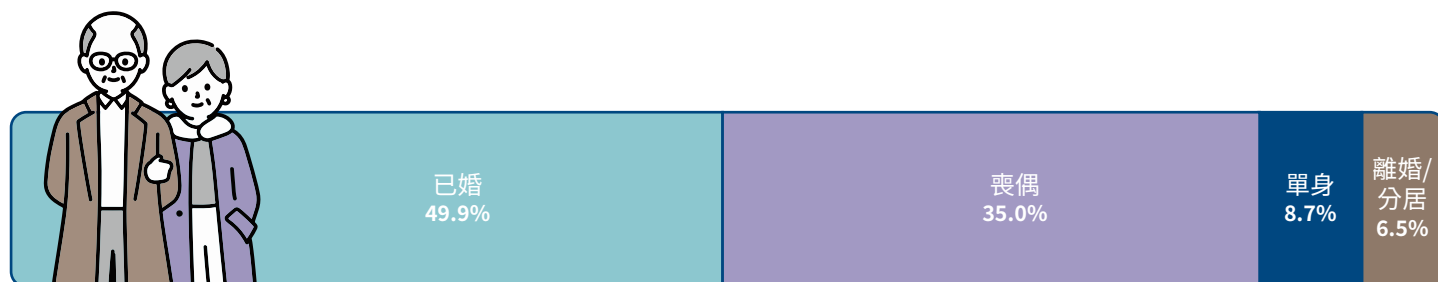
黃大仙區共有**2,551**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



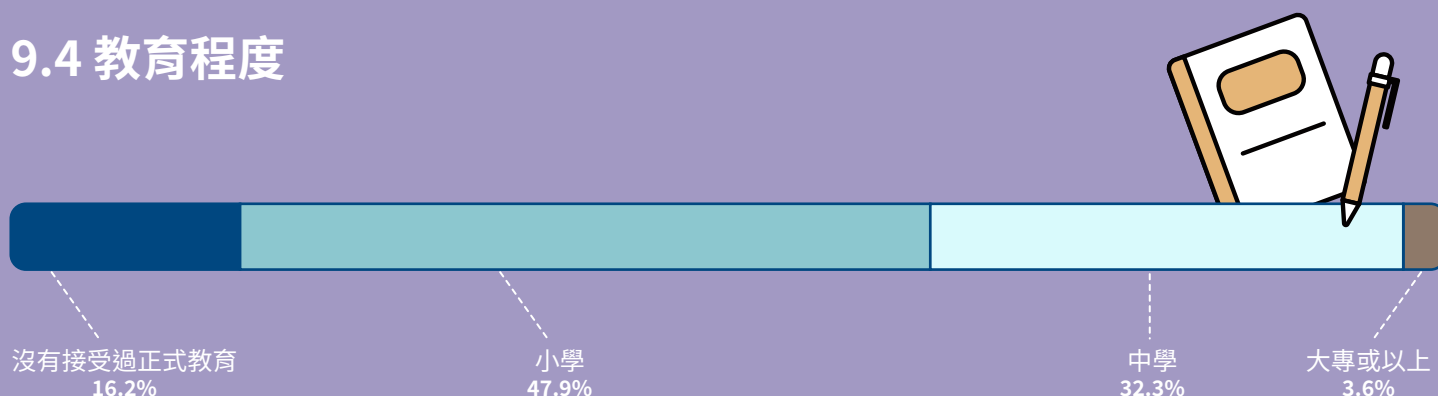
9.2 按年齡劃分的參加者比例



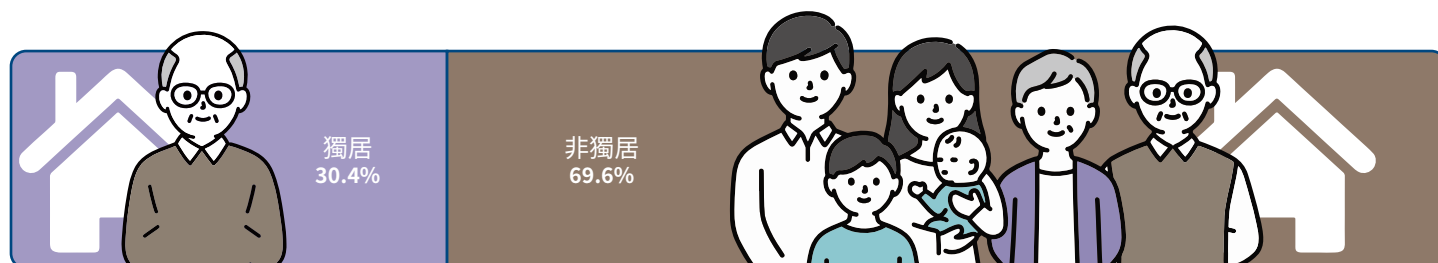
9.3 婚姻狀況



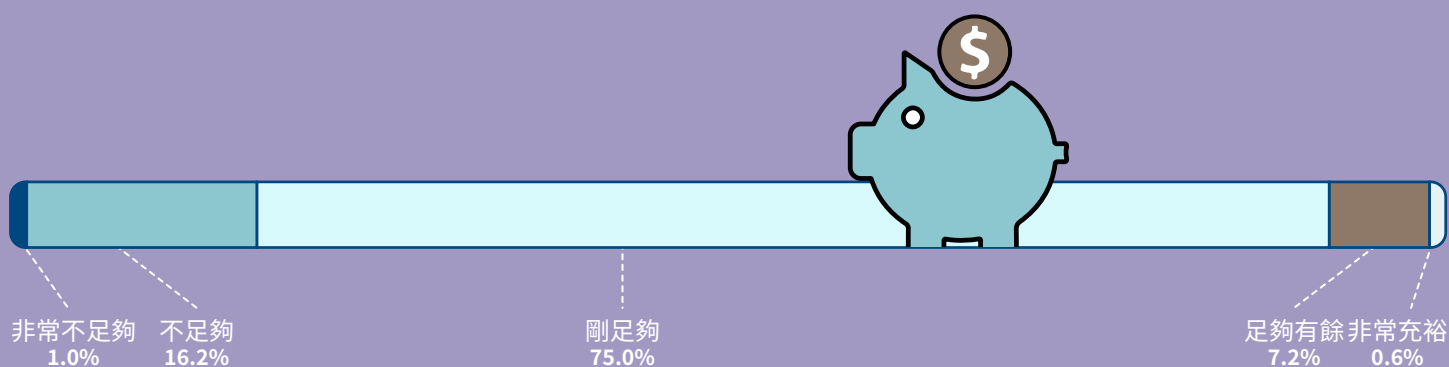
9.4 教育程度



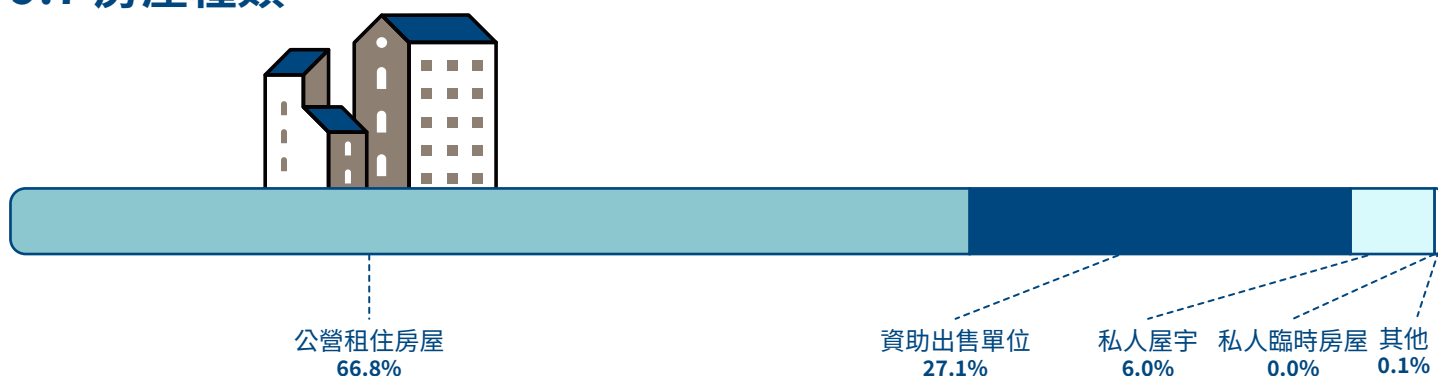
9.5 居住狀況



9.6 自覺金錢充裕程度



9.7 房屋種類



9.8 慢性疾病及藥物使用



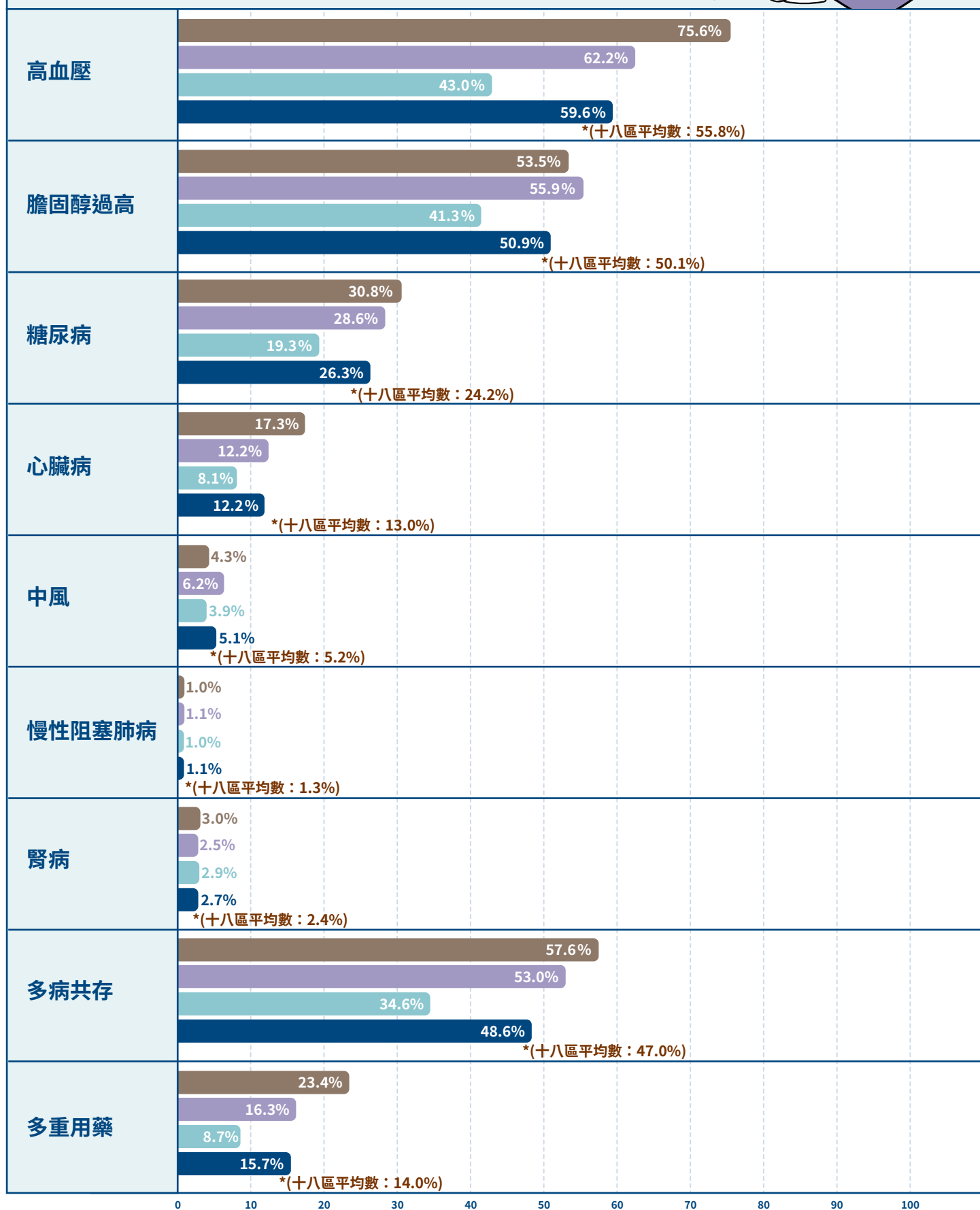
年齡組別

80+

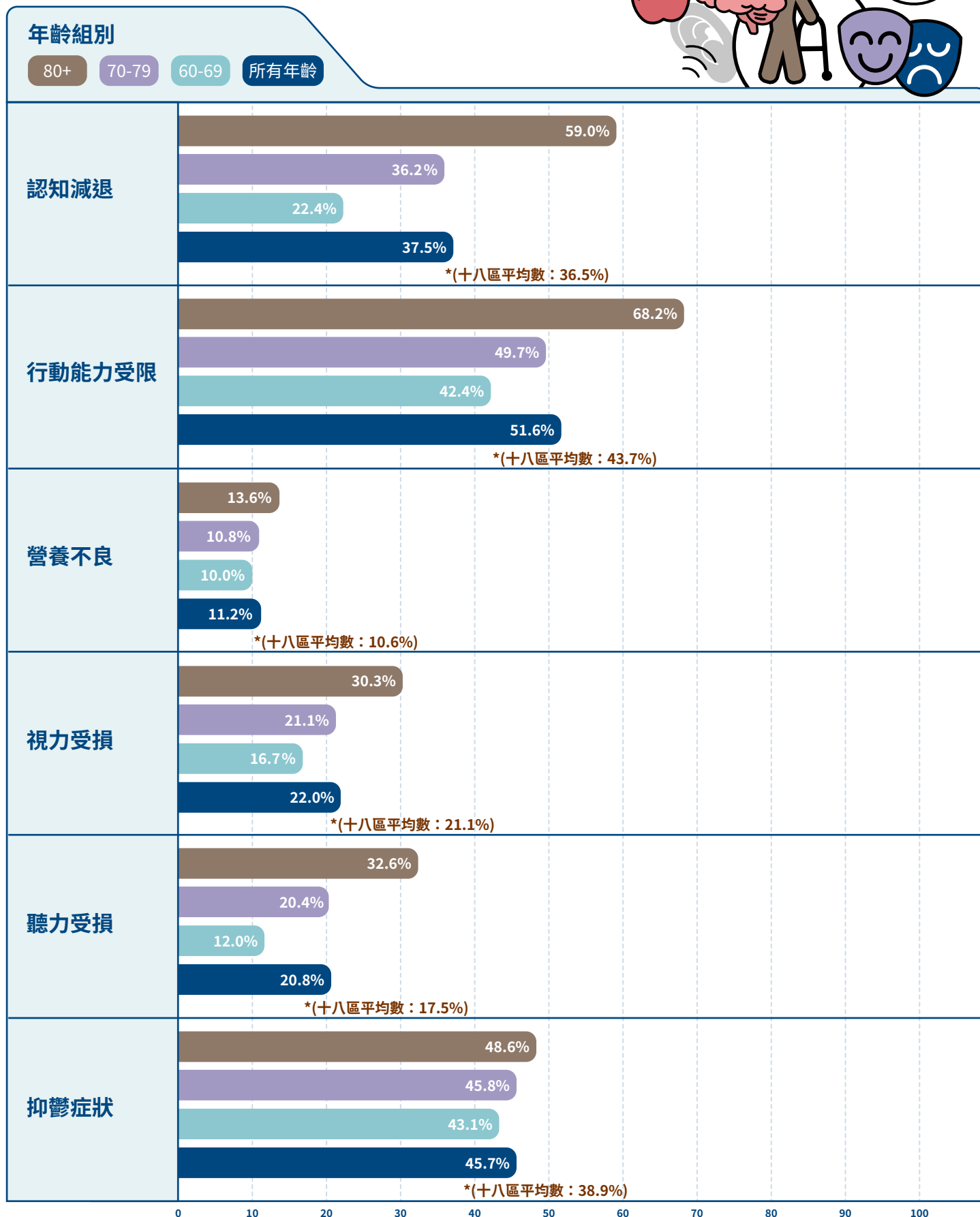
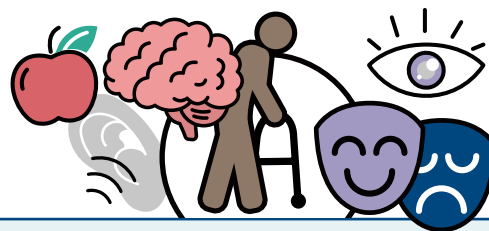
70-79

60-69

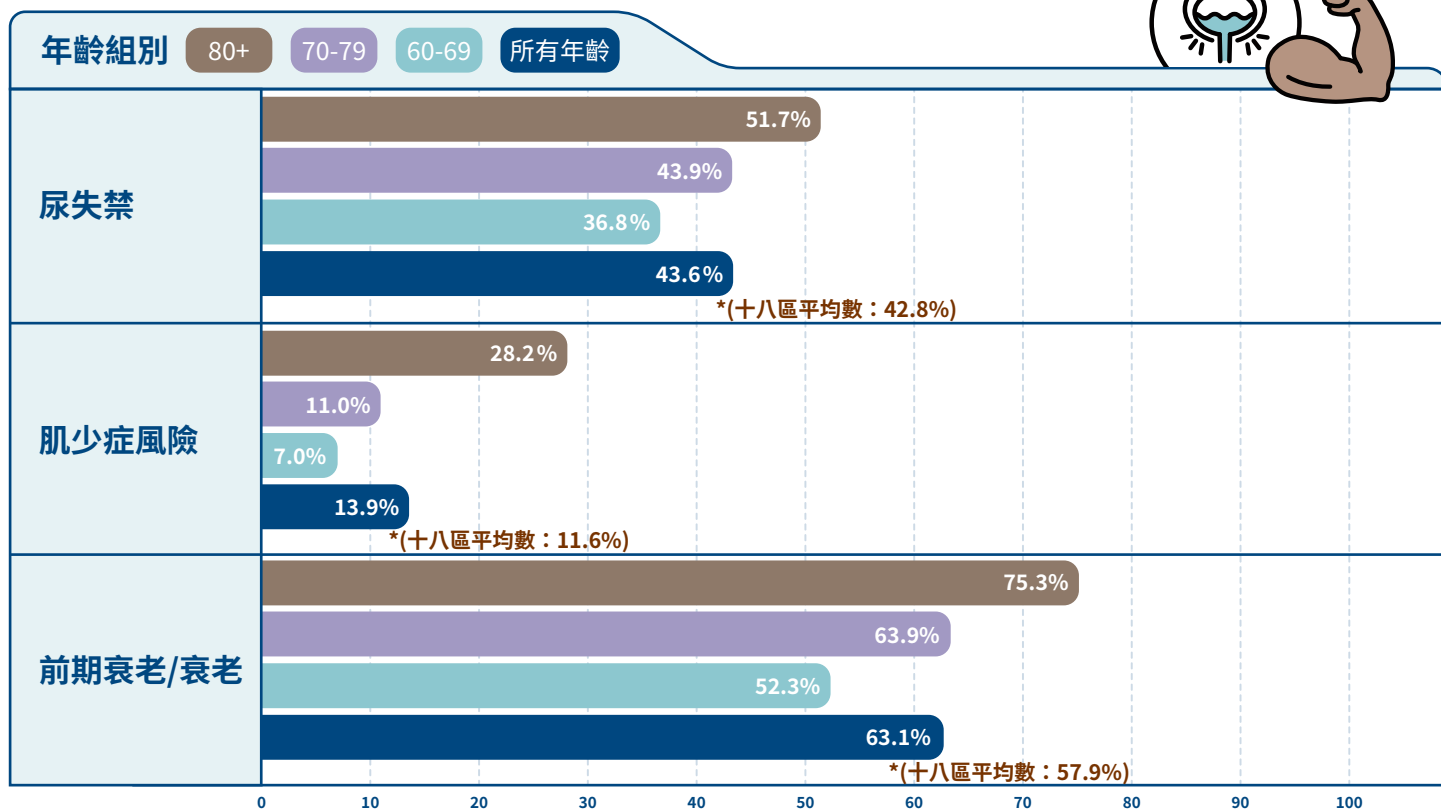
所有年齡



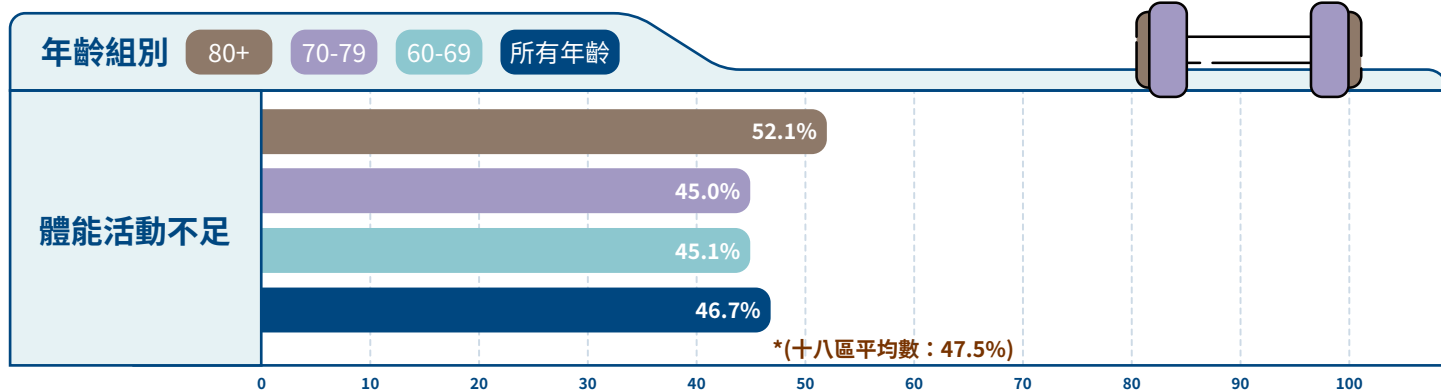
9.9 內在能力



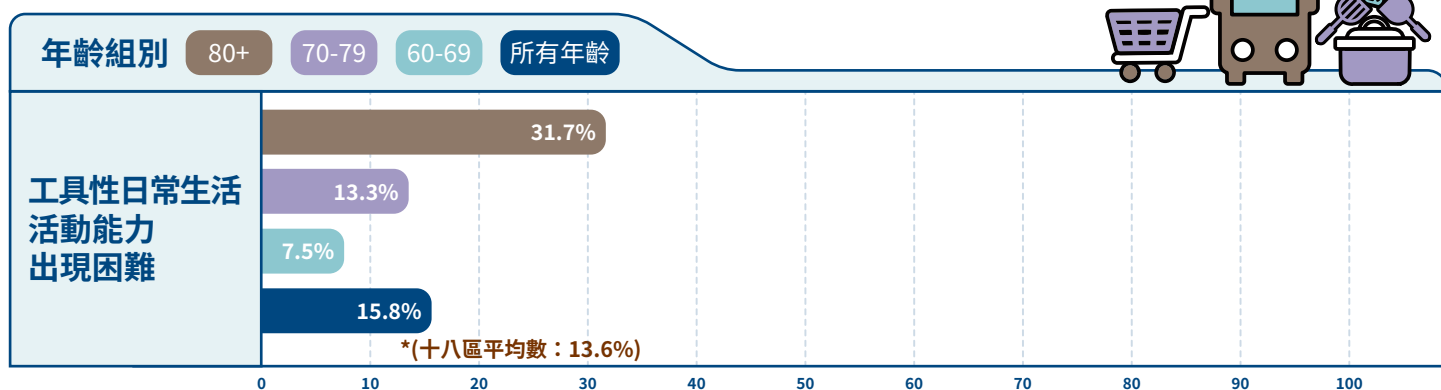
9.10 老年綜合症



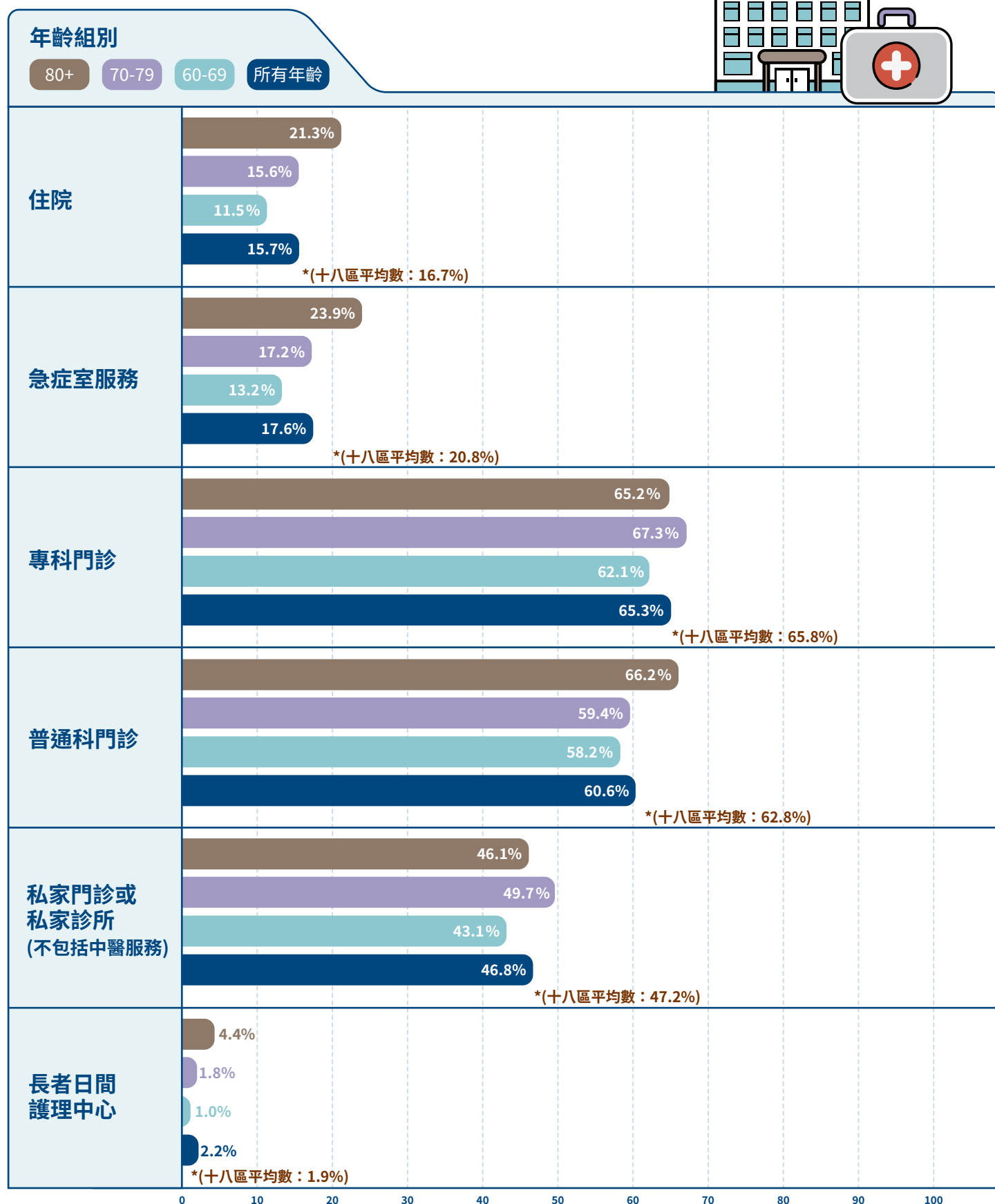
9.11 體能活動



9.12 工具性日常生活活動能力

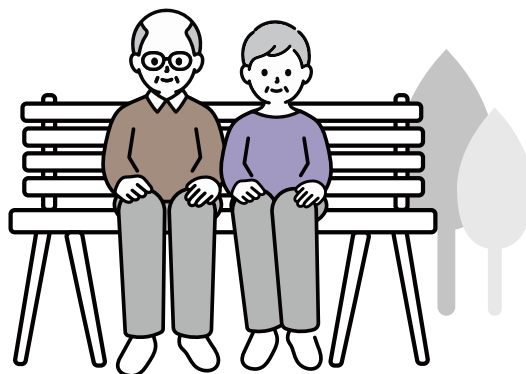


9.13 醫療及護理服務使用

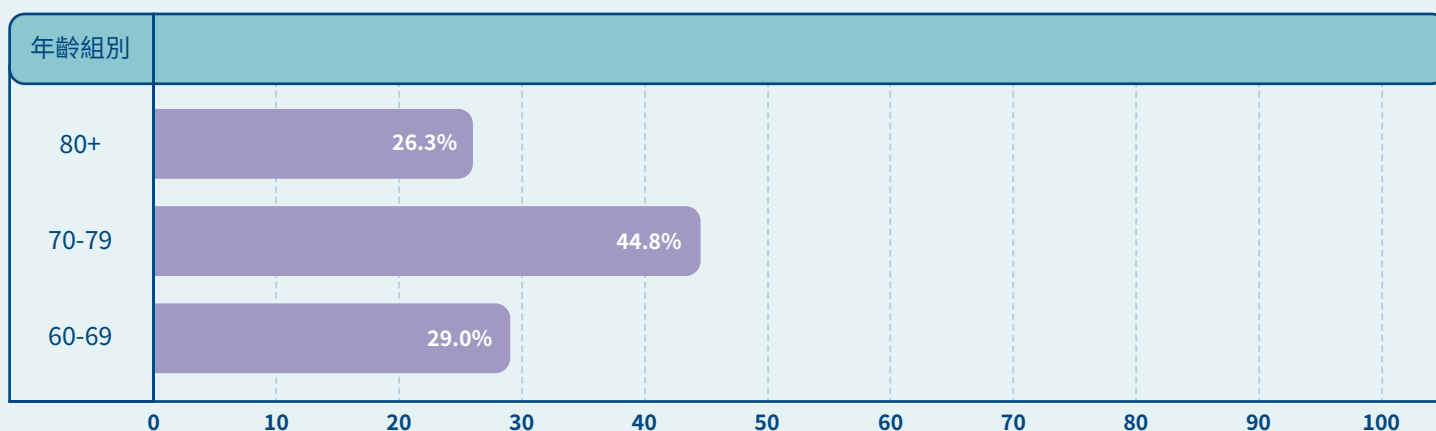


10.1 觀塘區參加人數

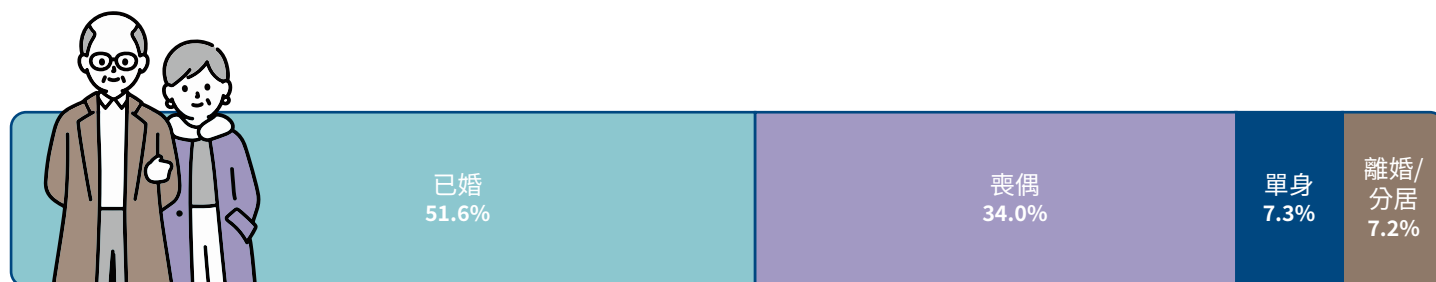
觀塘區共有 **5,621** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



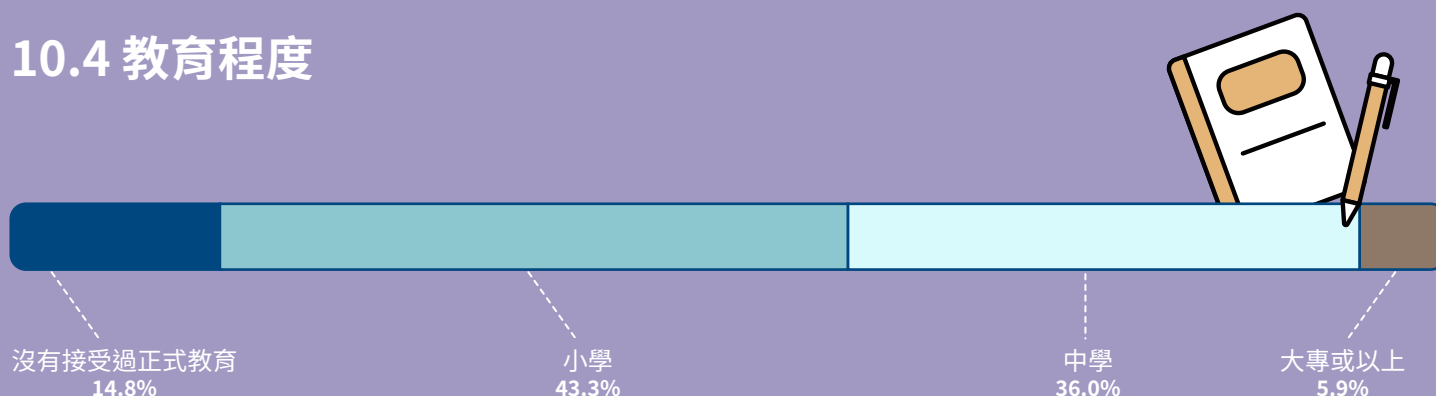
10.2 按年齡劃分的參加者比例



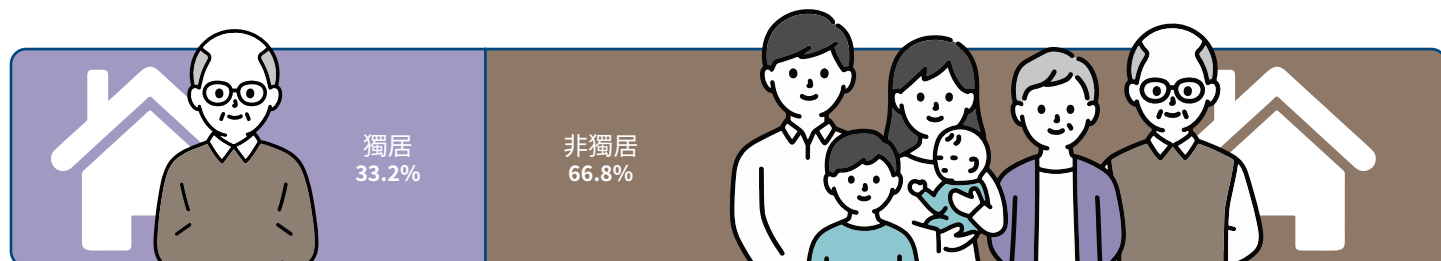
10.3 婚姻狀況



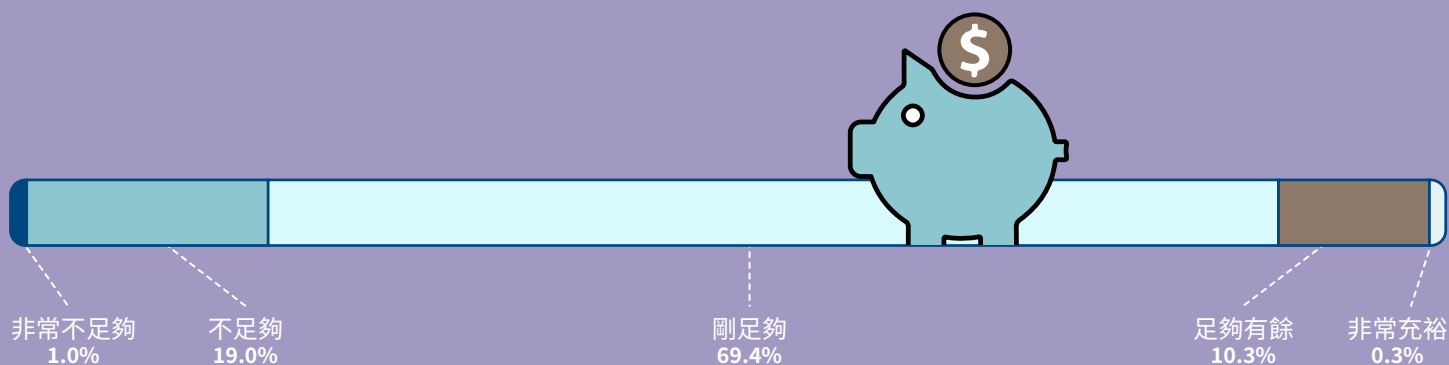
10.4 教育程度



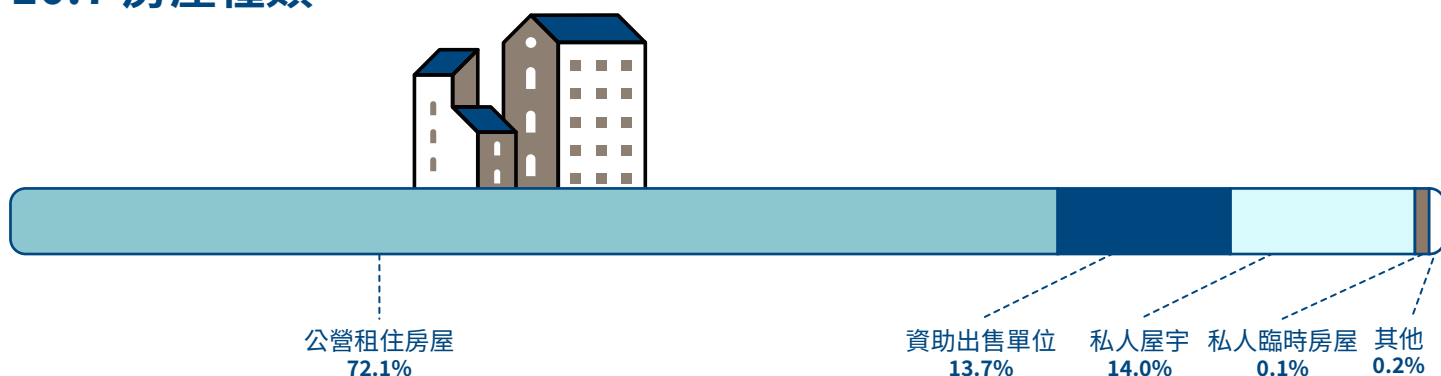
10.5 居住狀況



10.6 自覺金錢充裕程度



10.7 房屋種類



10.8 慢性疾病及藥物使用



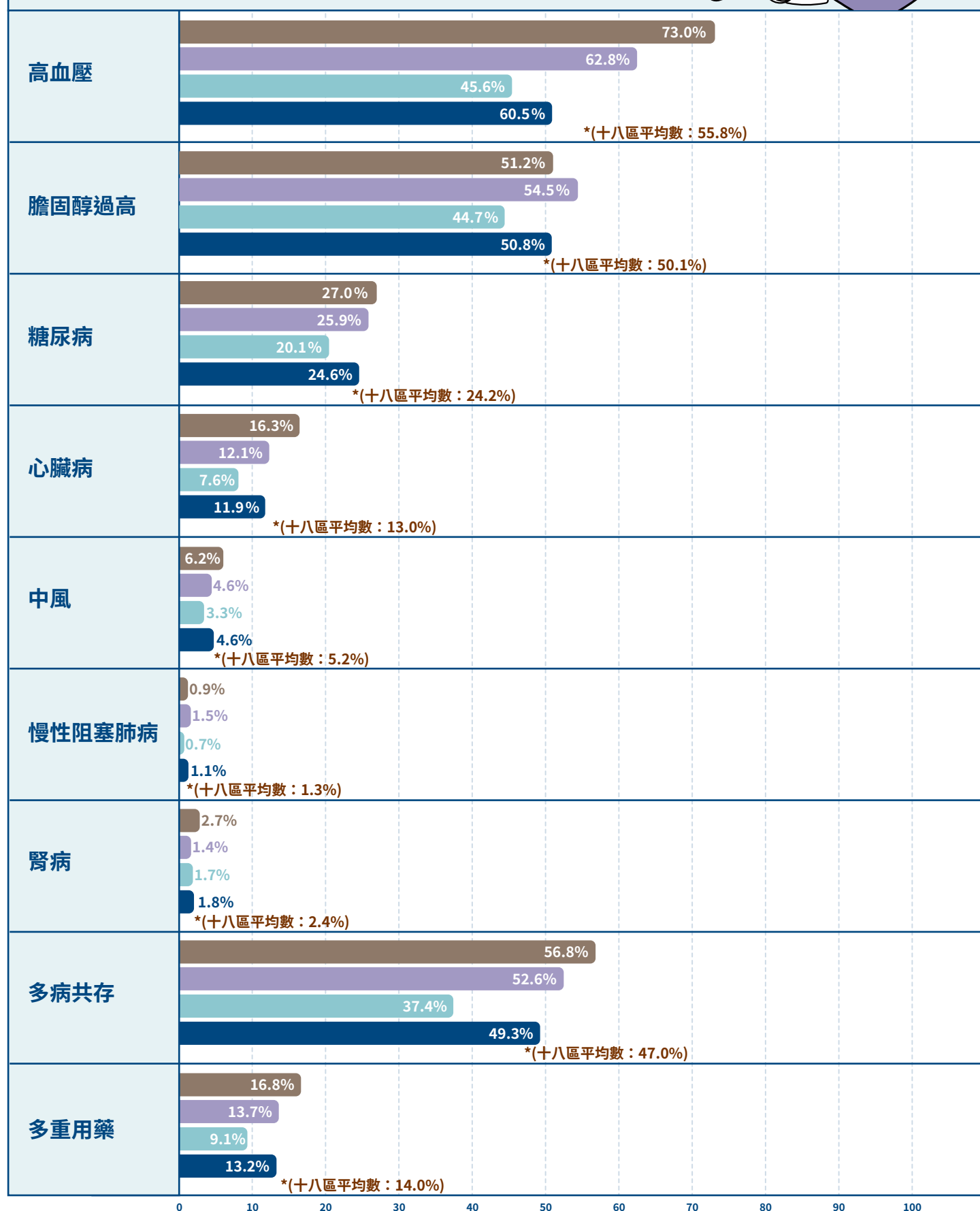
年齡組別

80+

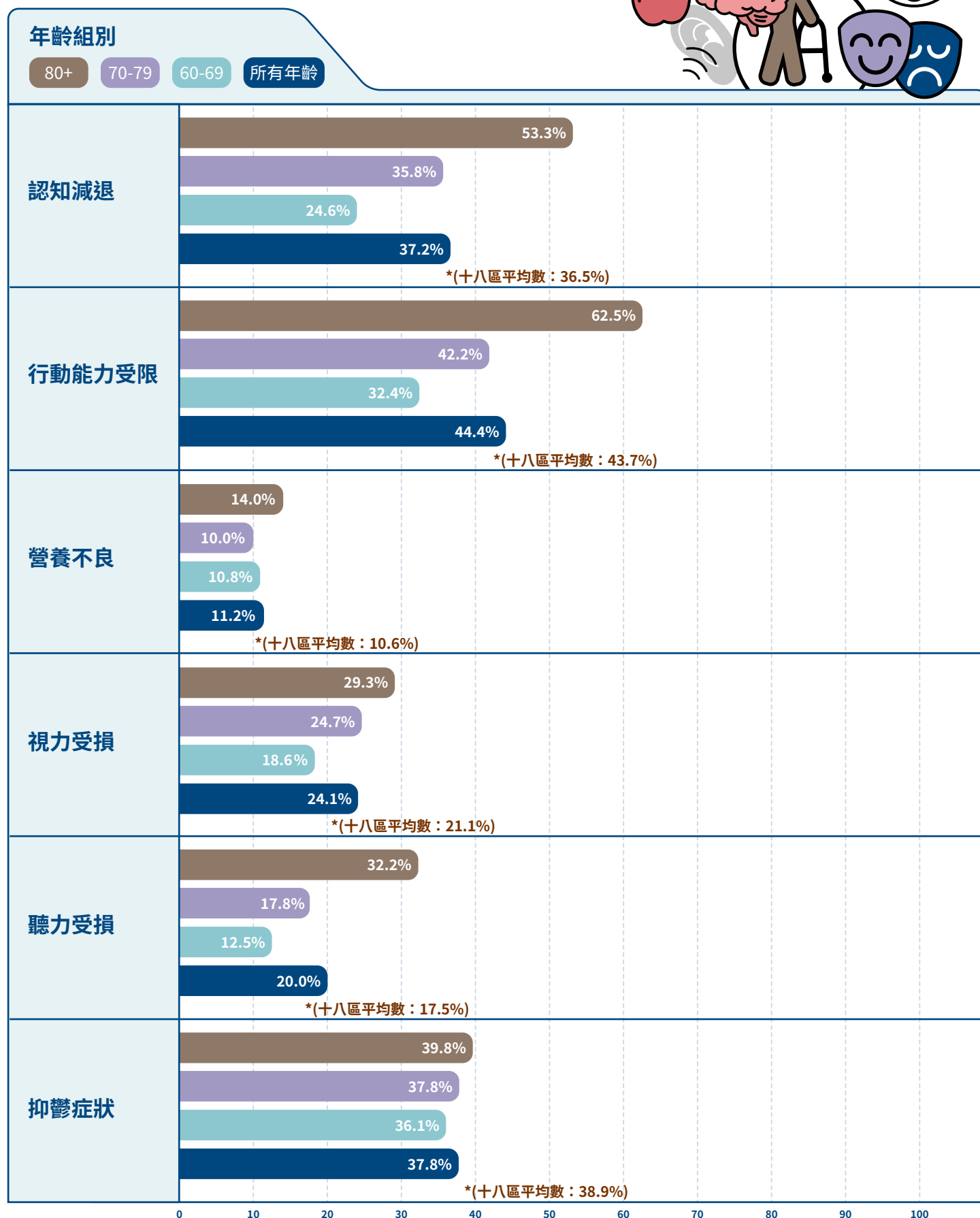
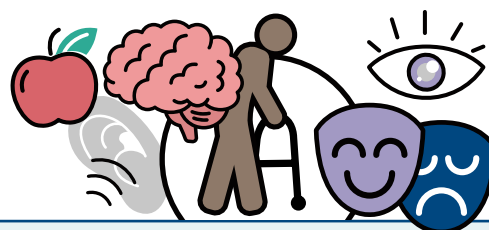
70-79

60-69

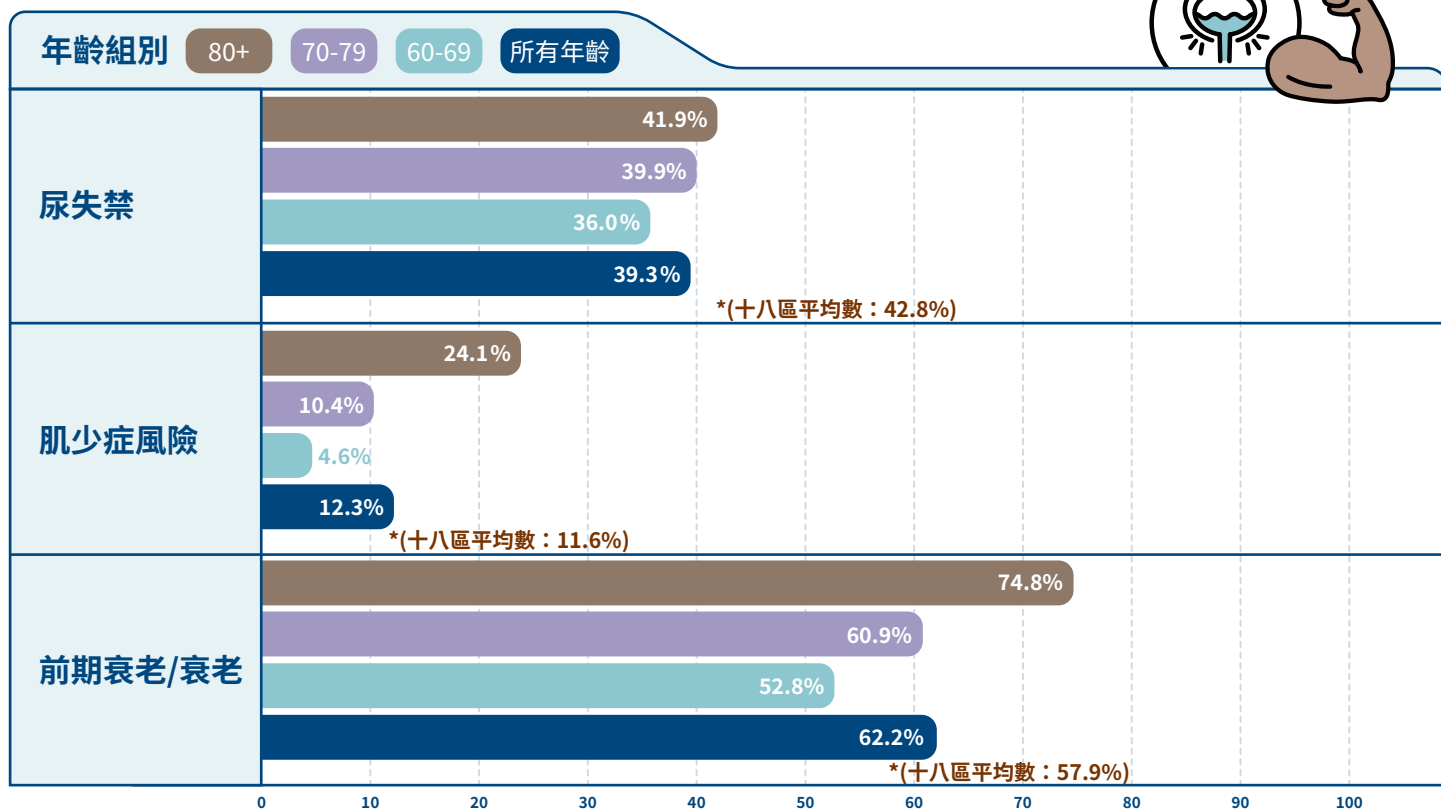
所有年齡



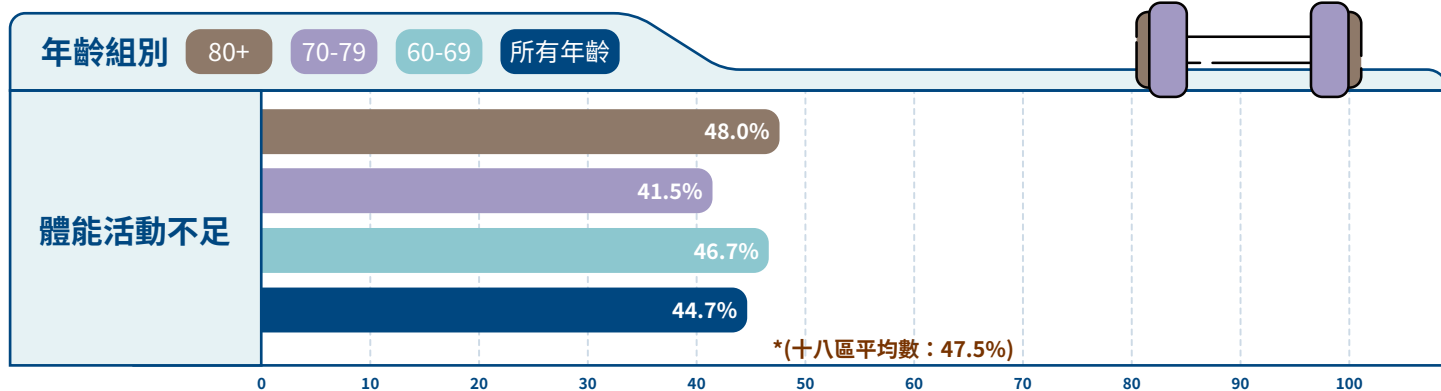
10.9 內在能力



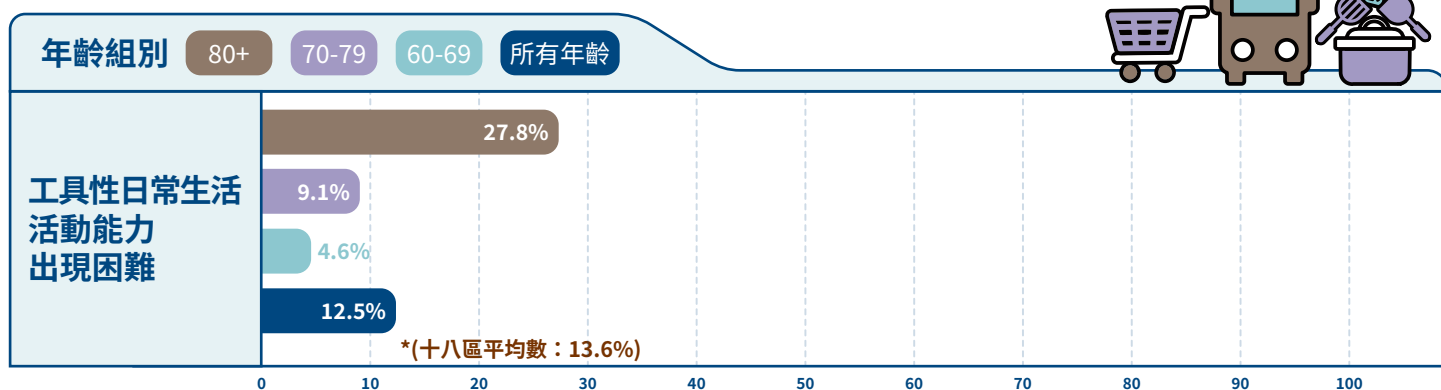
10.10 老年綜合症



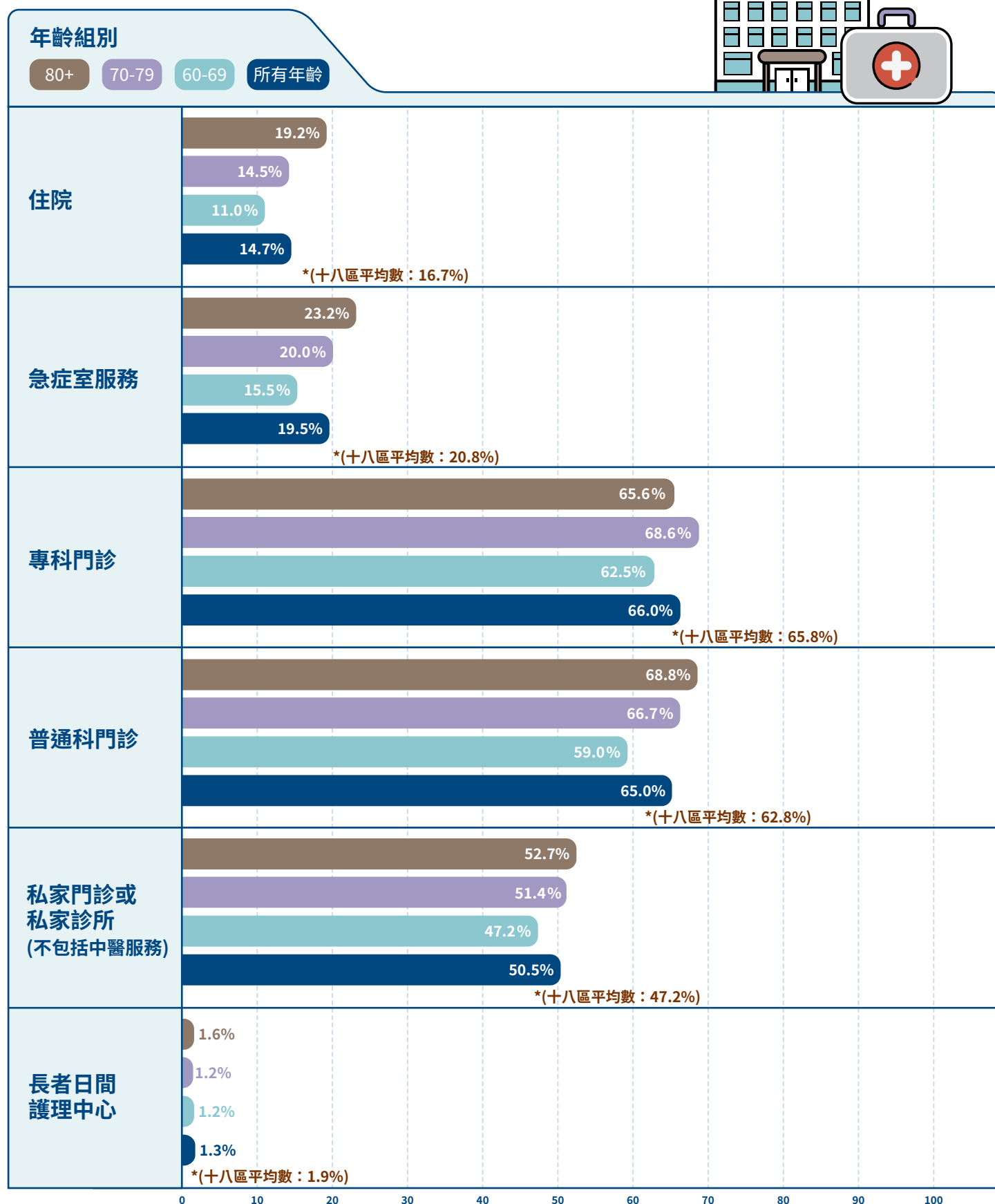
10.11 體能活動



10.12 工具性日常生活活動能力

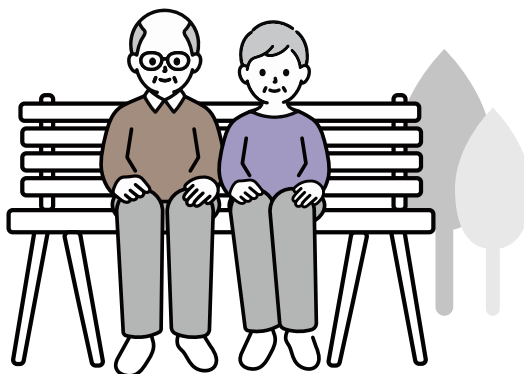


10.13 醫療及護理服務使用

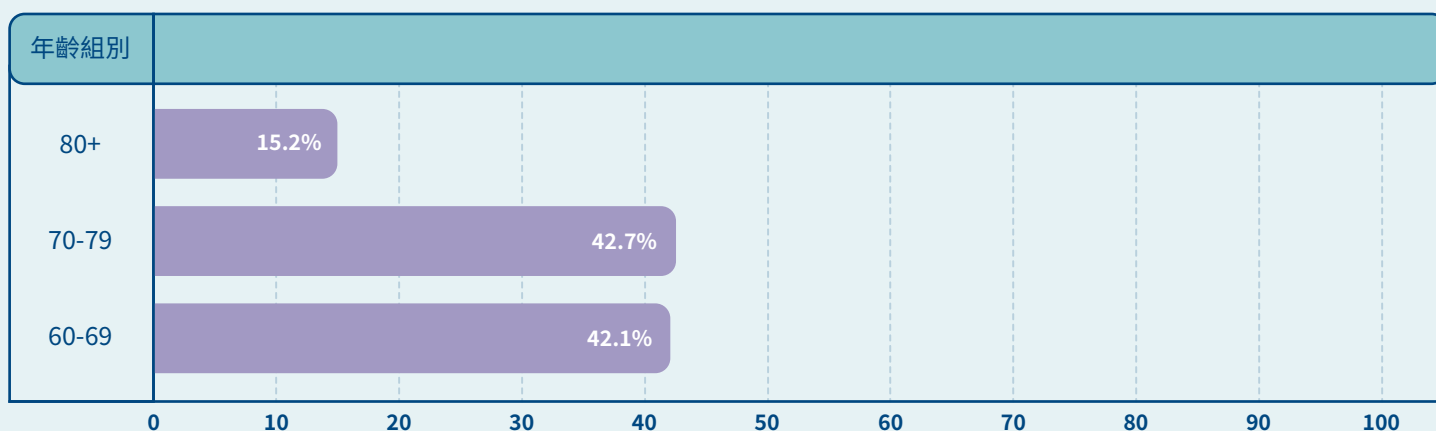


11.1 大埔區參加人數

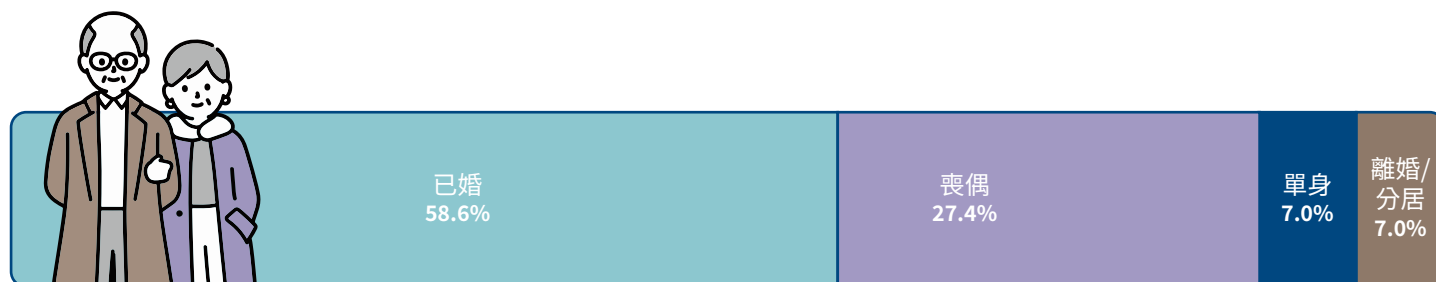
大埔區共有 **2,186** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



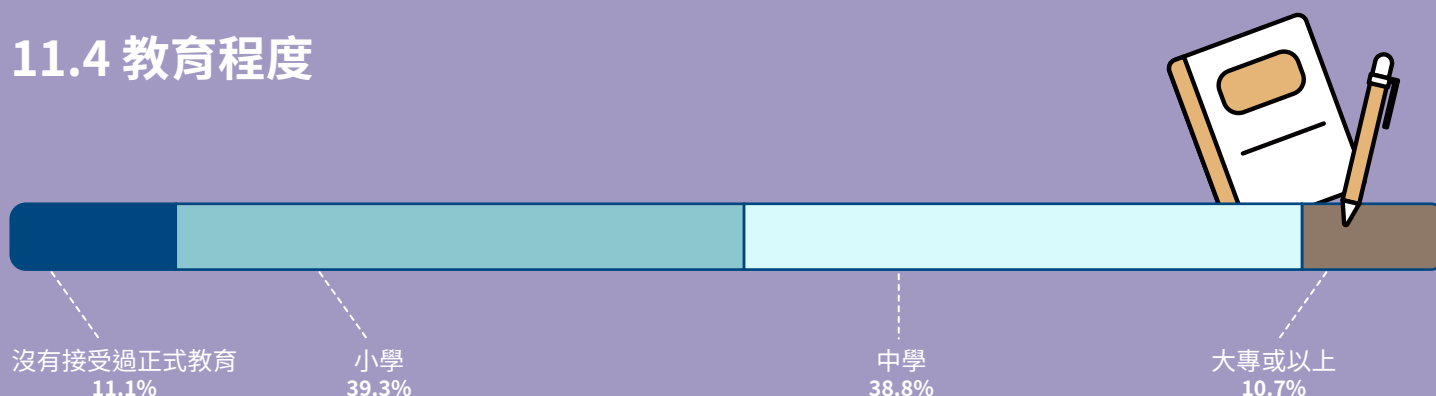
11.2 按年齡劃分的參加者比例



11.3 婚姻狀況



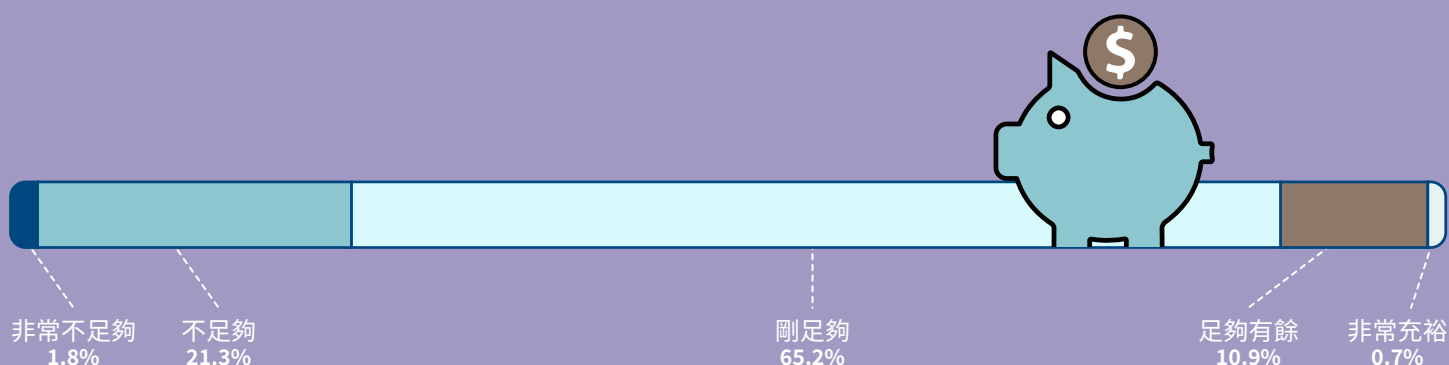
11.4 教育程度



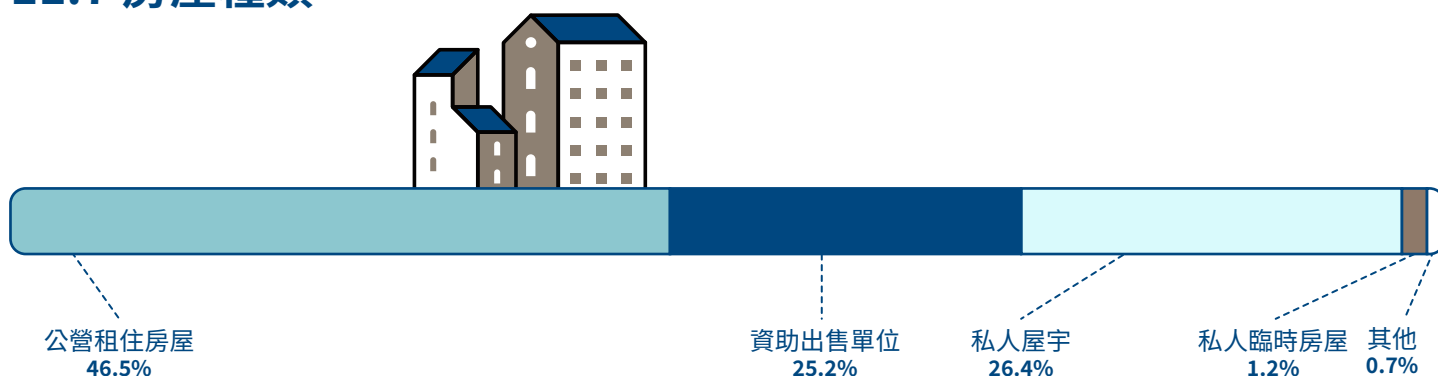
11.5 居住狀況



11.6 自覺金錢充裕程度



11.7 房屋種類



11.8 慢性疾病及藥物使用



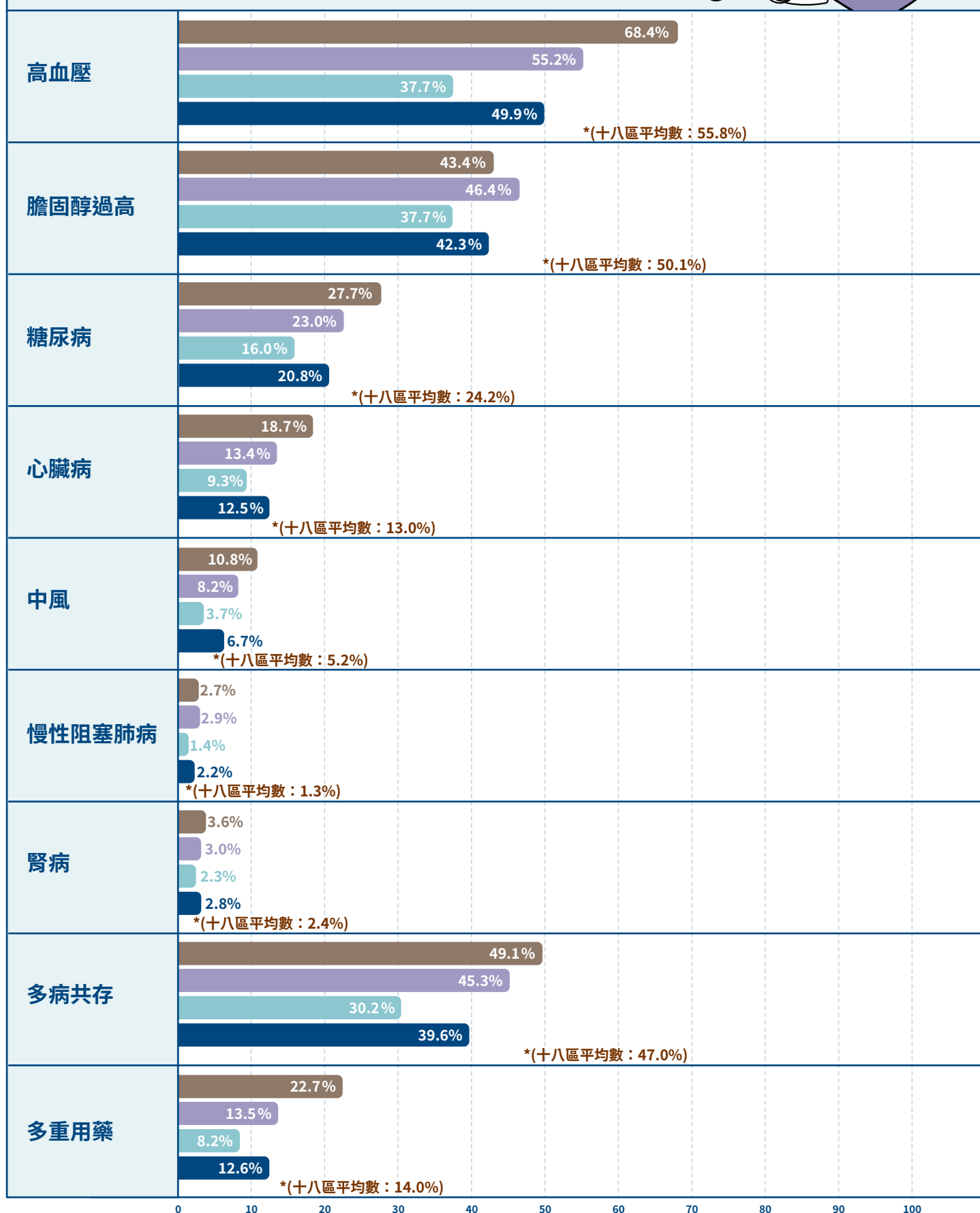
年齡組別

80+

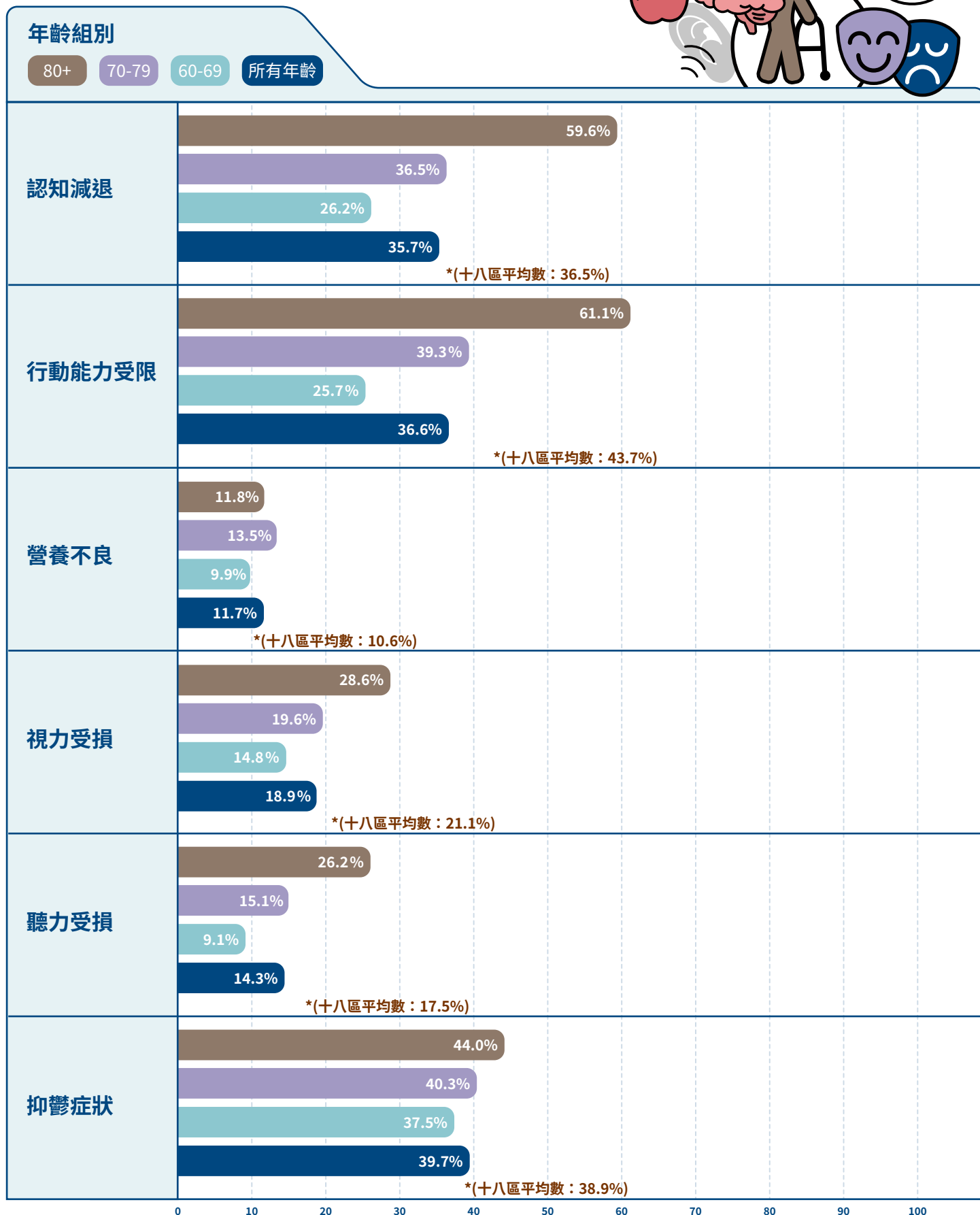
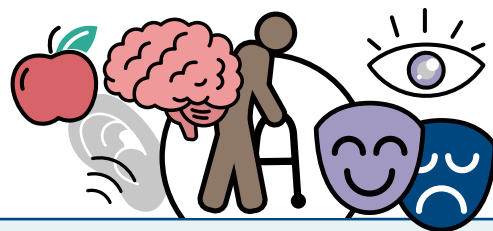
70-79

60-69

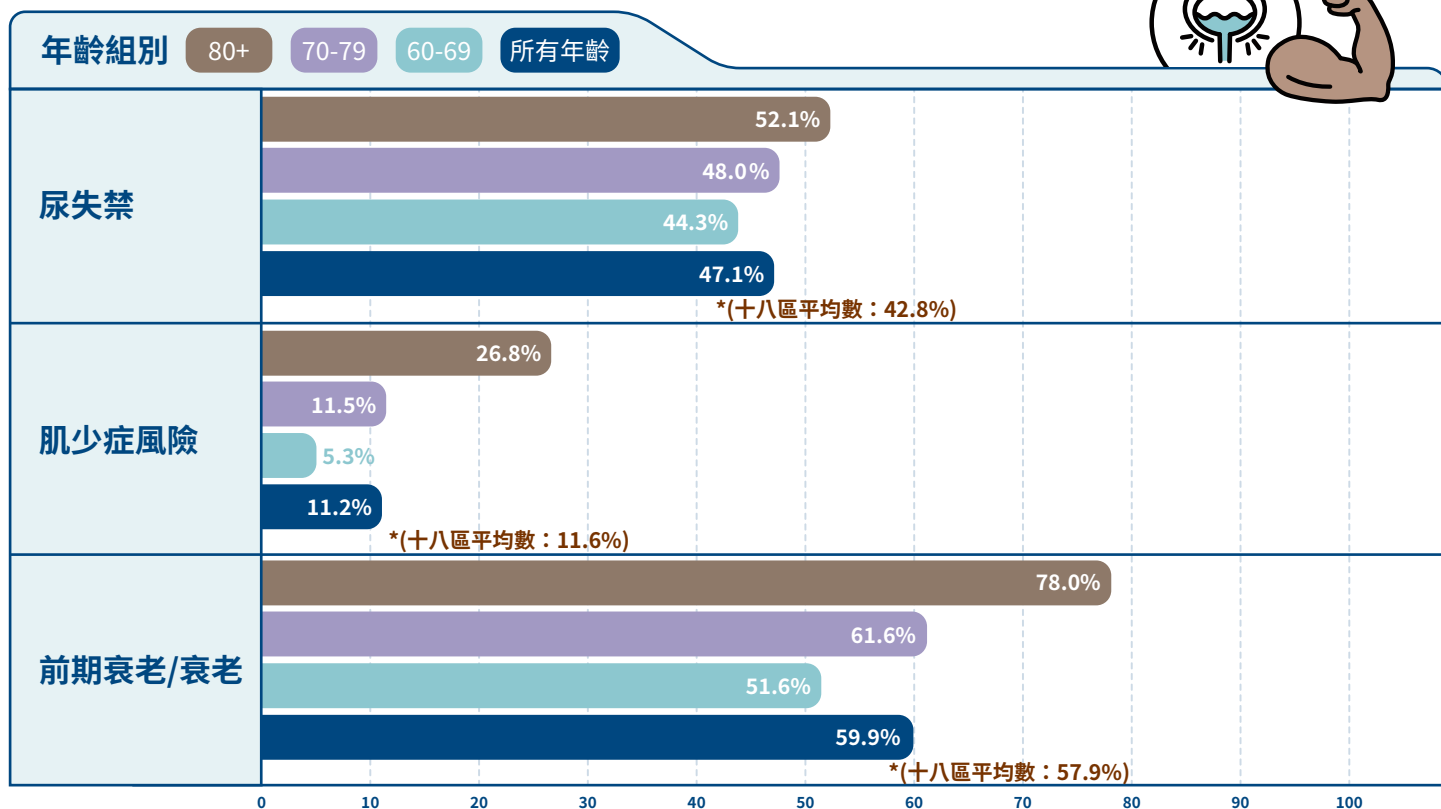
所有年齡



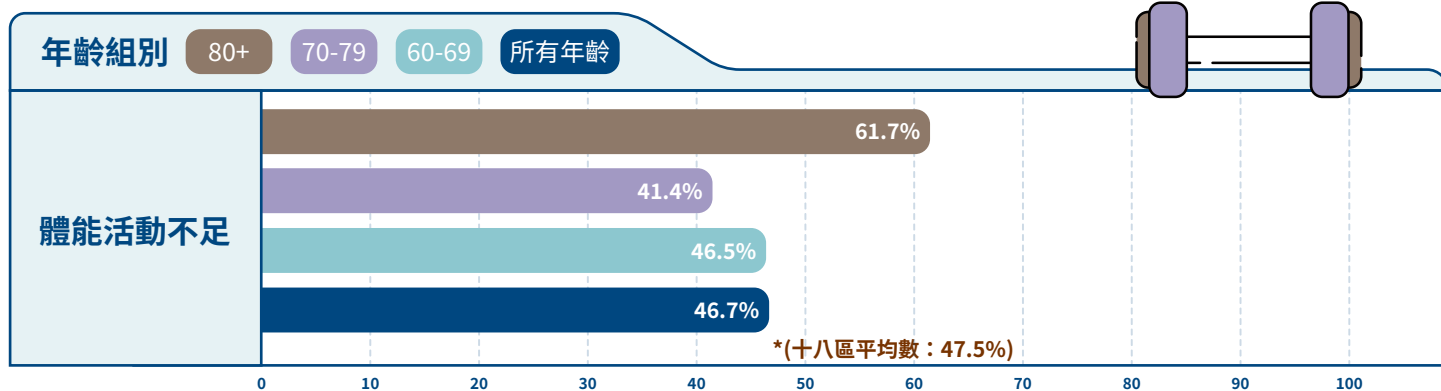
11.9 內在能力



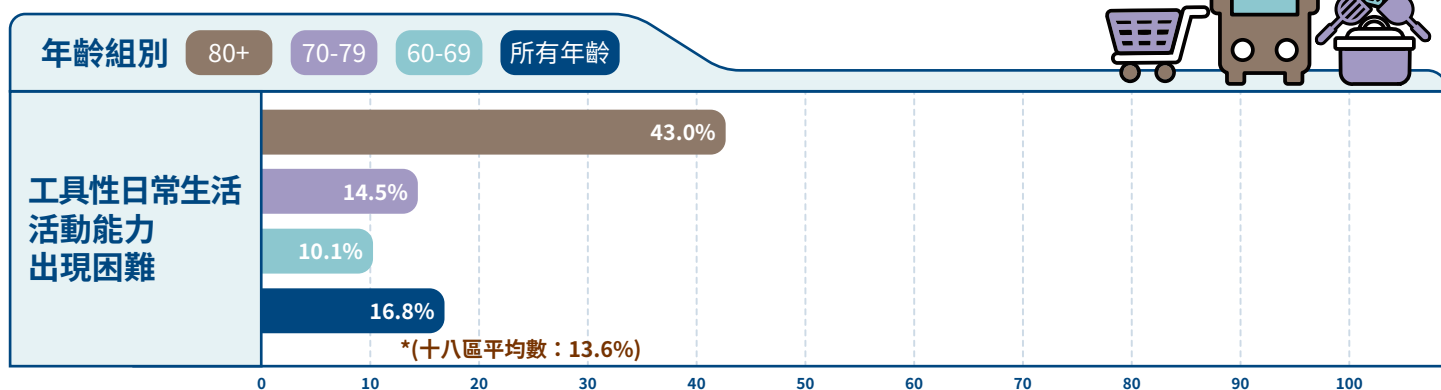
11.10 老年綜合症



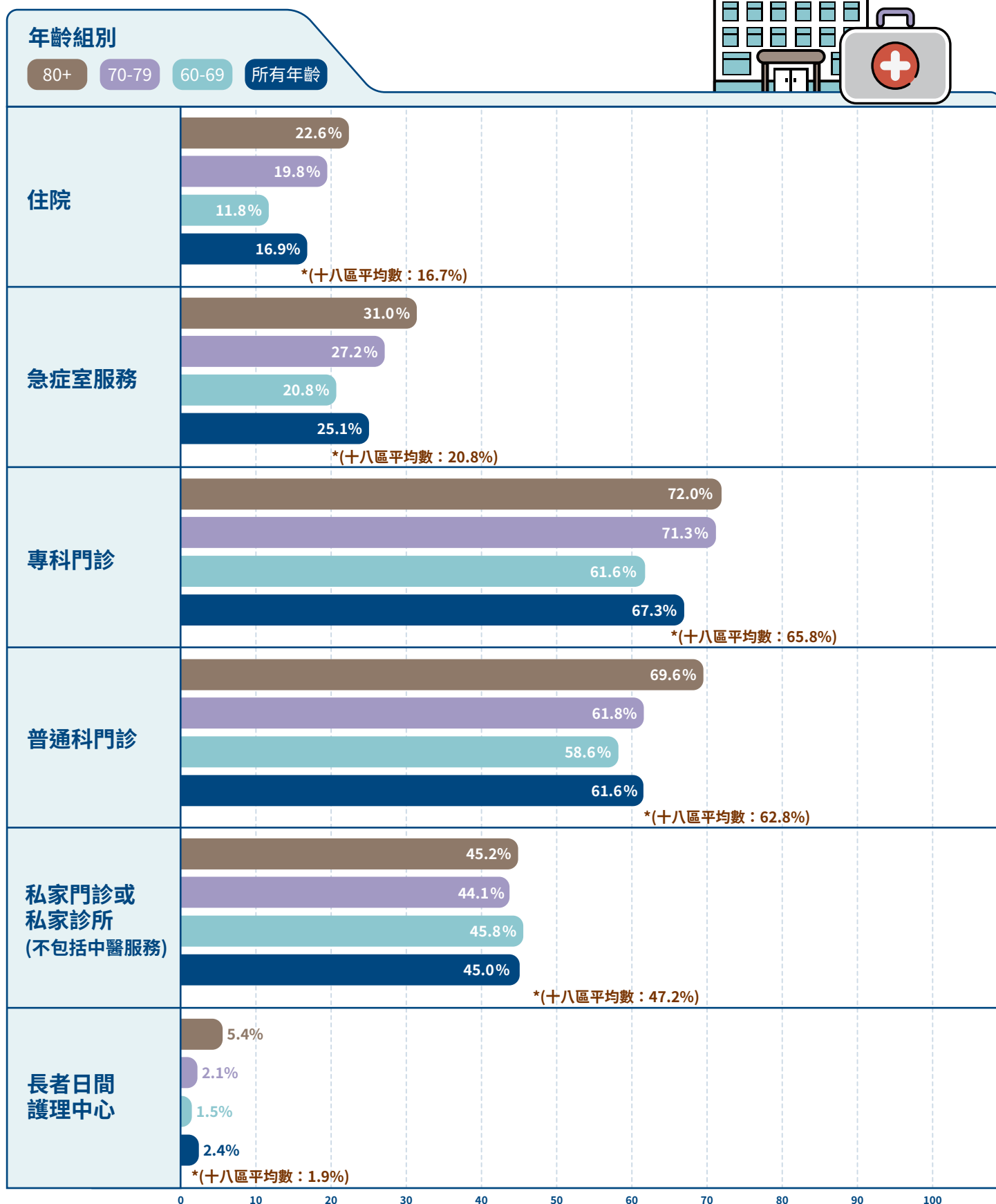
11.11 體能活動



11.12 工具性日常生活活動能力

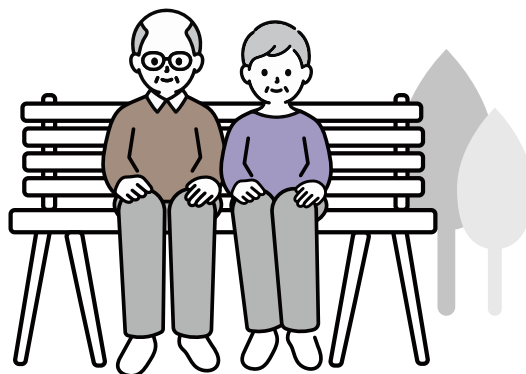


11.13 醫療及護理服務使用

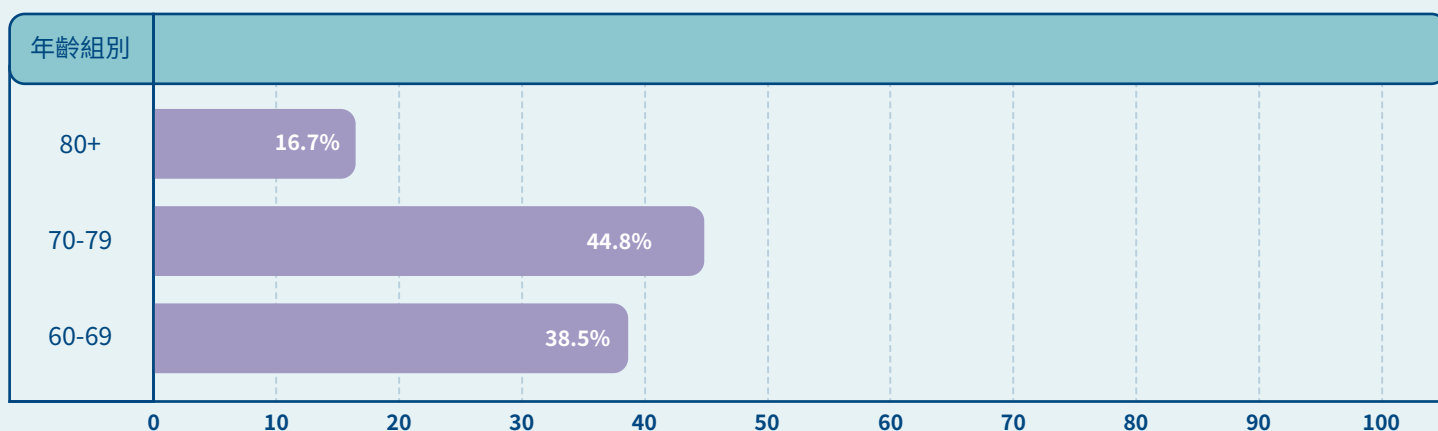


12.1 元朗區參加人數

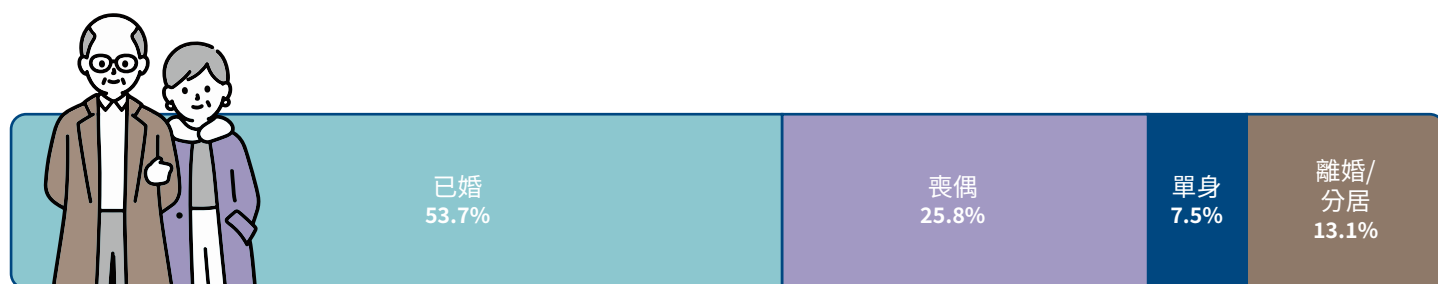
元朗區共有 **3,101** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



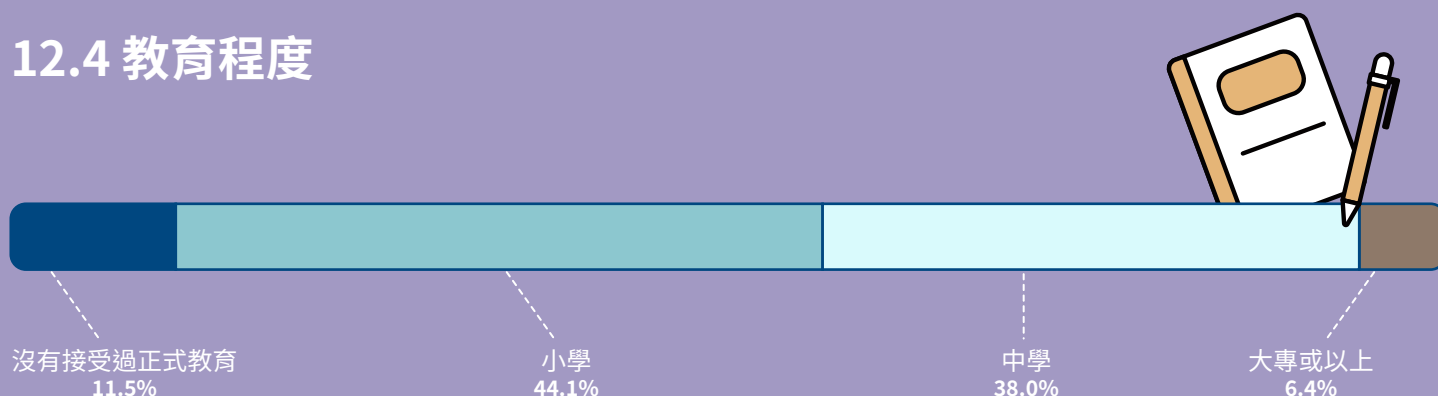
12.2 按年齡劃分的參加者比例



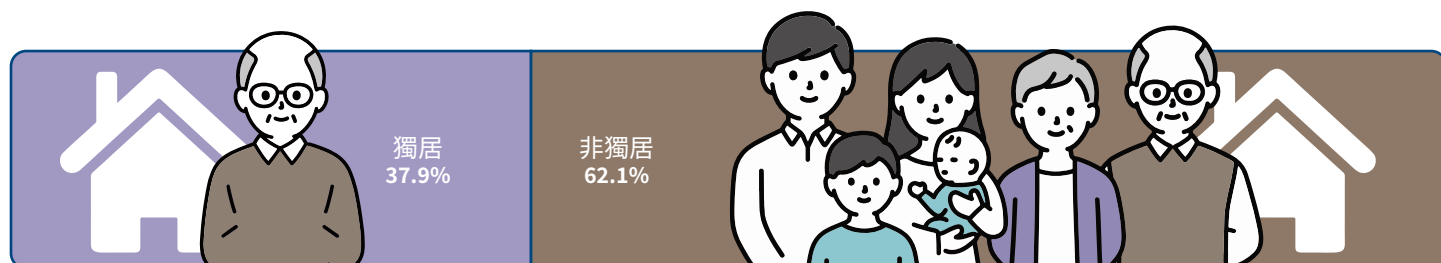
12.3 婚姻狀況



12.4 教育程度



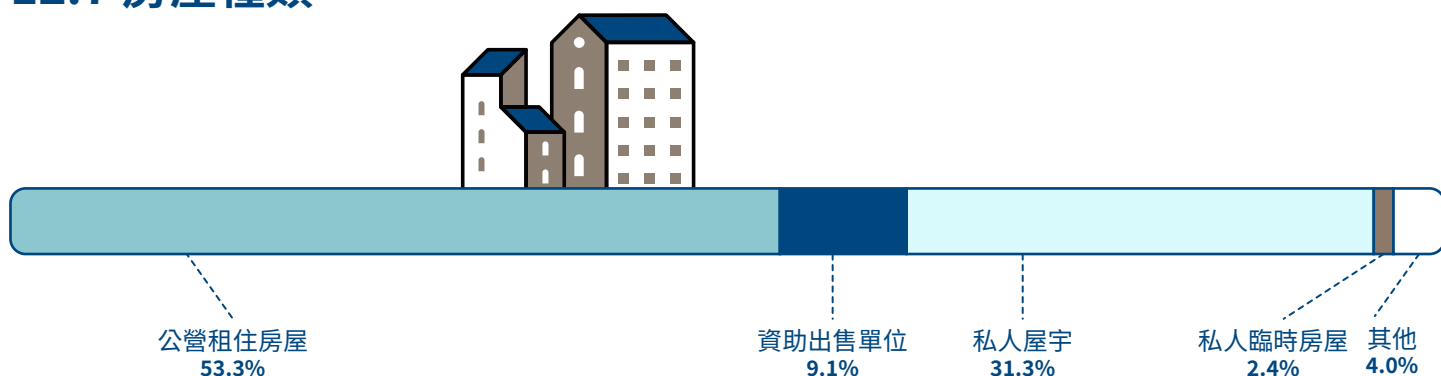
12.5 居住狀況



12.6 自覺金錢充裕程度



12.7 房屋種類



12.8 慢性疾病及藥物使用



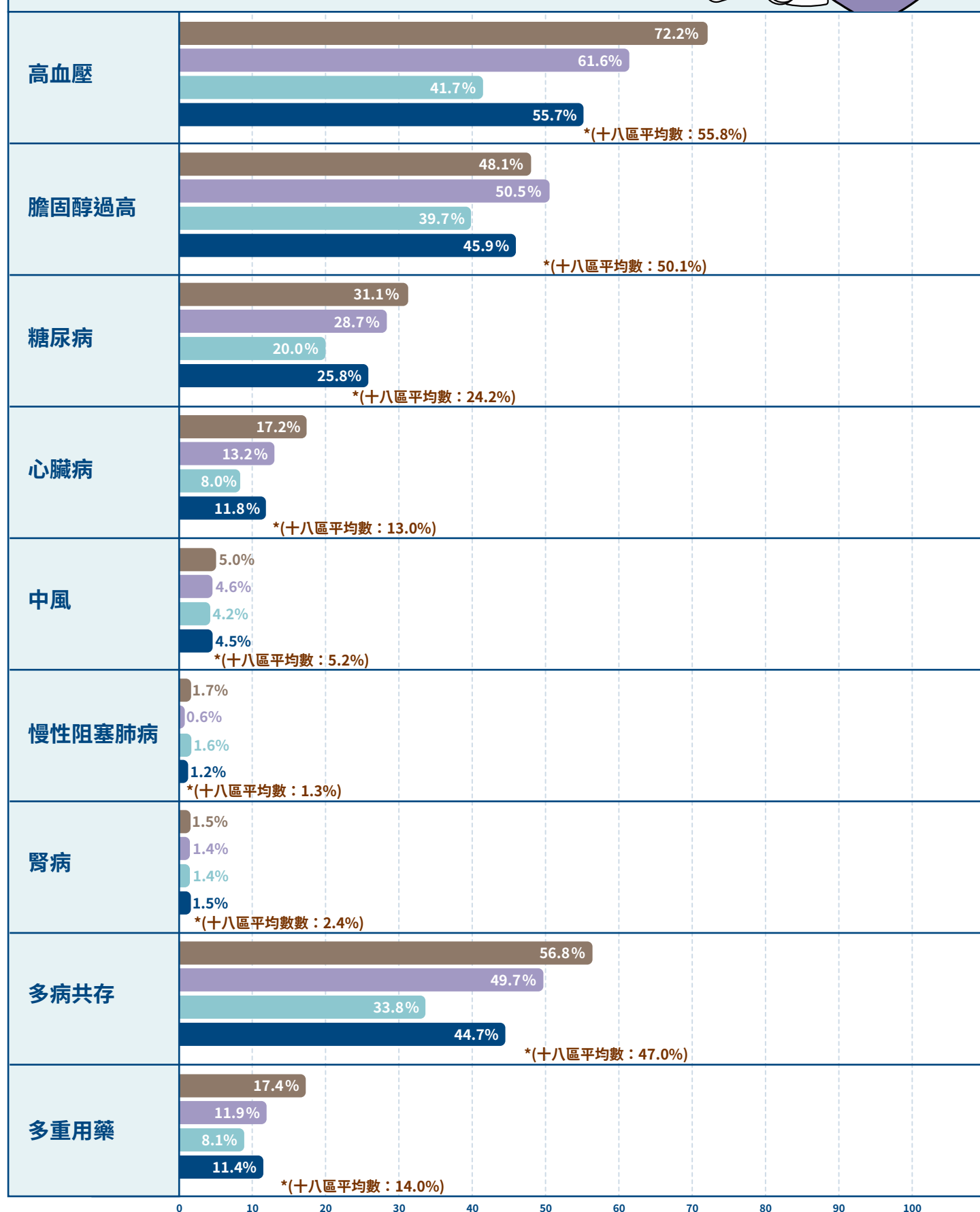
年齡組別

80+

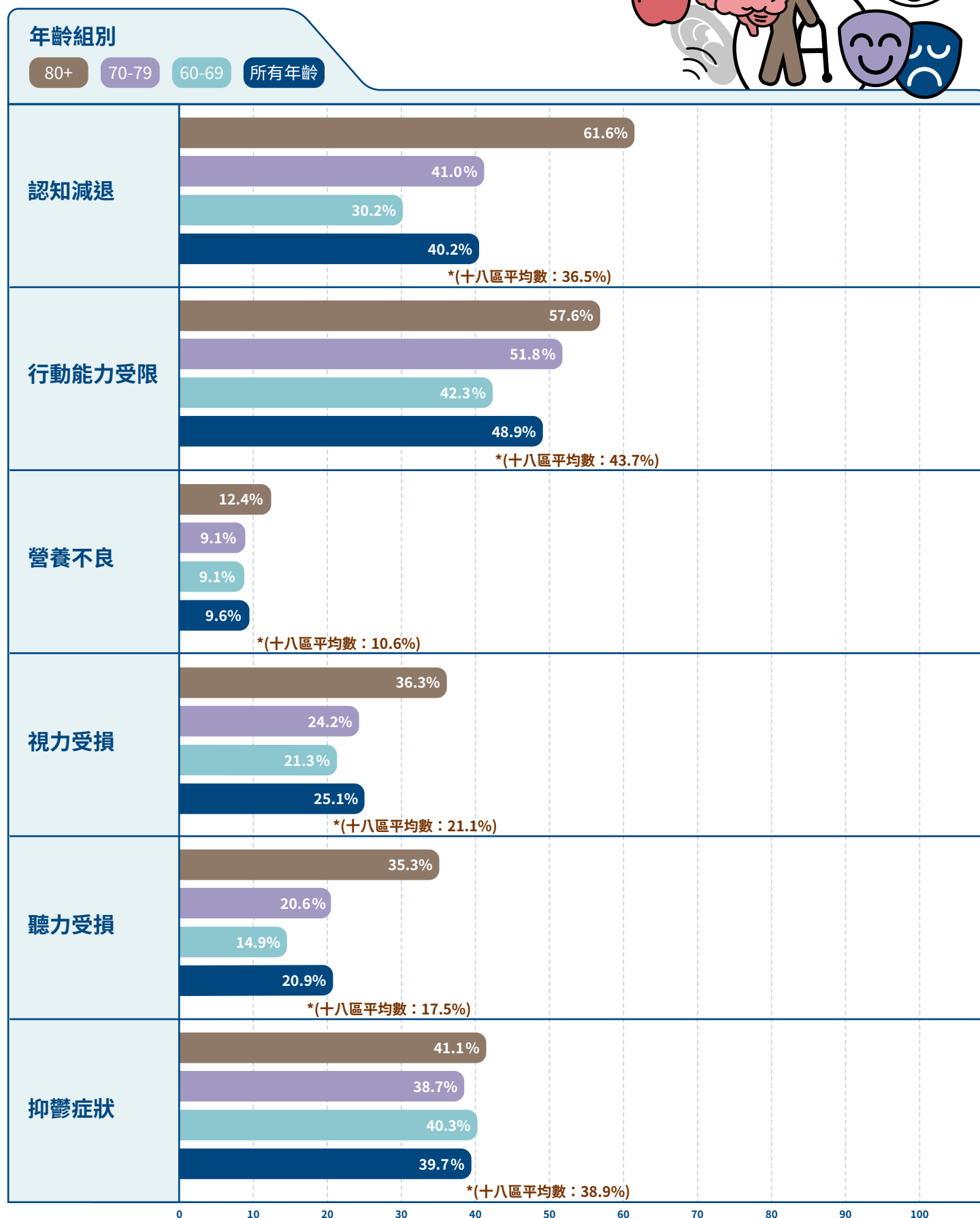
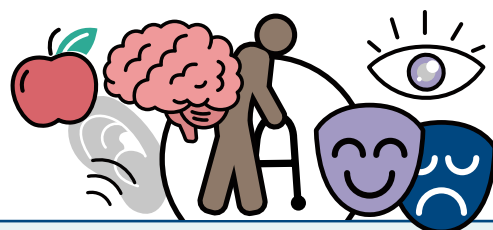
70-79

60-69

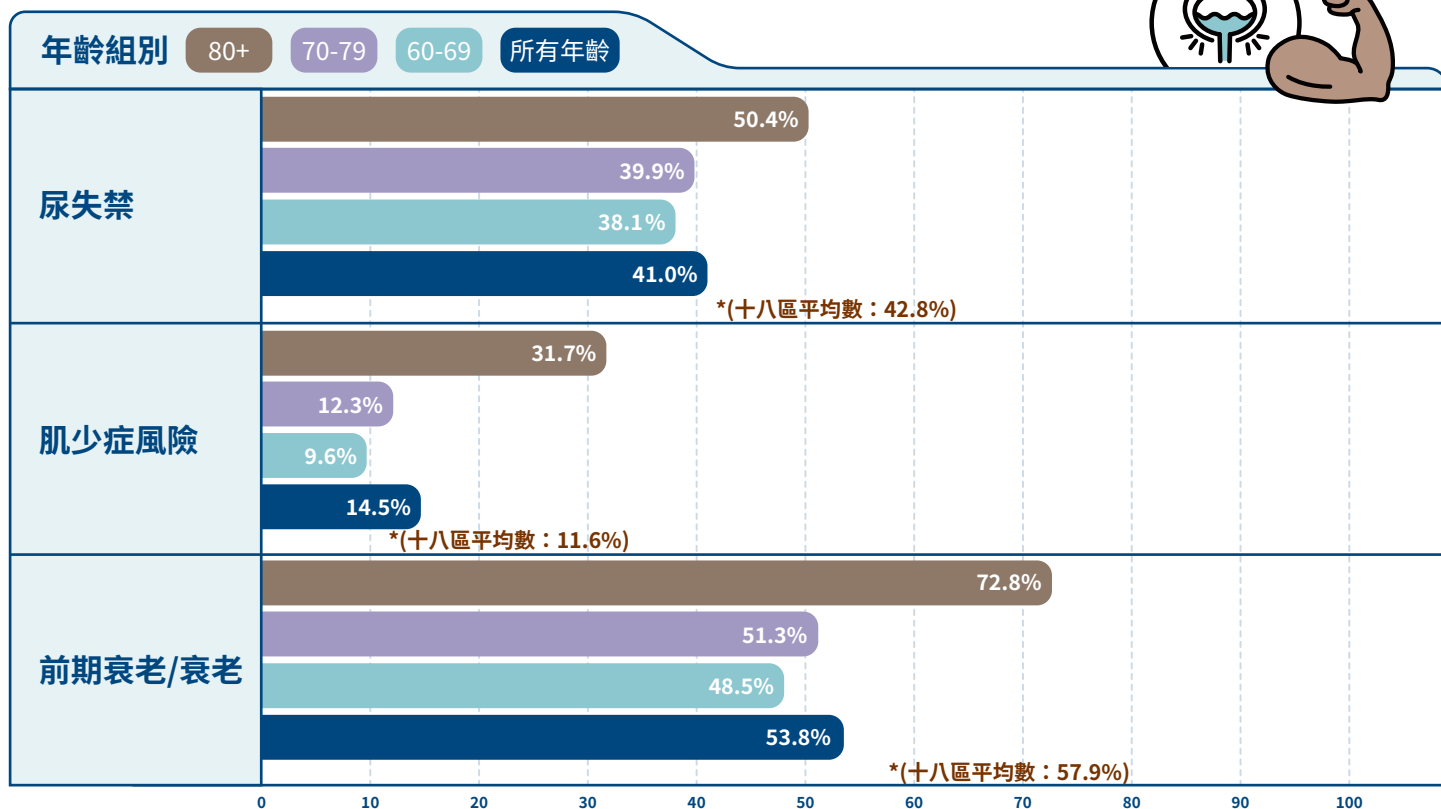
所有年齡



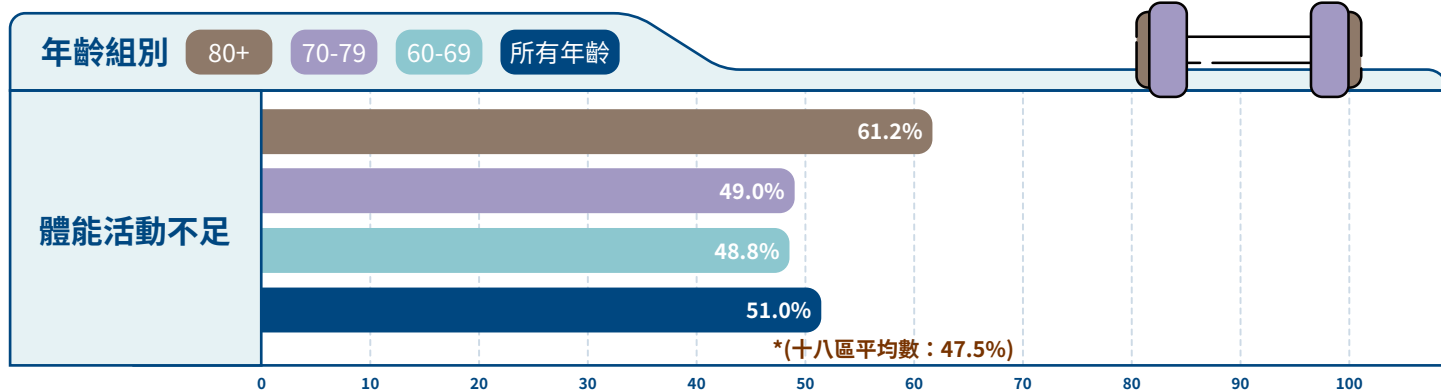
12.9 內在能力



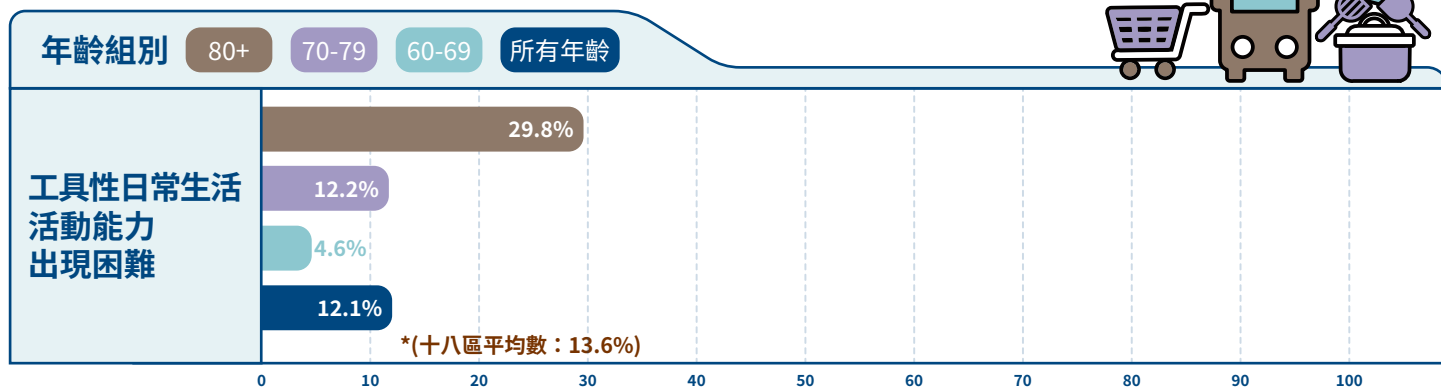
12.10 老年綜合症



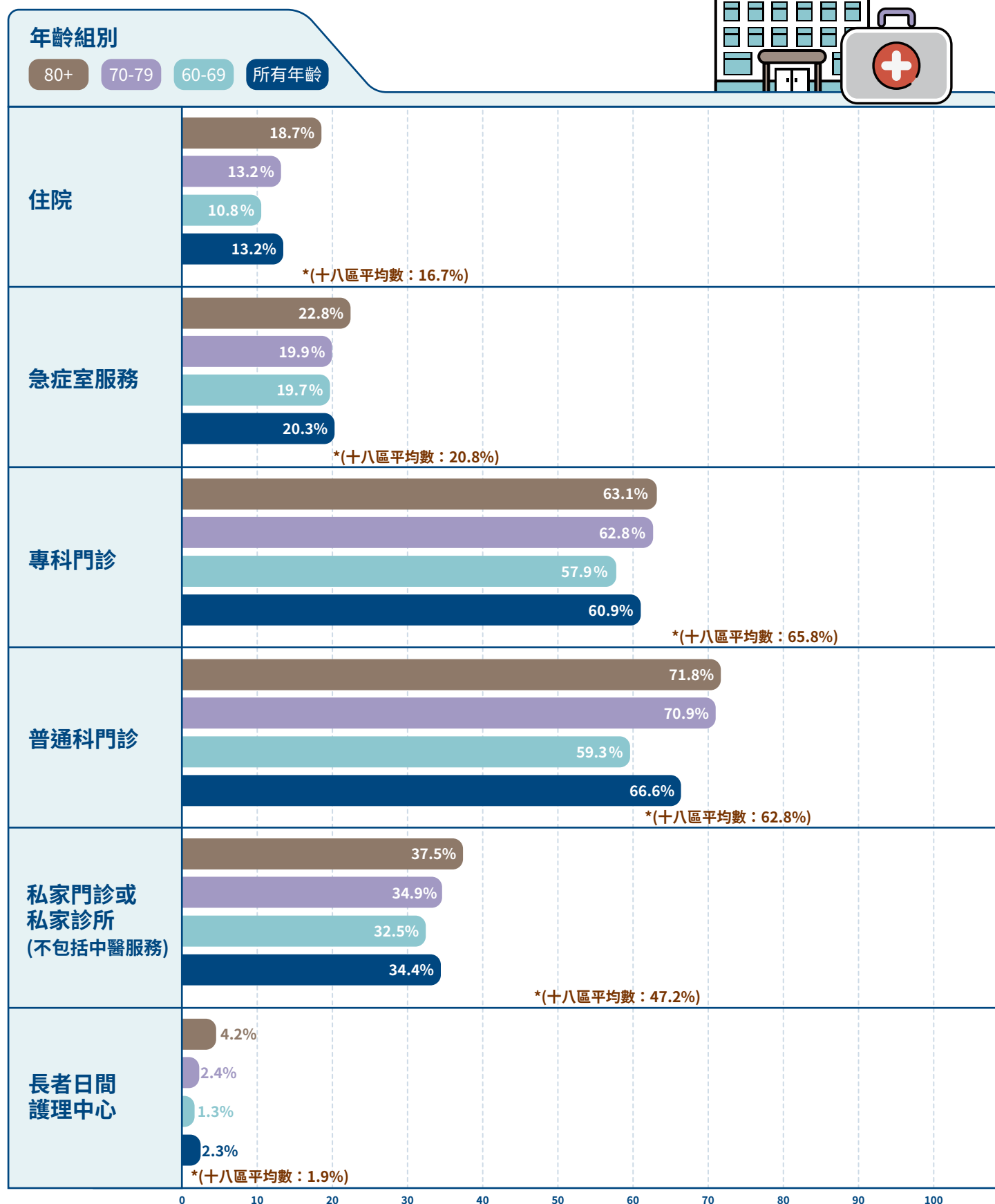
12.11 體能活動



12.12 工具性日常生活活動能力

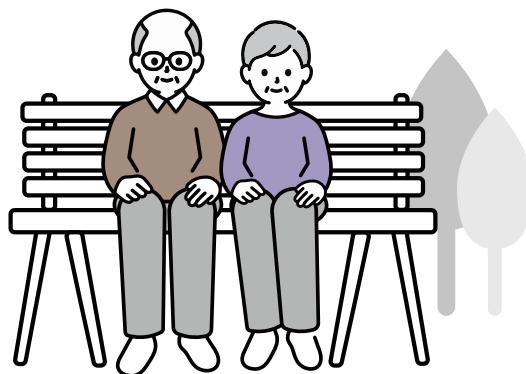


12.13 醫療及護理服務使用

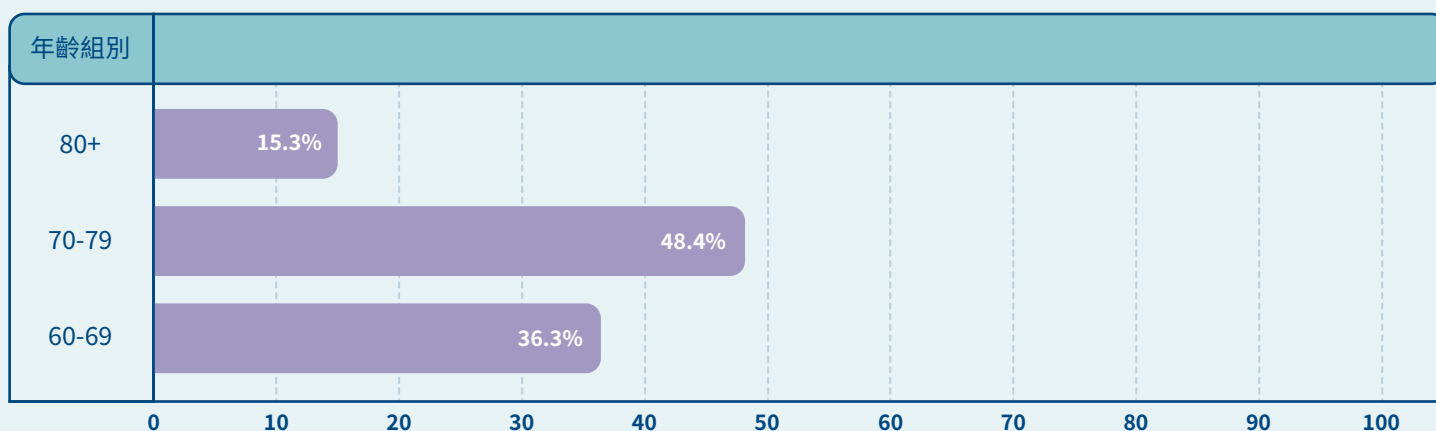


13.1 屯門區參加人數

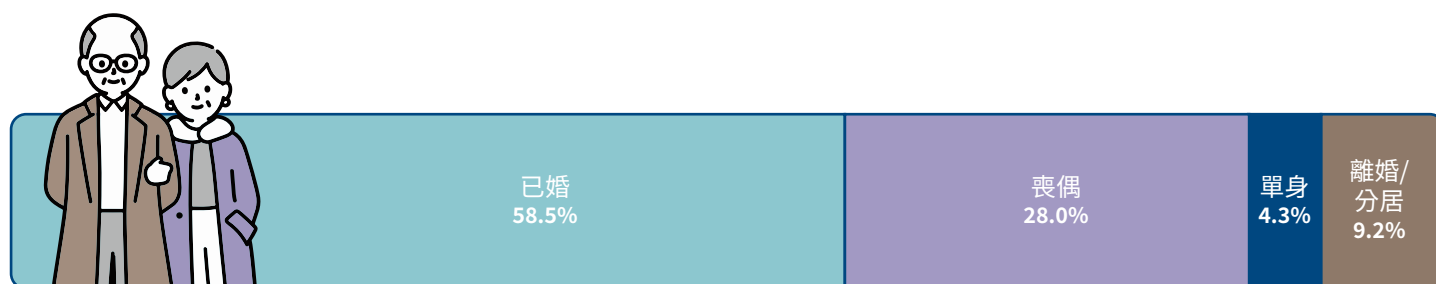
屯門區共有 **2,732** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



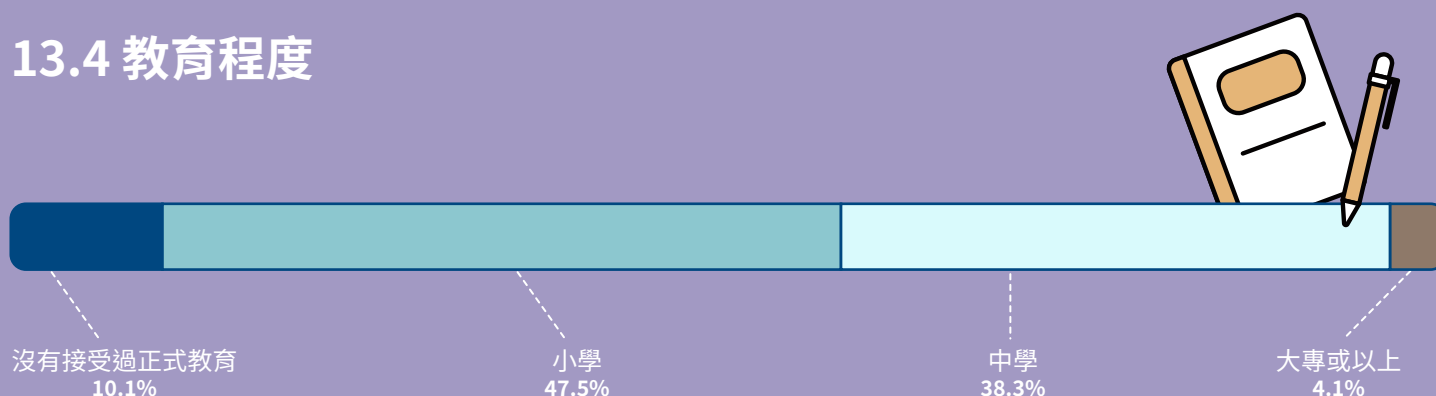
13.2 按年齡劃分的參加者比例



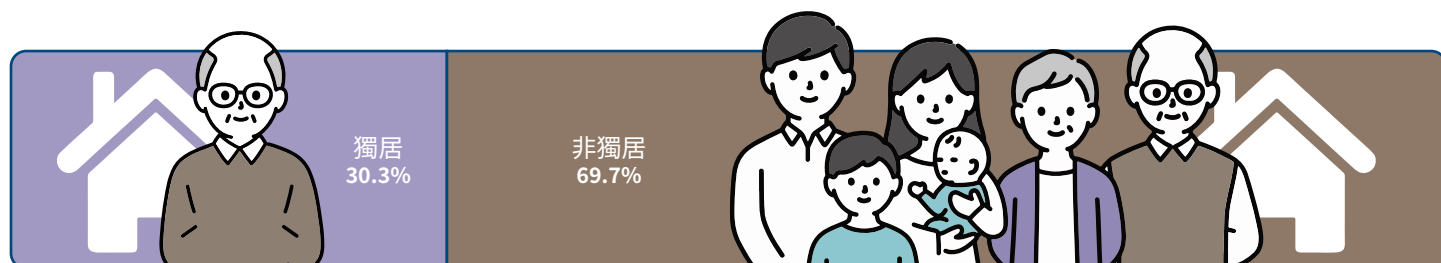
13.3 婚姻狀況



13.4 教育程度



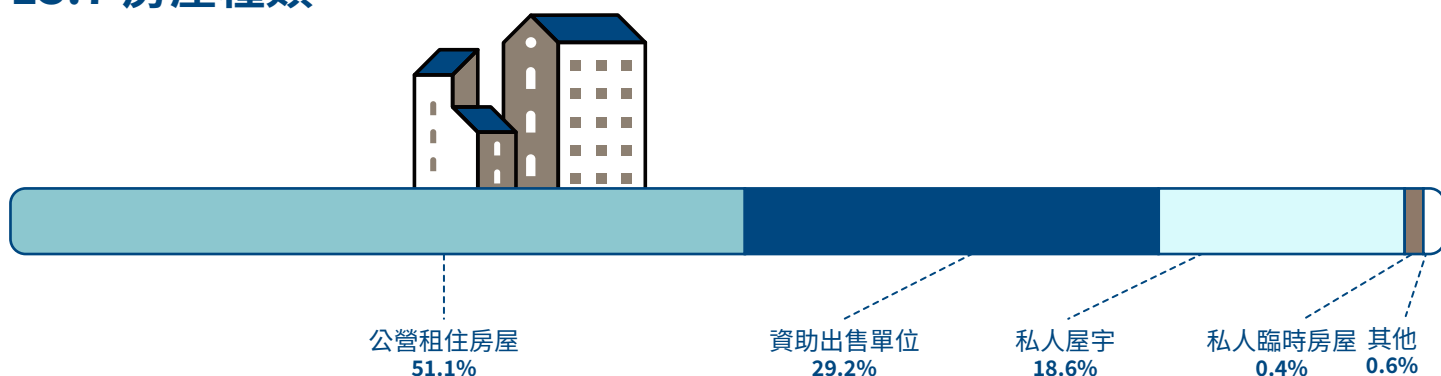
13.5 居住狀況



13.6 自覺金錢充裕程度



13.7 房屋種類



13.8 慢性疾病及藥物使用



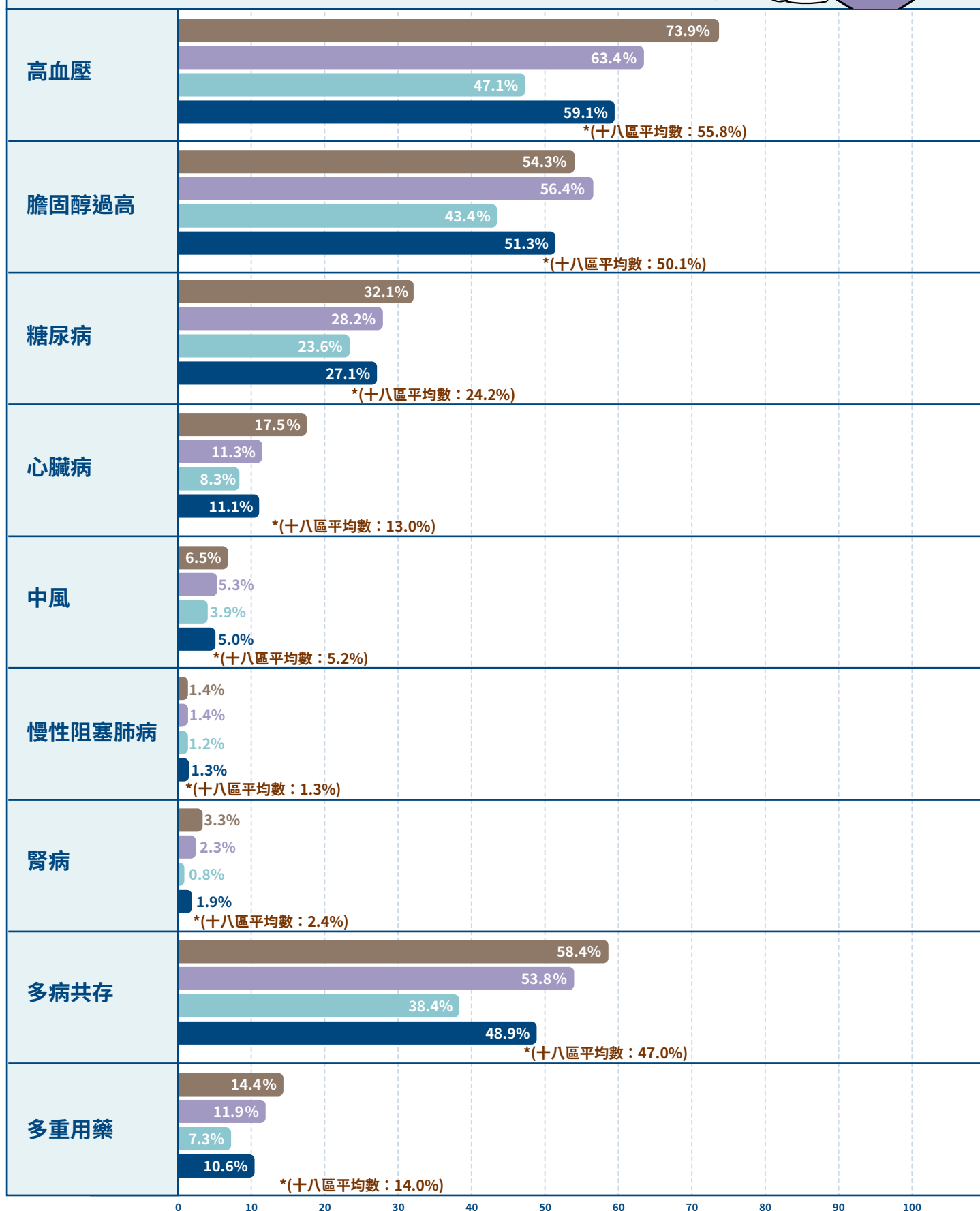
年齡組別

80+

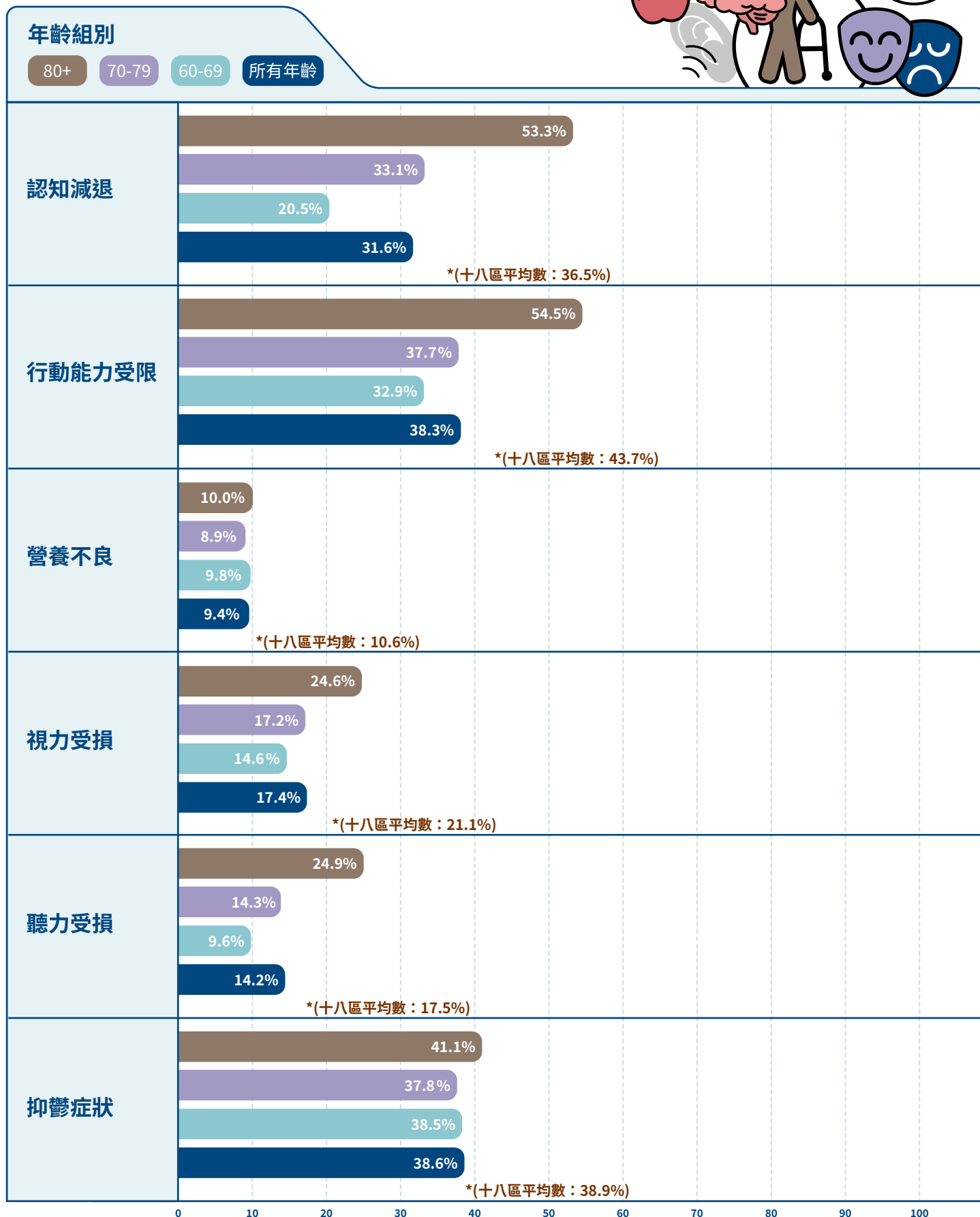
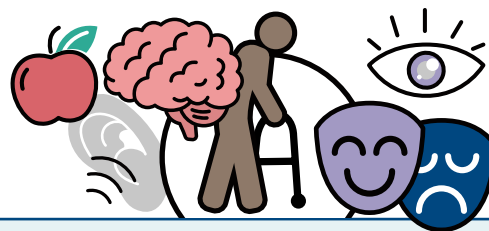
70-79

60-69

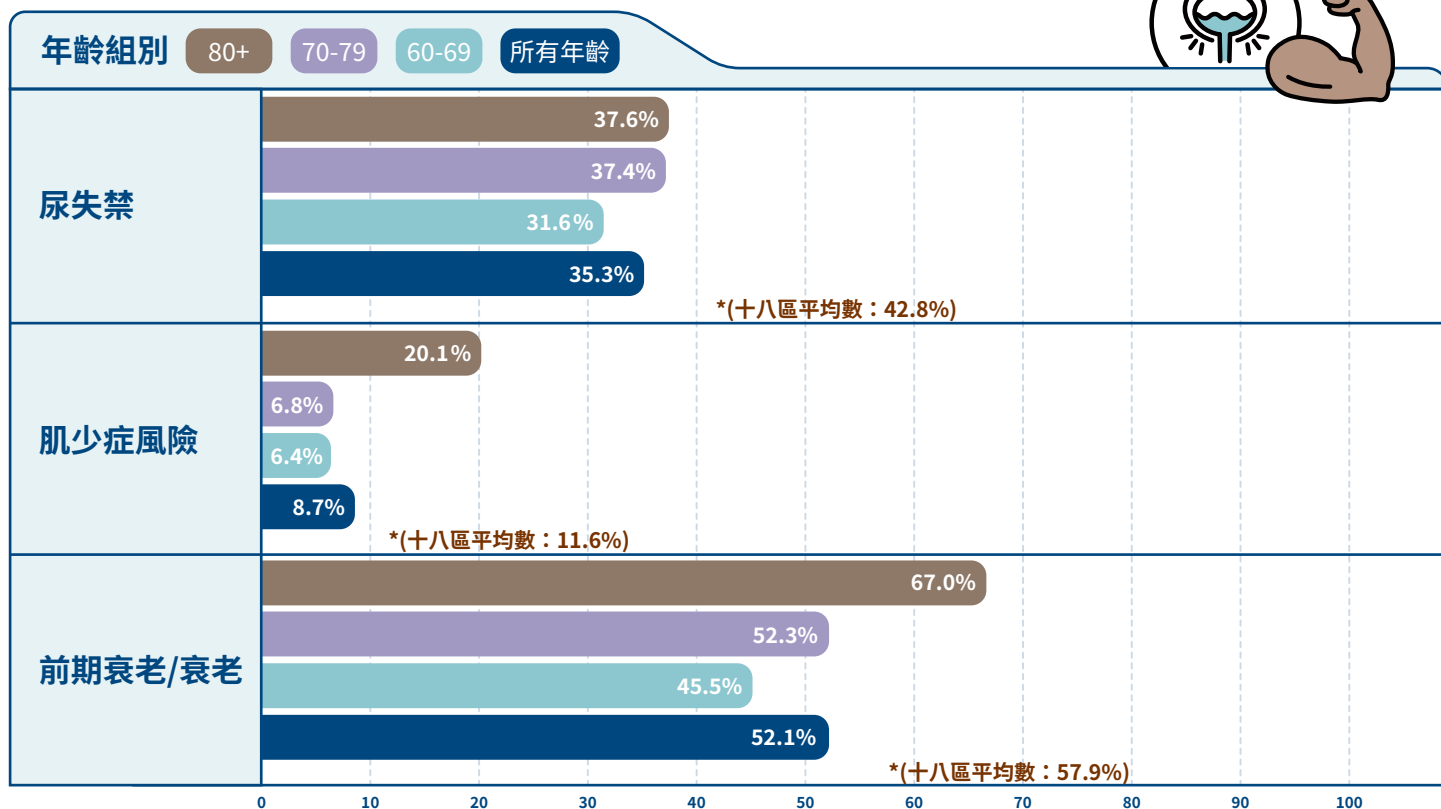
所有年齡



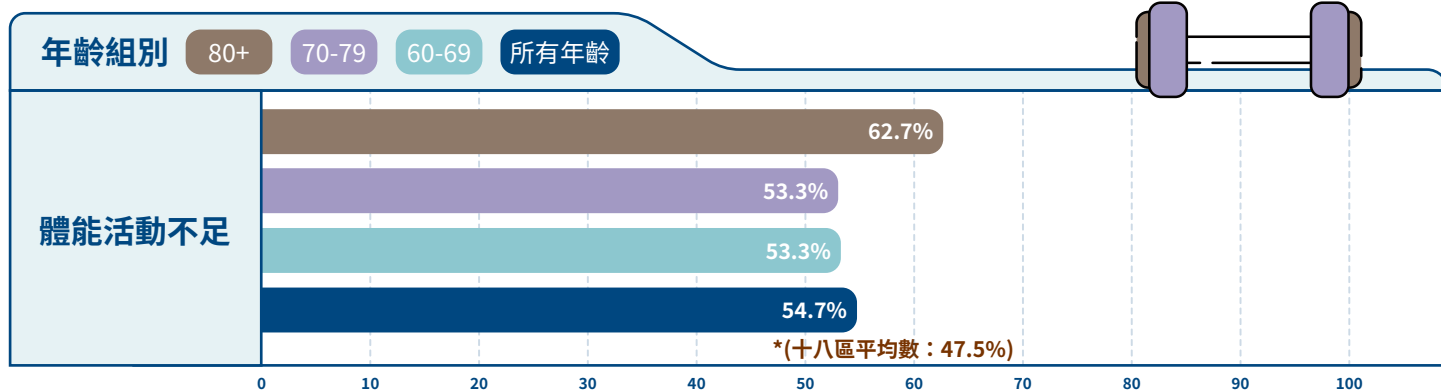
13.9 內在能力



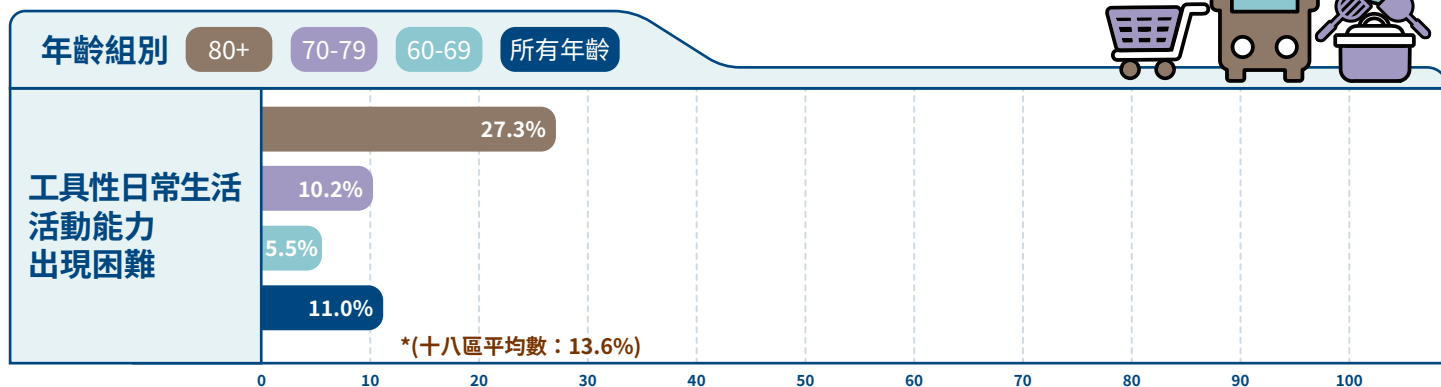
13.10 老年綜合症



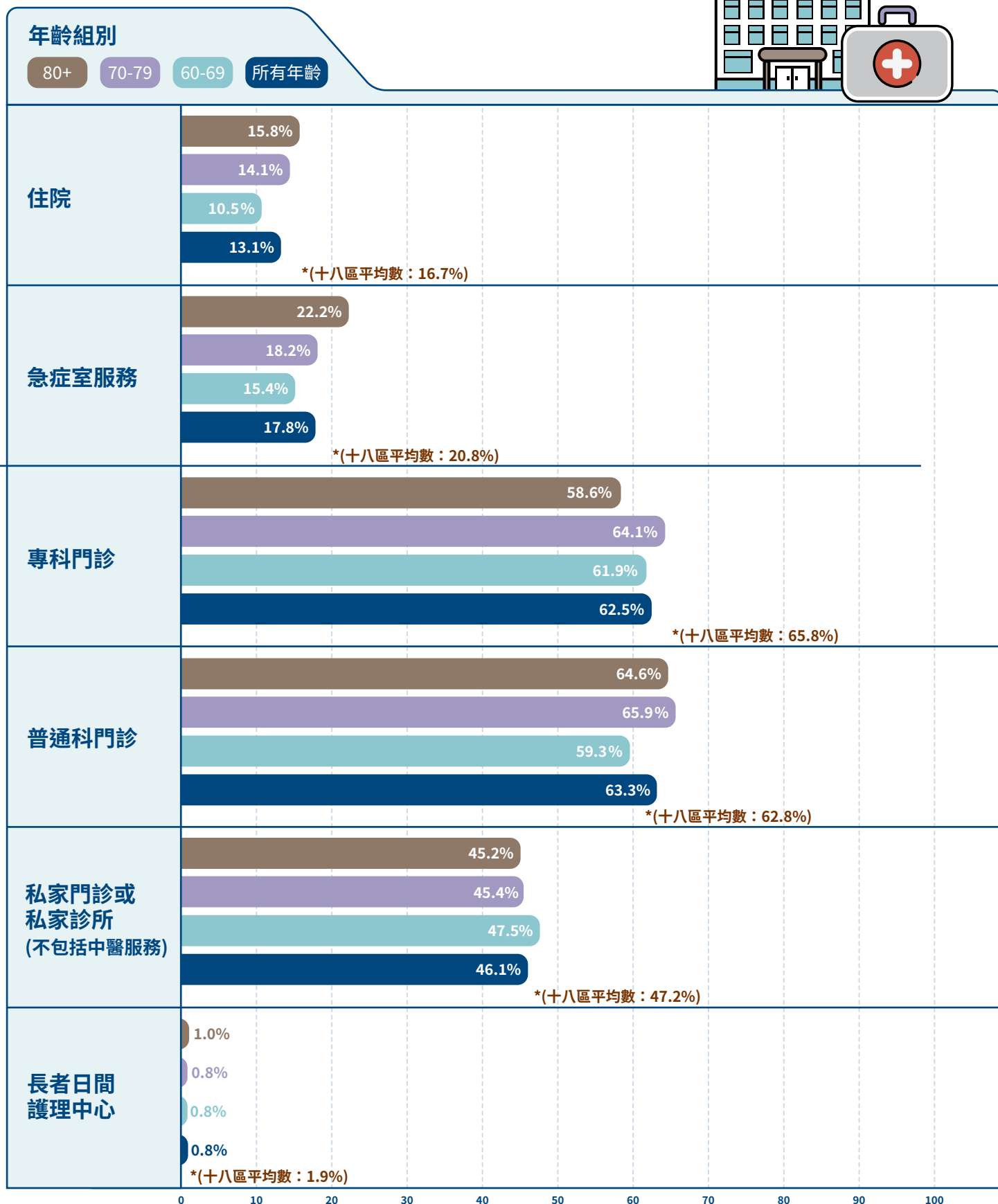
13.11 體能活動



13.12 工具性日常生活活動能力

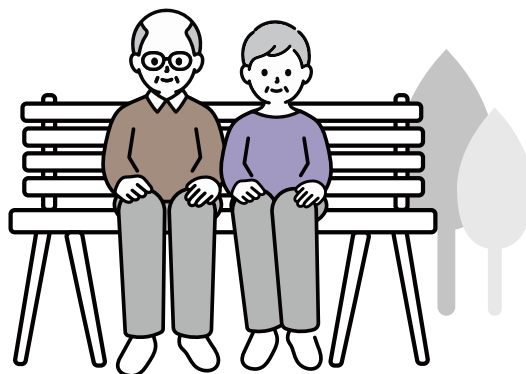


13.13 醫療及護理服務使用

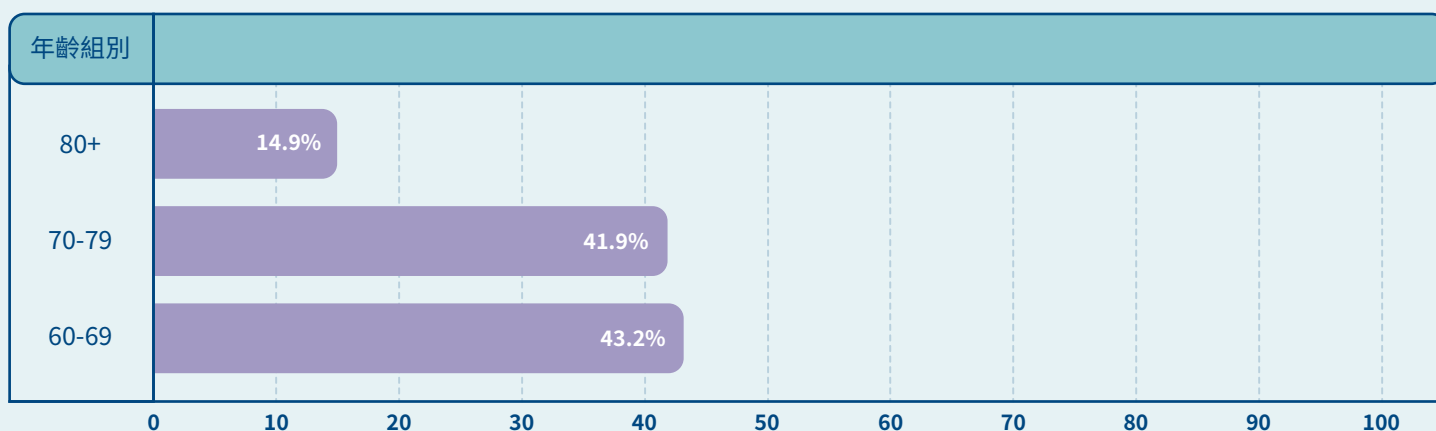


14.1 北區參加人數

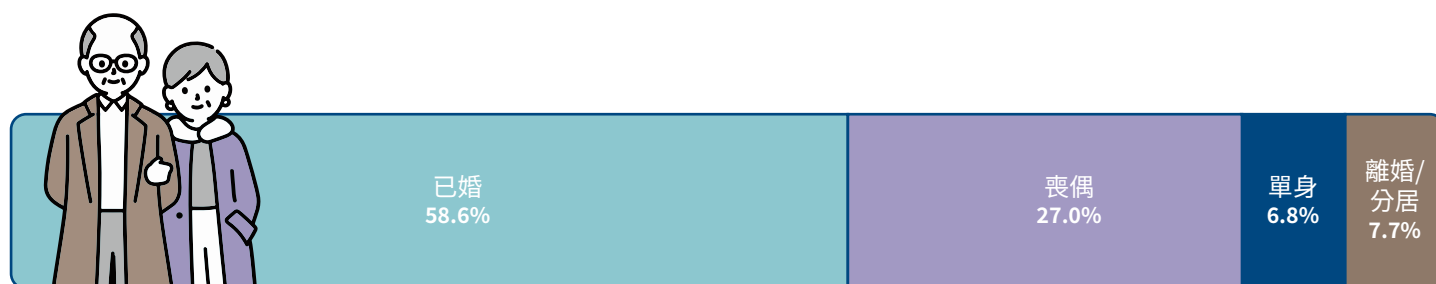
北區共有 **2,626** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



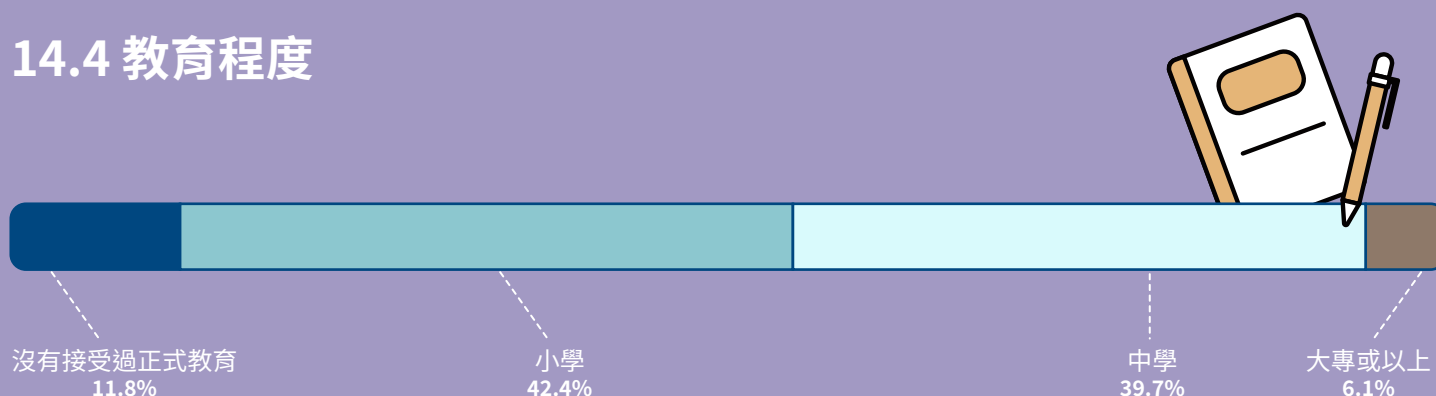
14.2 按年齡劃分的參加者比例



14.3 婚姻狀況



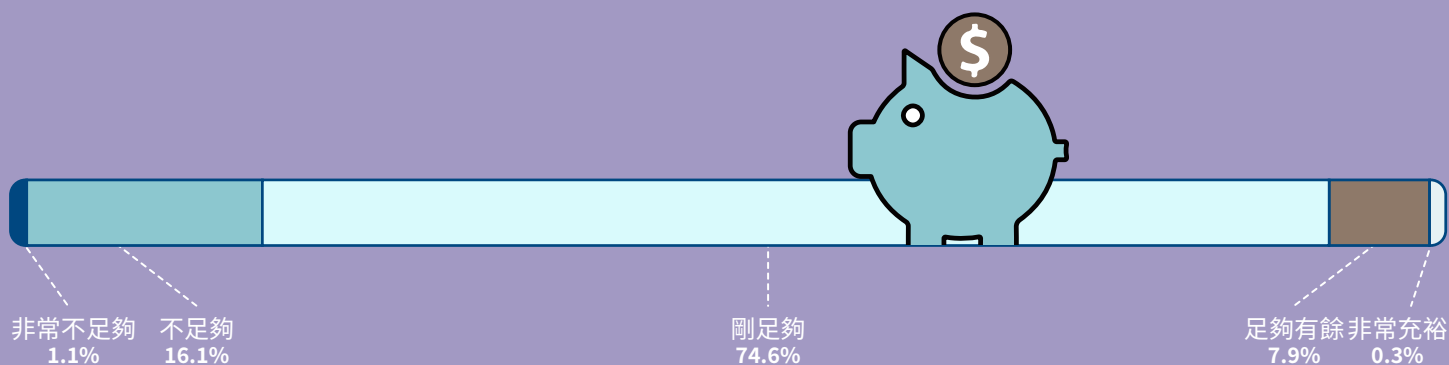
14.4 教育程度



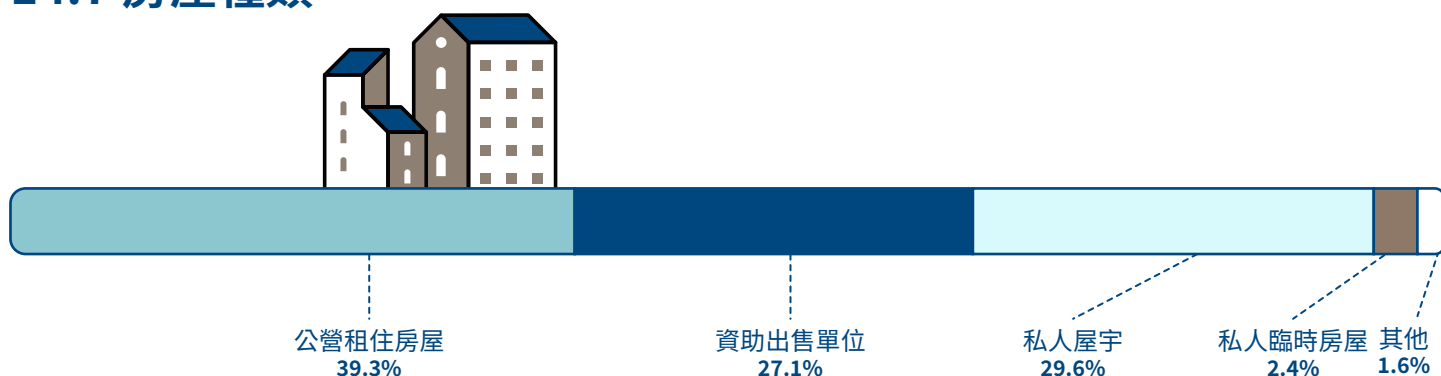
14.5 居住狀況



14.6 自覺金錢充裕程度



14.7 房屋種類



14.8 慢性疾病及藥物使用



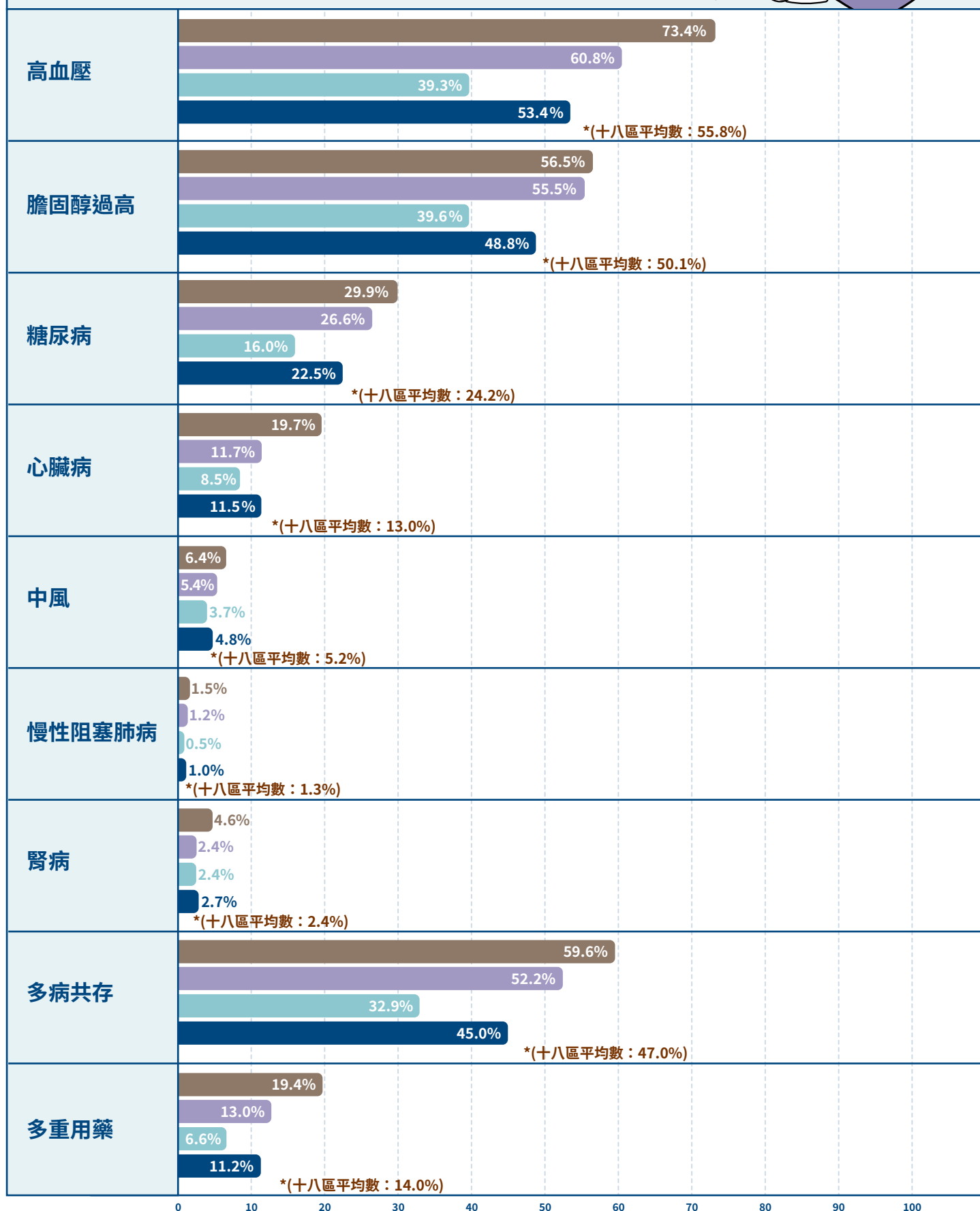
年齡組別

80+

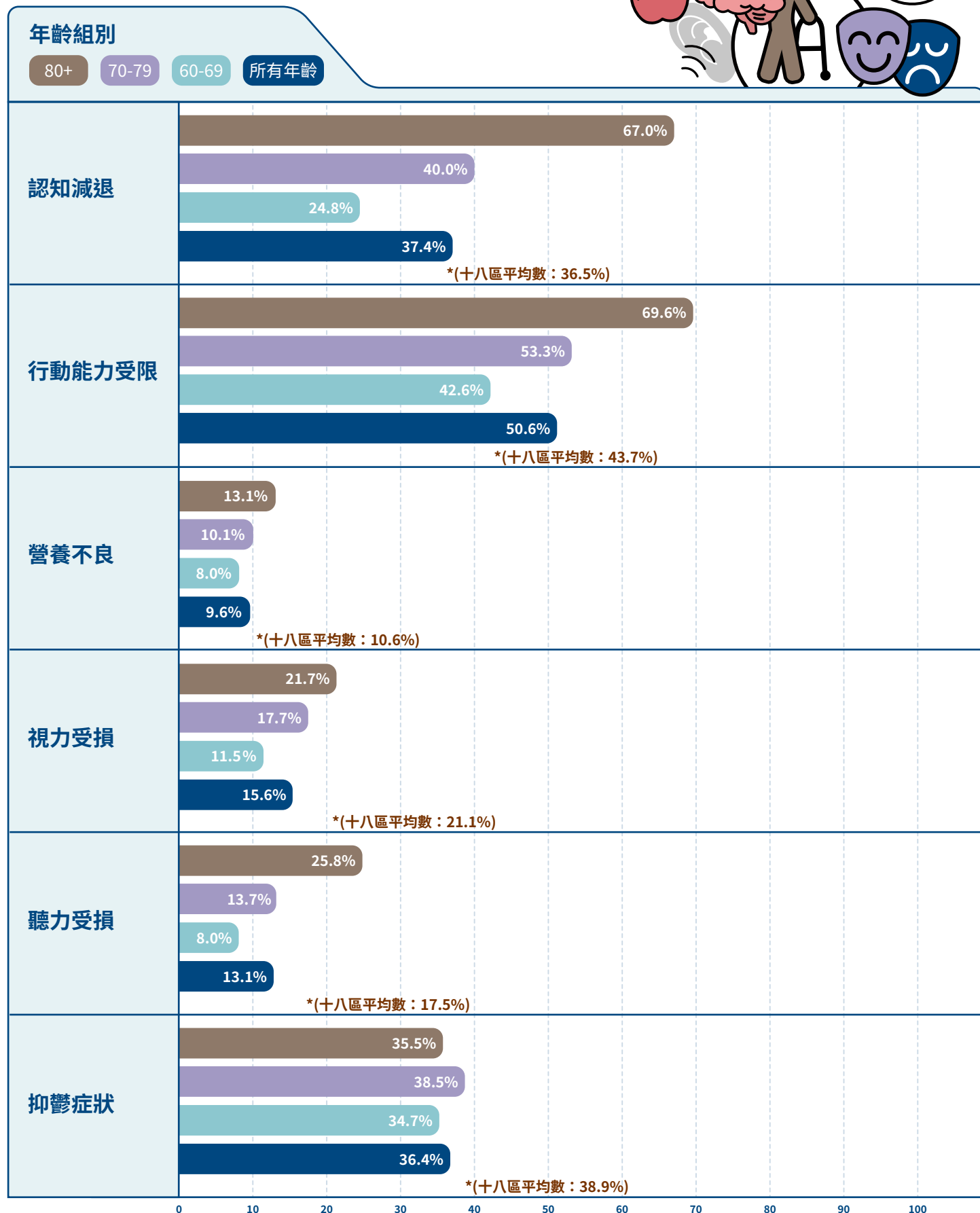
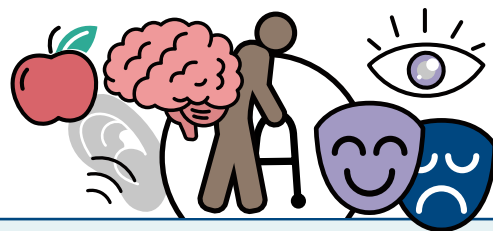
70-79

60-69

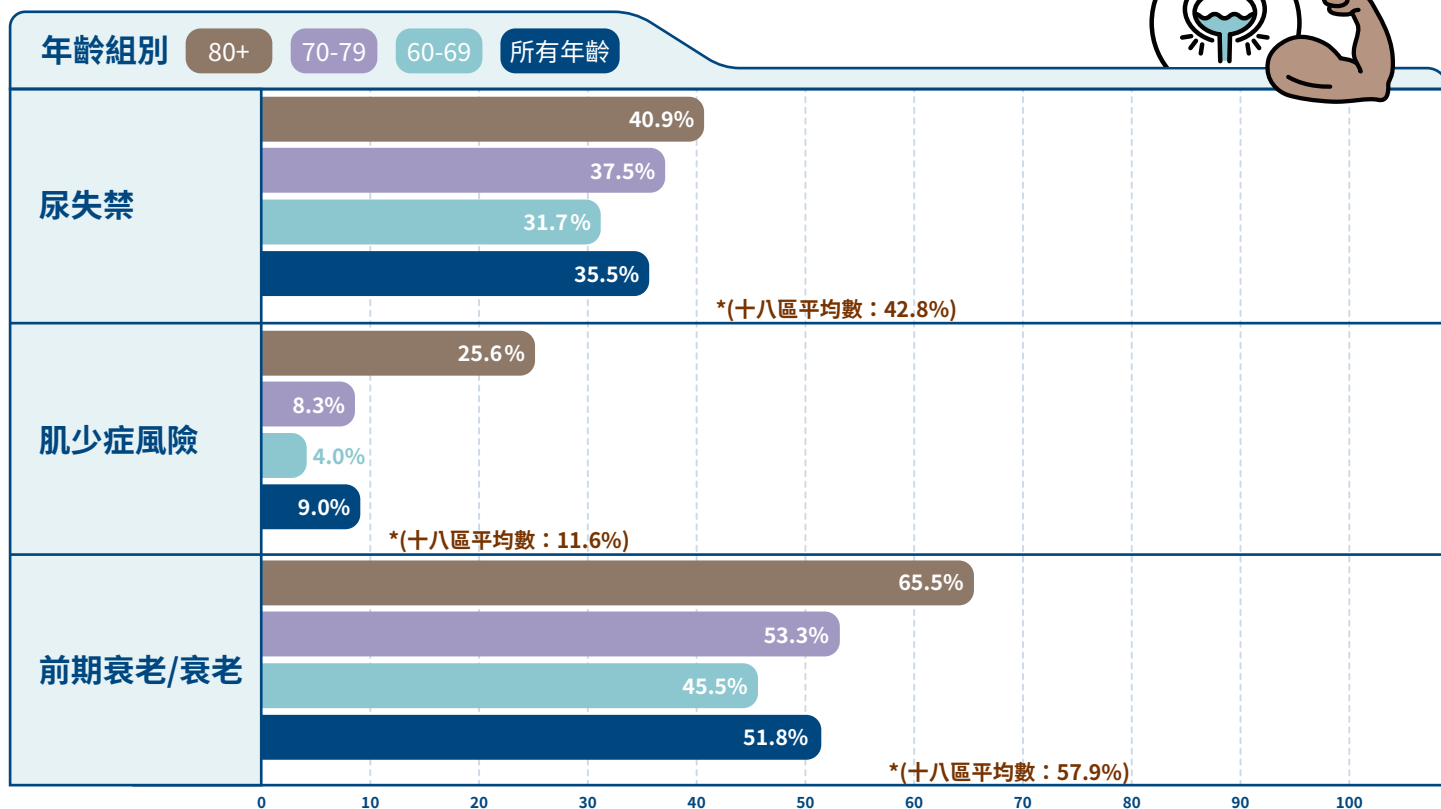
所有年齡



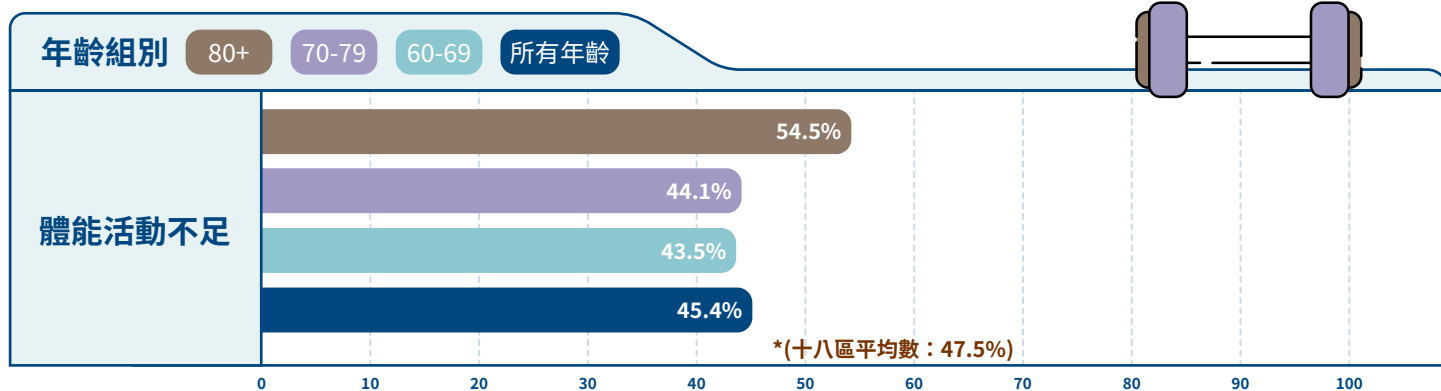
14.9 內在能力



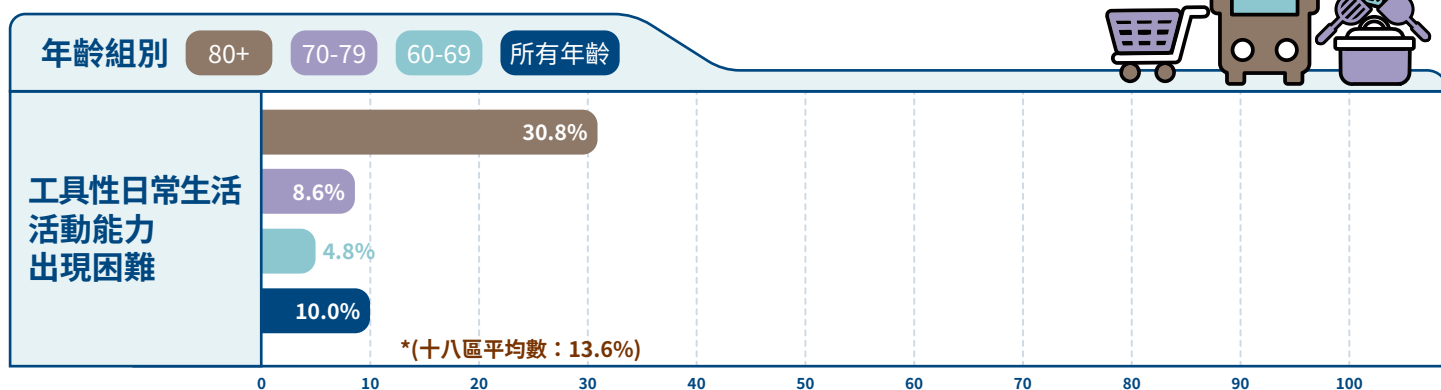
14.10 老年綜合症



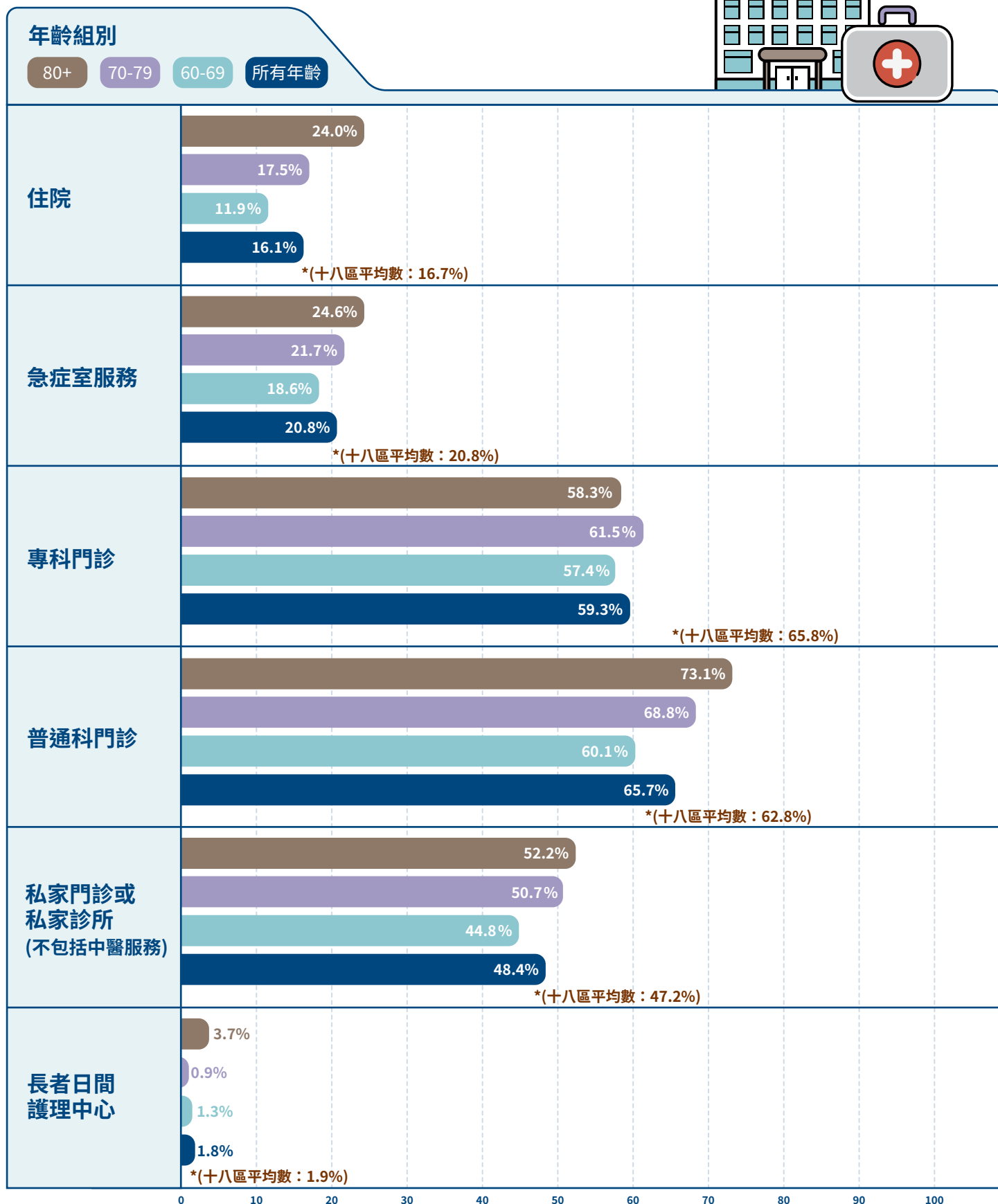
14.11 體能活動



14.12 工具性日常生活活動能力

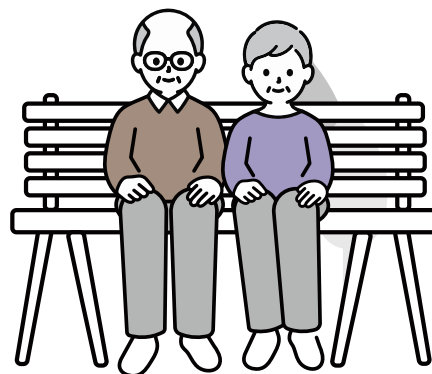


14.13 醫療及護理服務使用

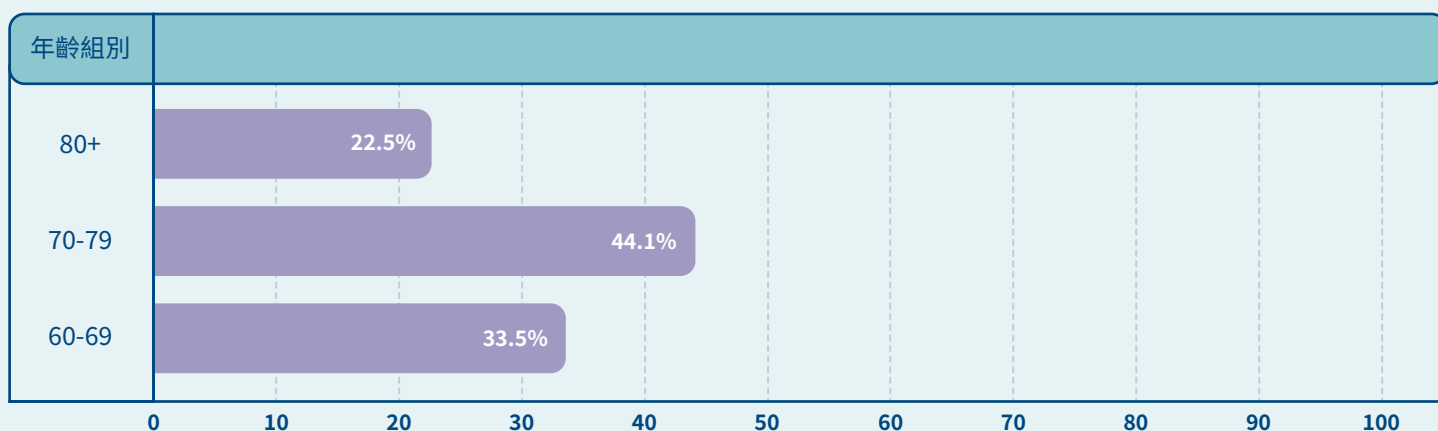


15.1 西貢區參加人數

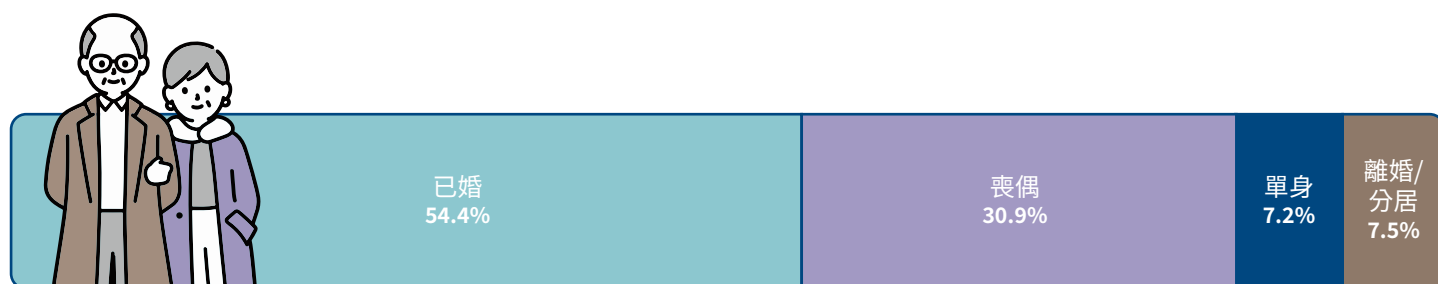
西貢區共有 **1,237** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



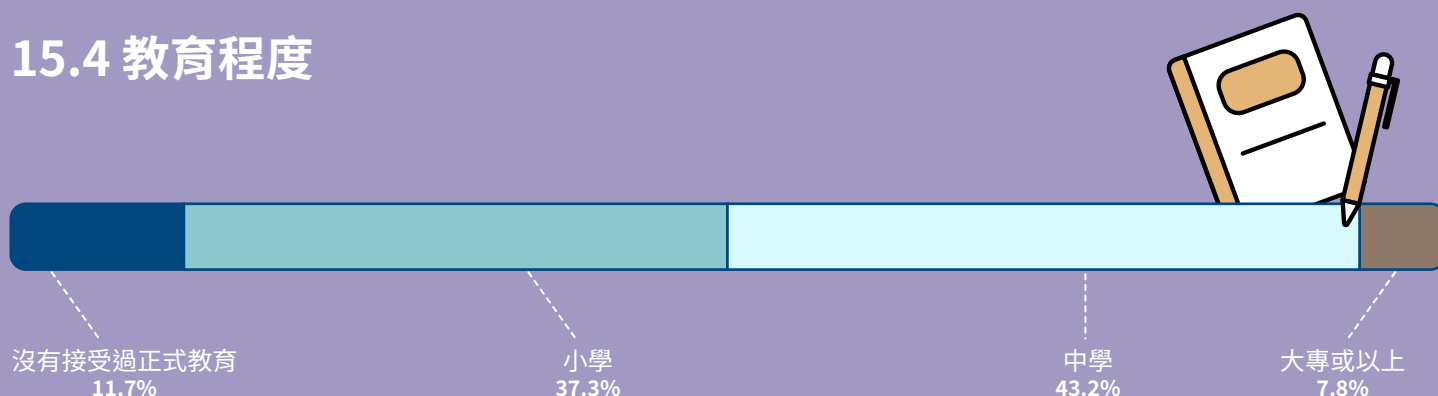
15.2 按年齡劃分的參加者比例



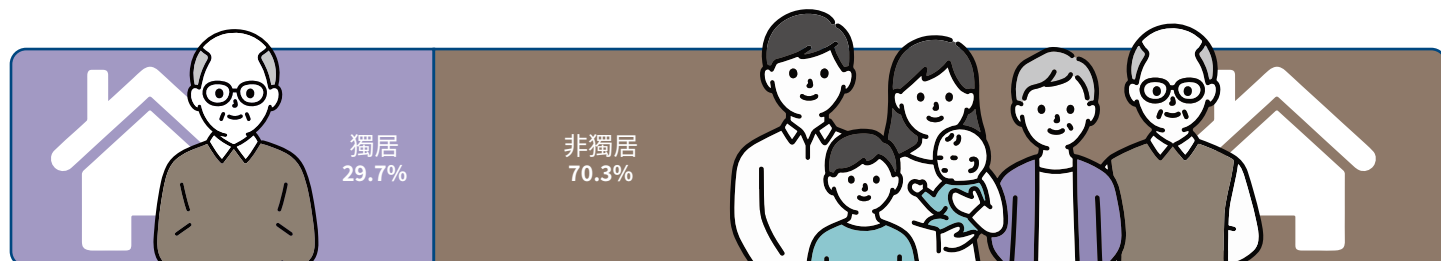
15.3 婚姻狀況



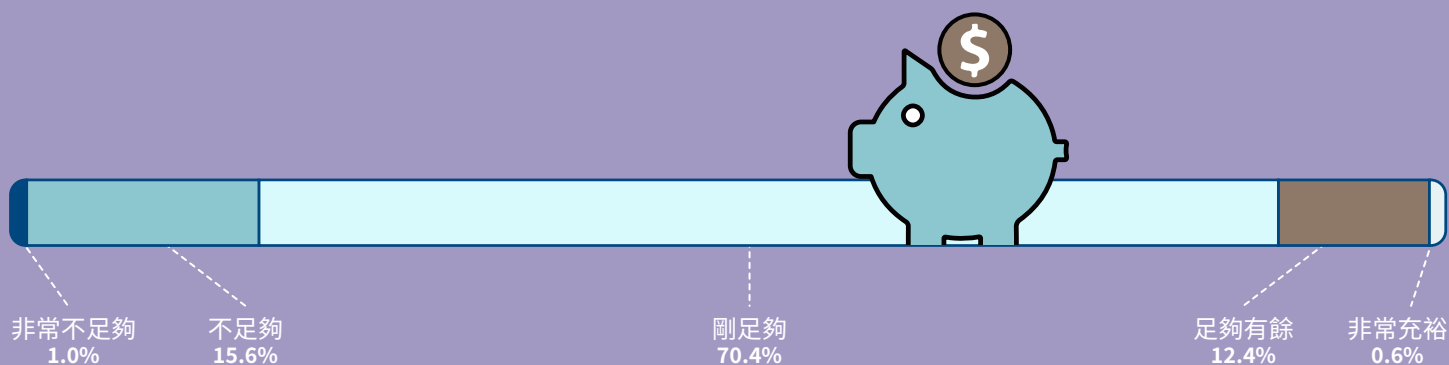
15.4 教育程度



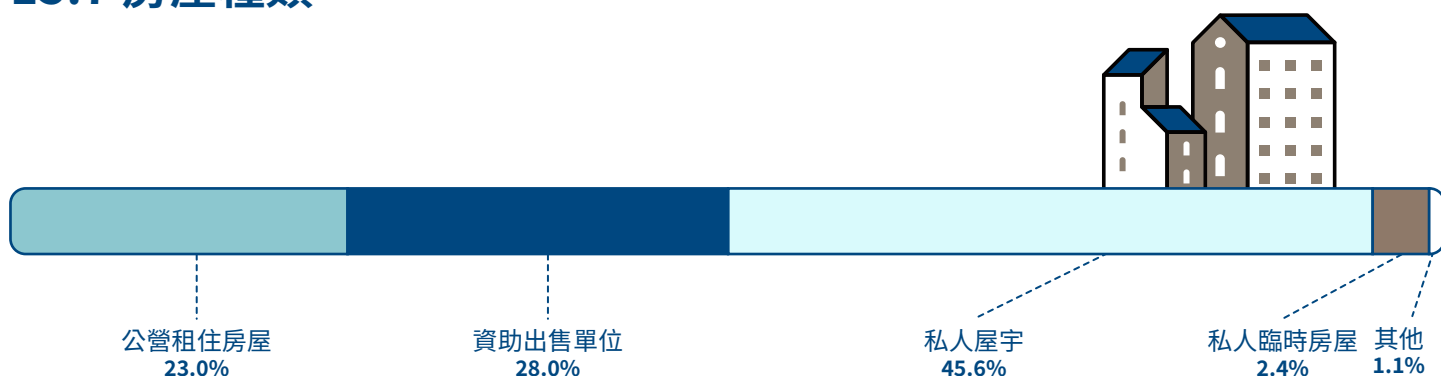
15.5 居住狀況



15.6 自覺金錢充裕程度



15.7 房屋種類



15.8 慢性疾病及藥物使用



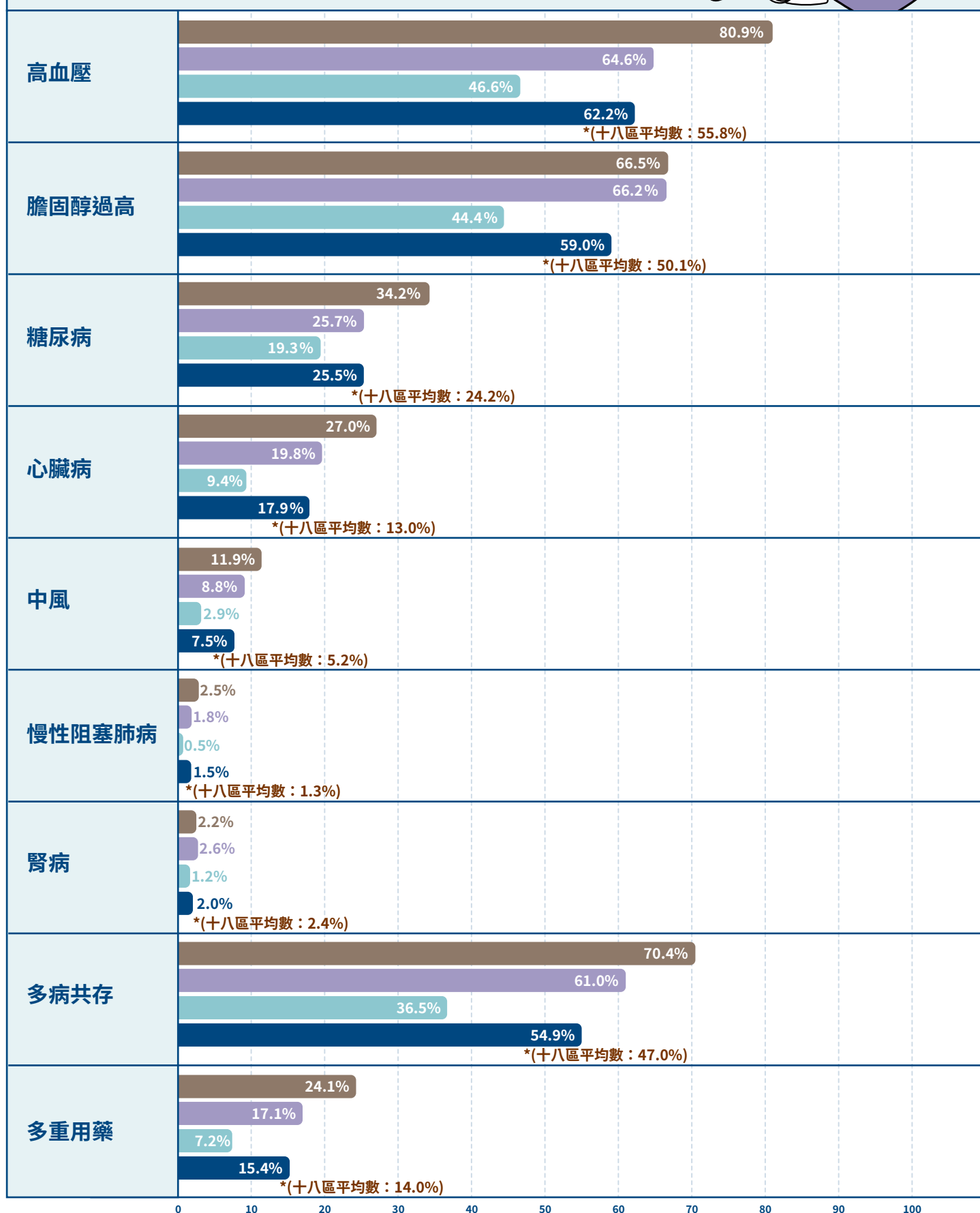
年齡組別

80+

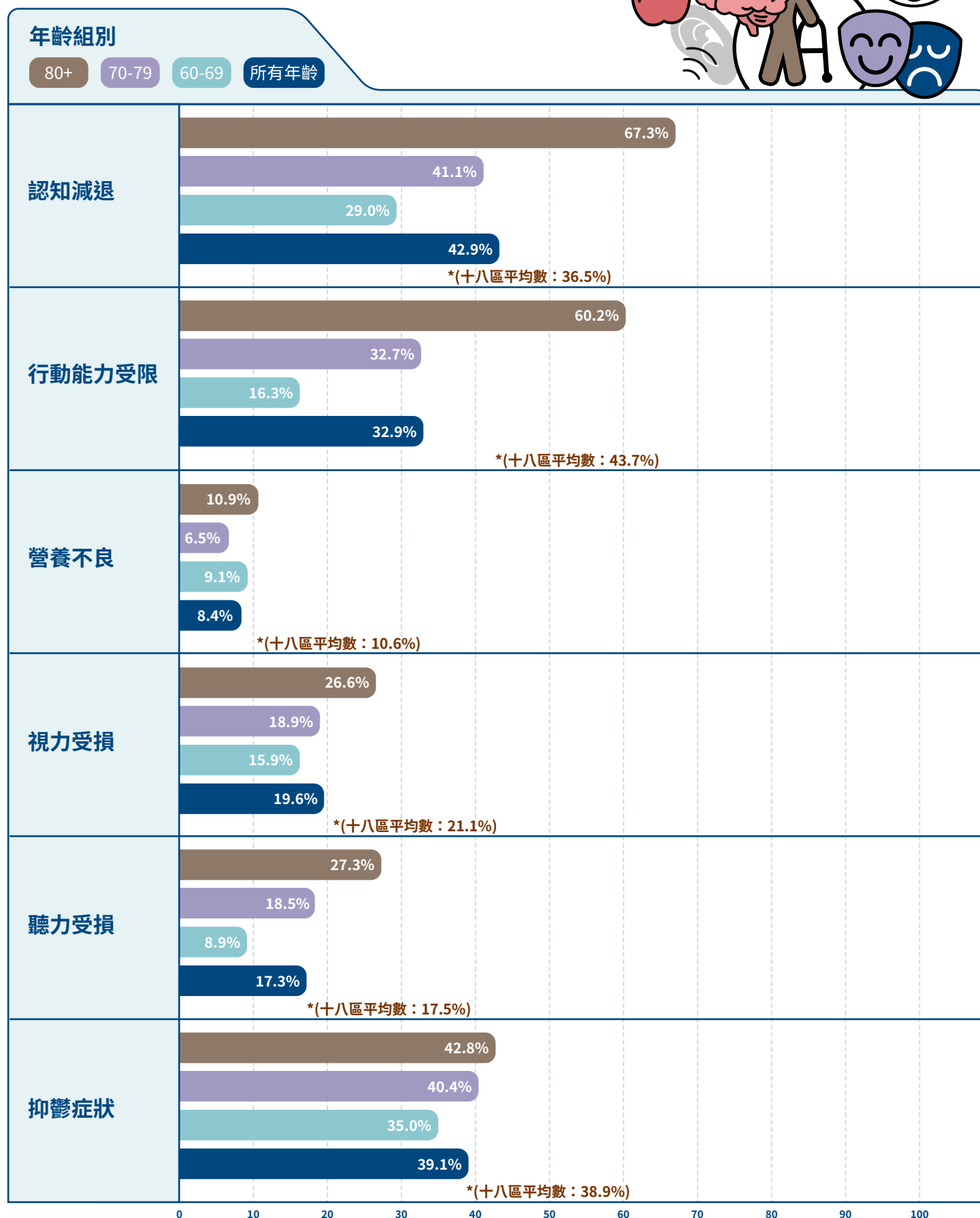
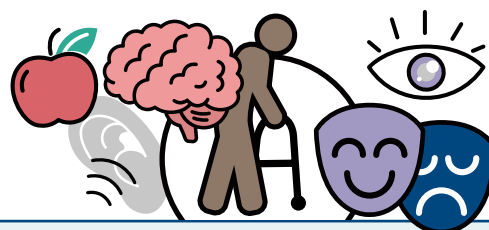
70-79

60-69

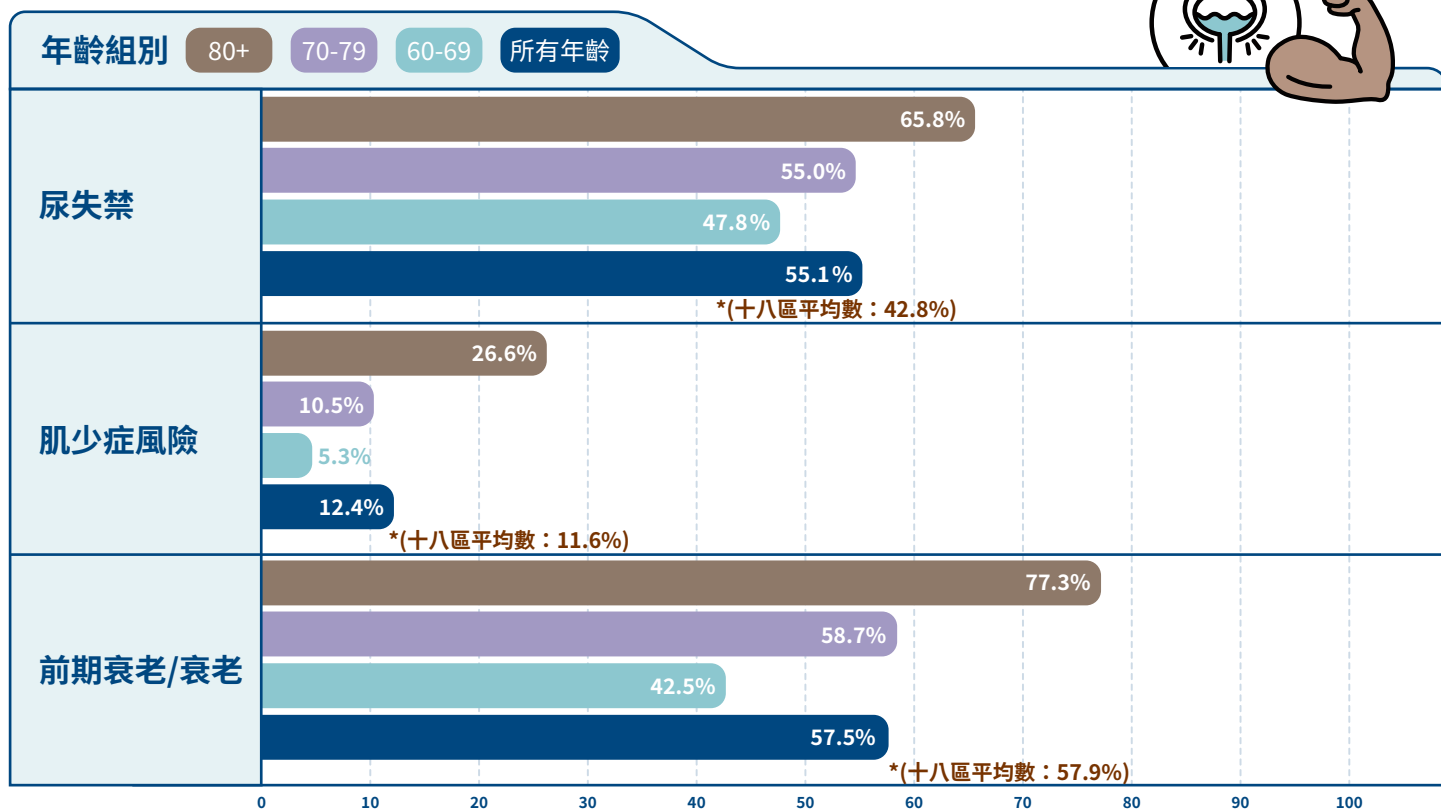
所有年齡



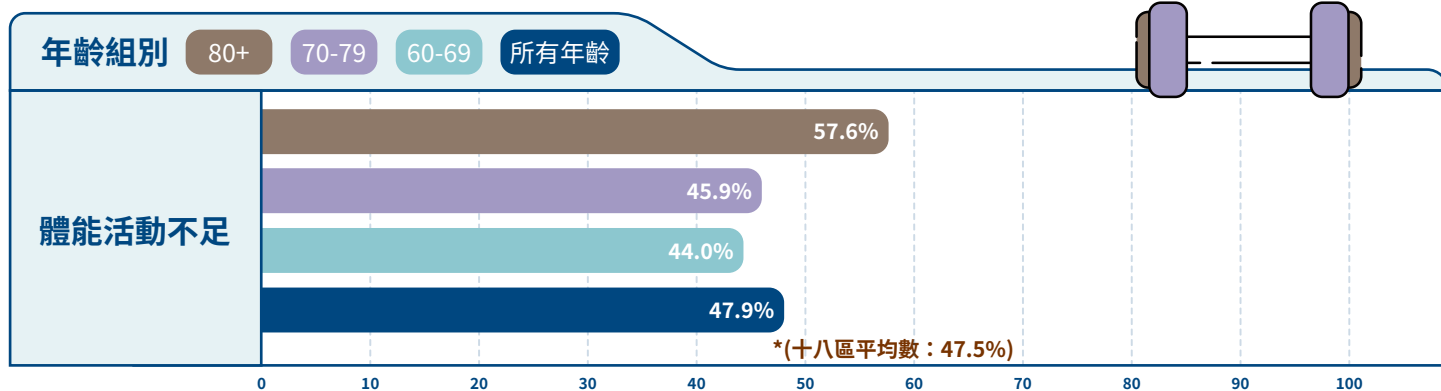
15.9 內在能力



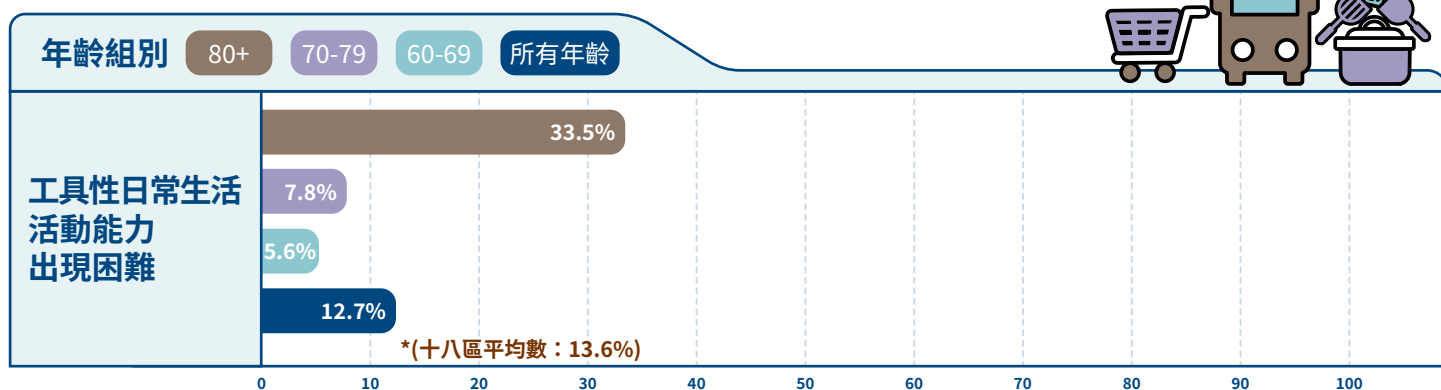
15.10 老年綜合症



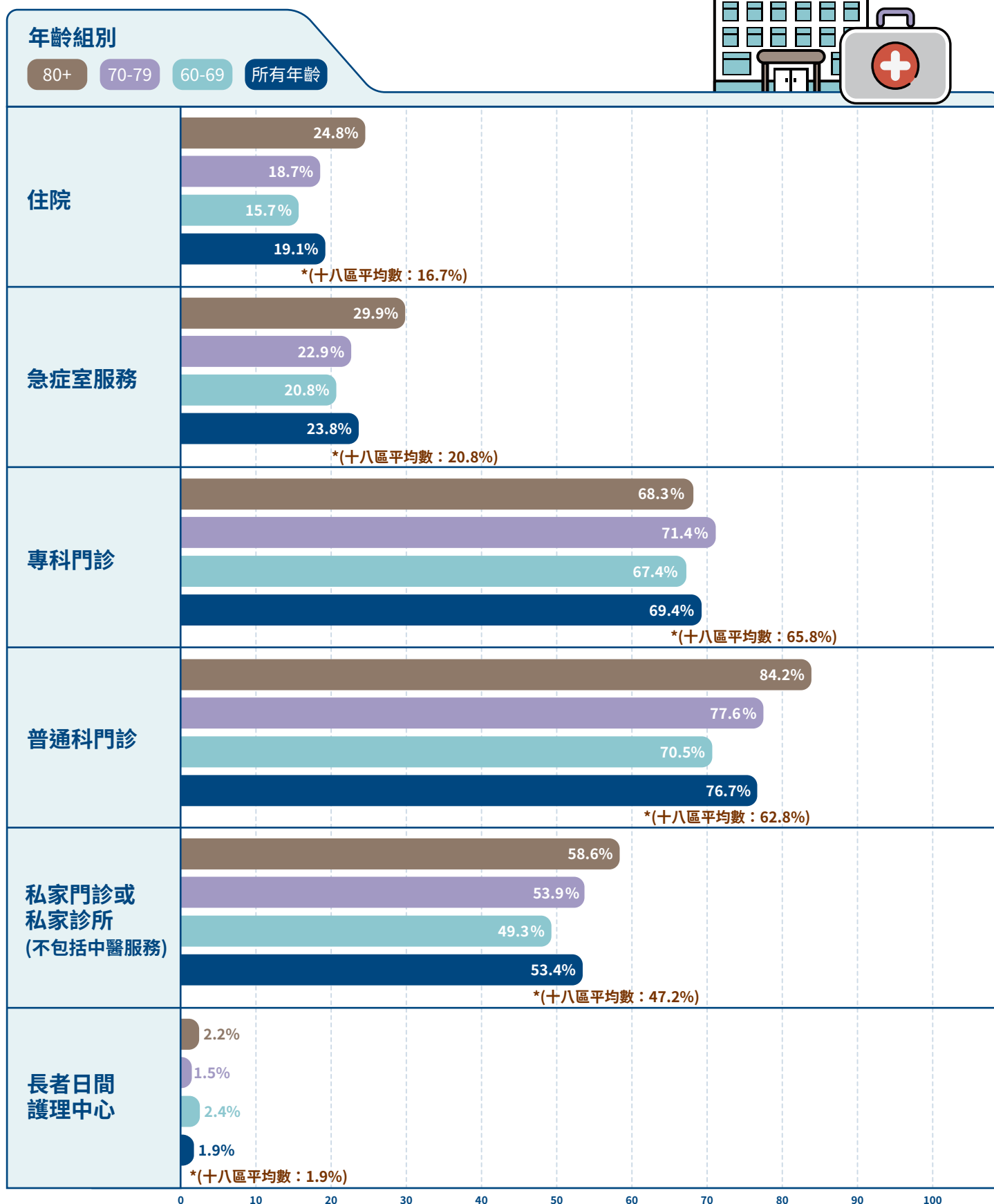
15.11 體能活動



15.12 工具性日常生活活動能力

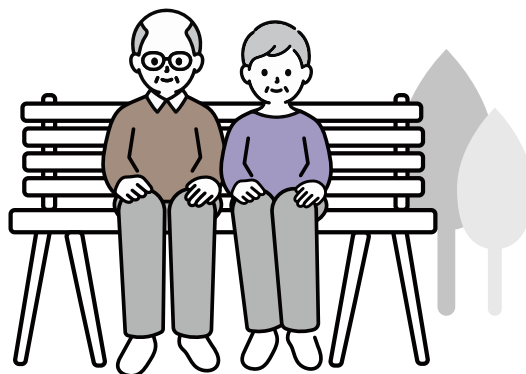


15.13 醫療及護理服務使用

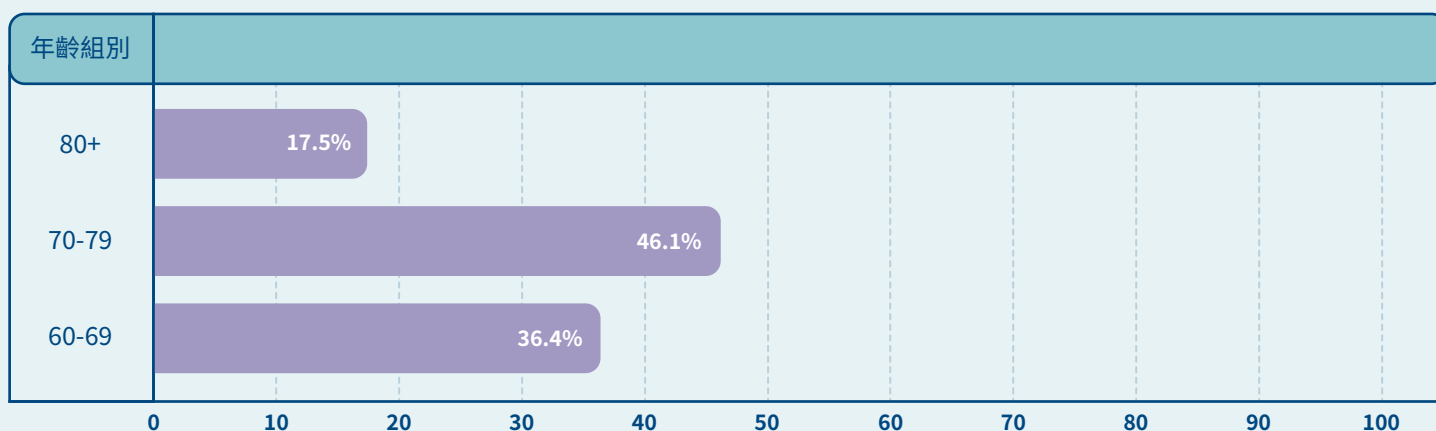


16.1 沙田區參加人數

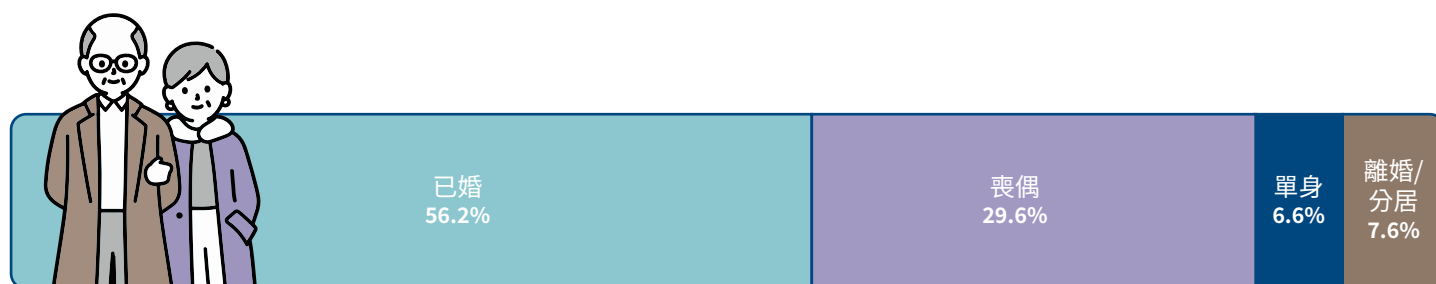
沙田區共有 **3,615** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



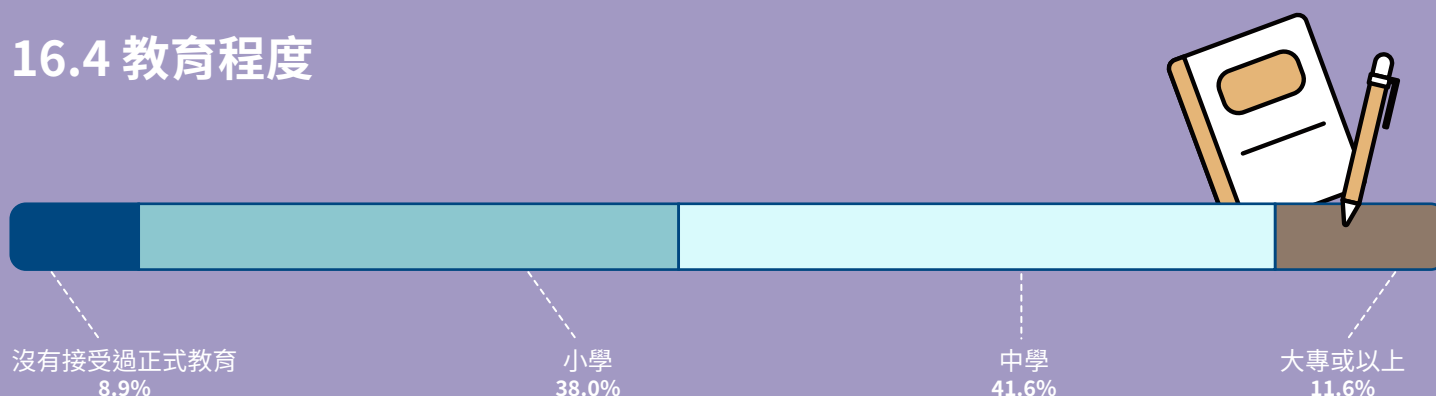
16.2 按年齡劃分的參加者比例



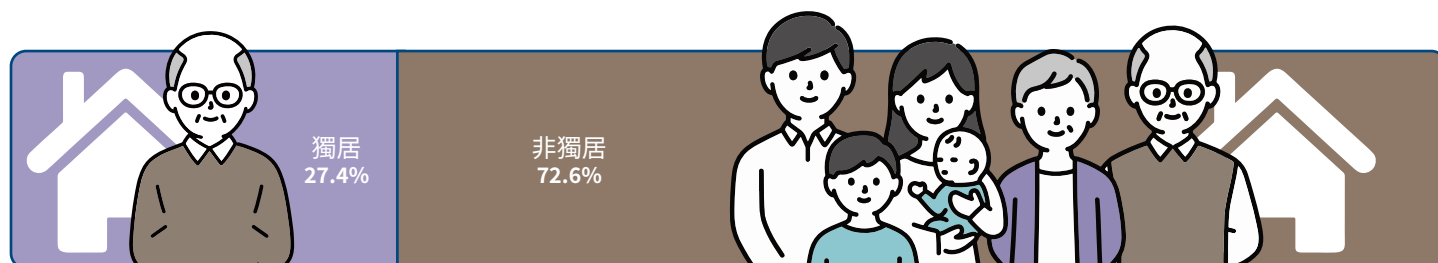
16.3 婚姻狀況



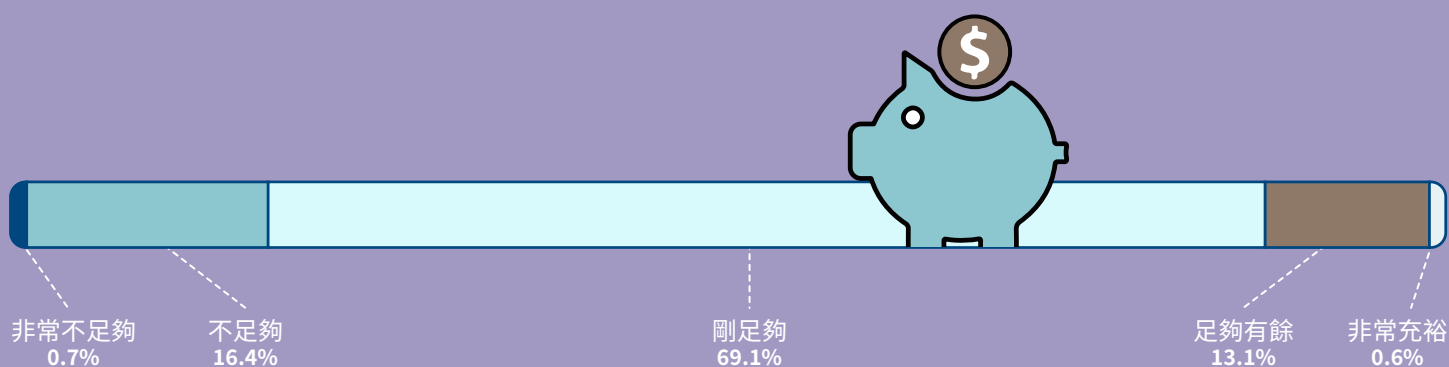
16.4 教育程度



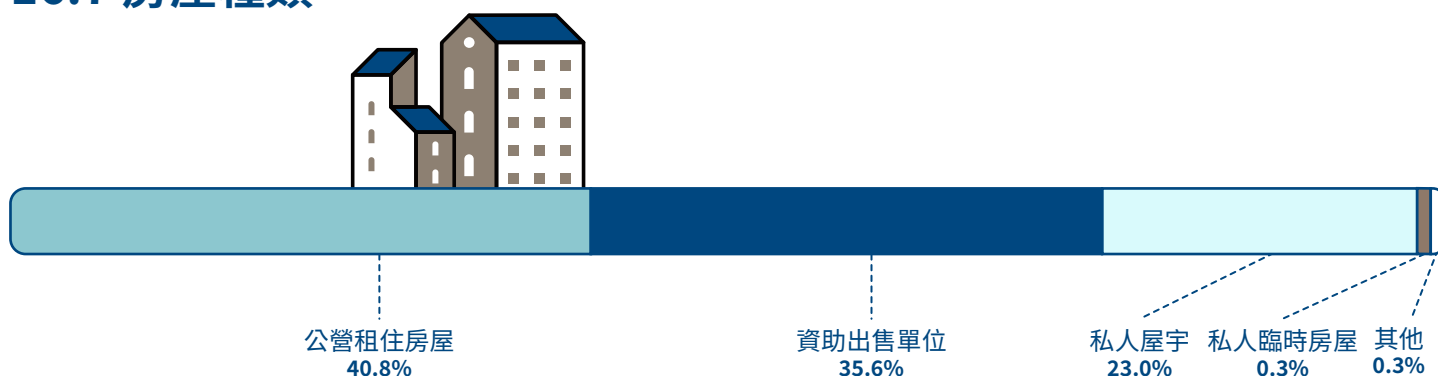
16.5 居住狀況



16.6 自覺金錢充裕程度



16.7 房屋種類



16.8 慢性疾病及藥物使用



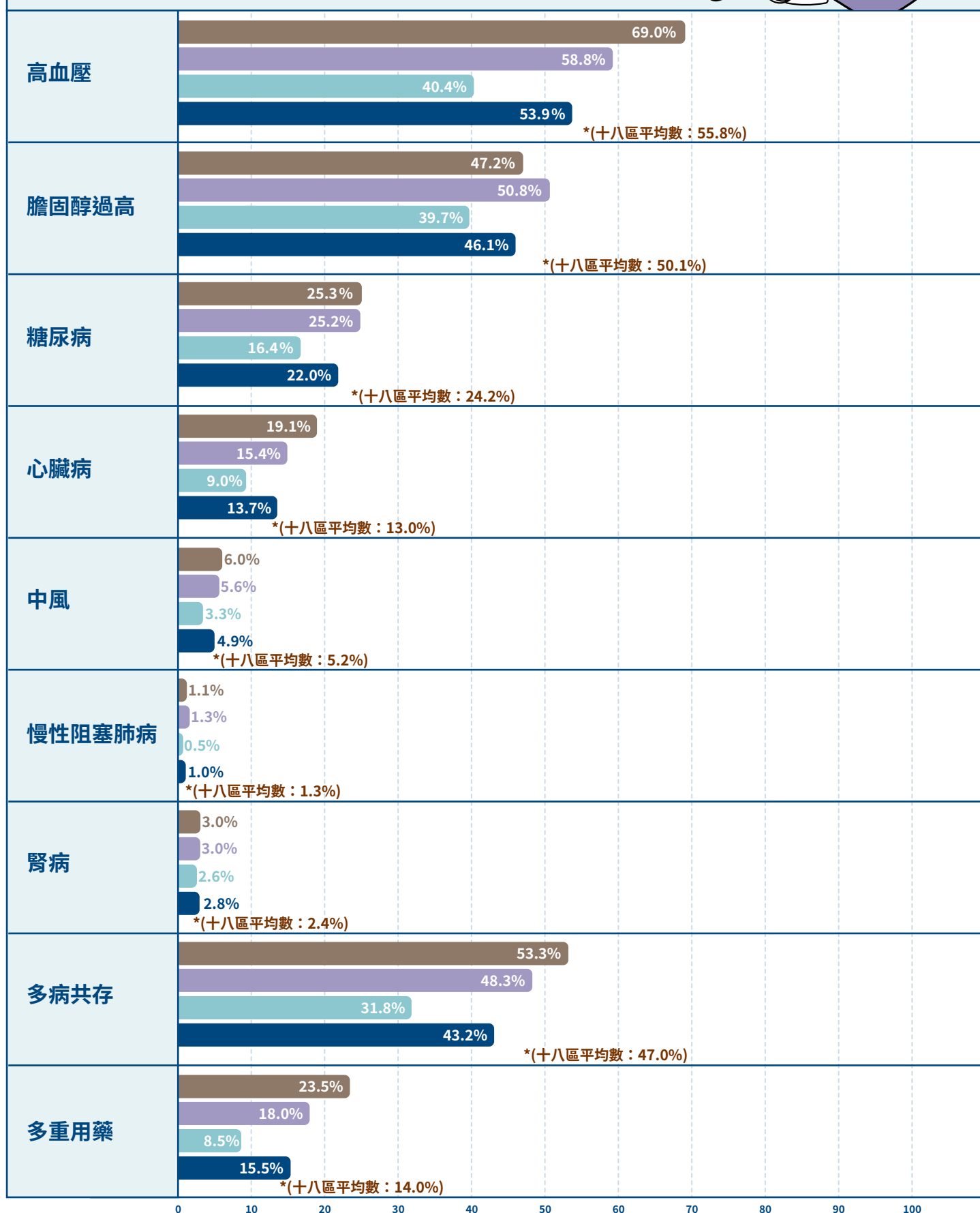
年齡組別

80+

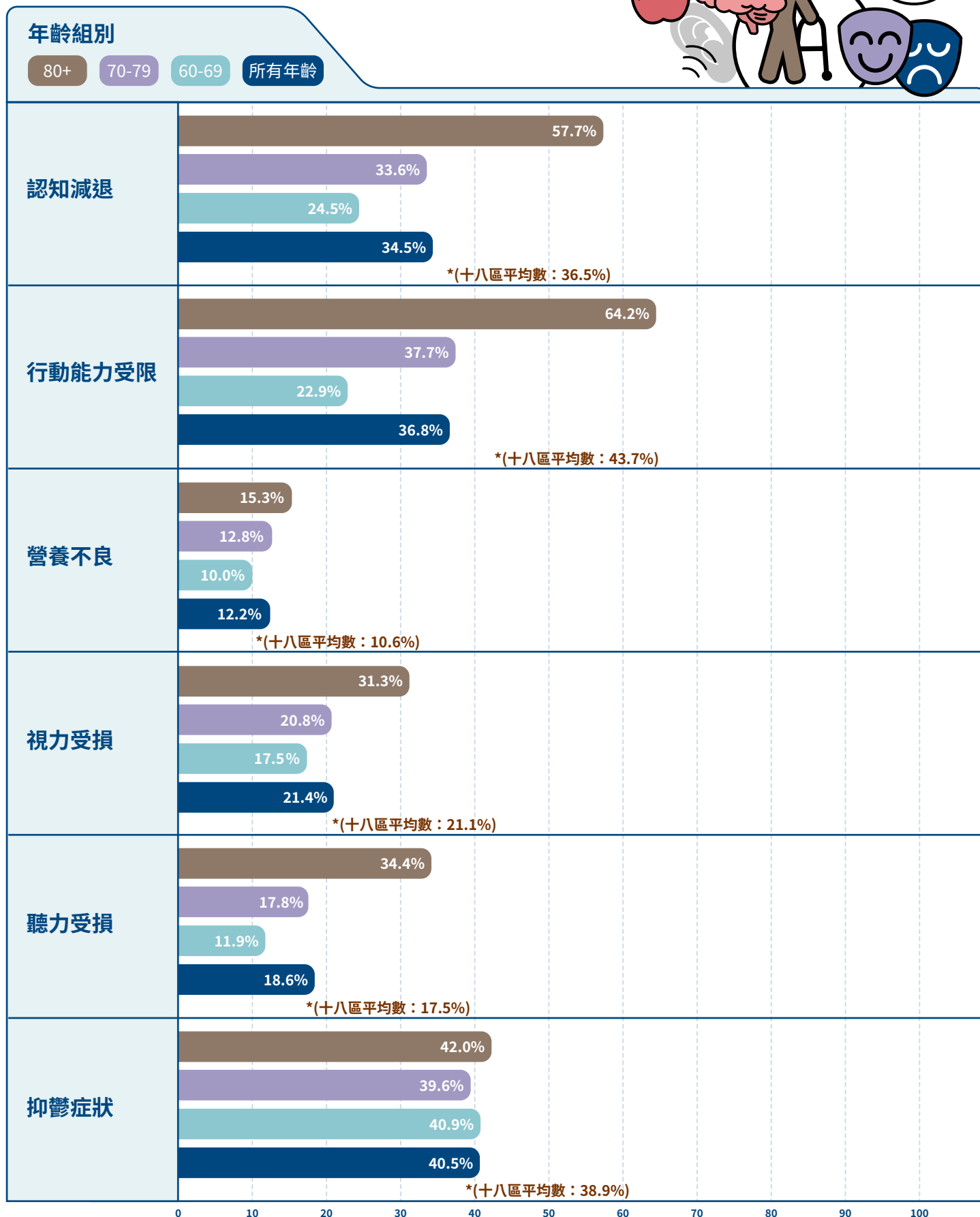
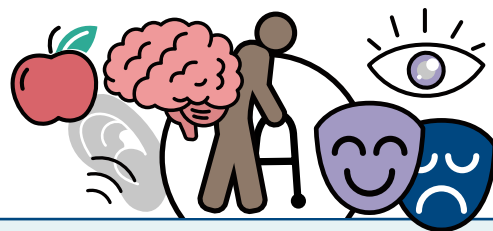
70-79

60-69

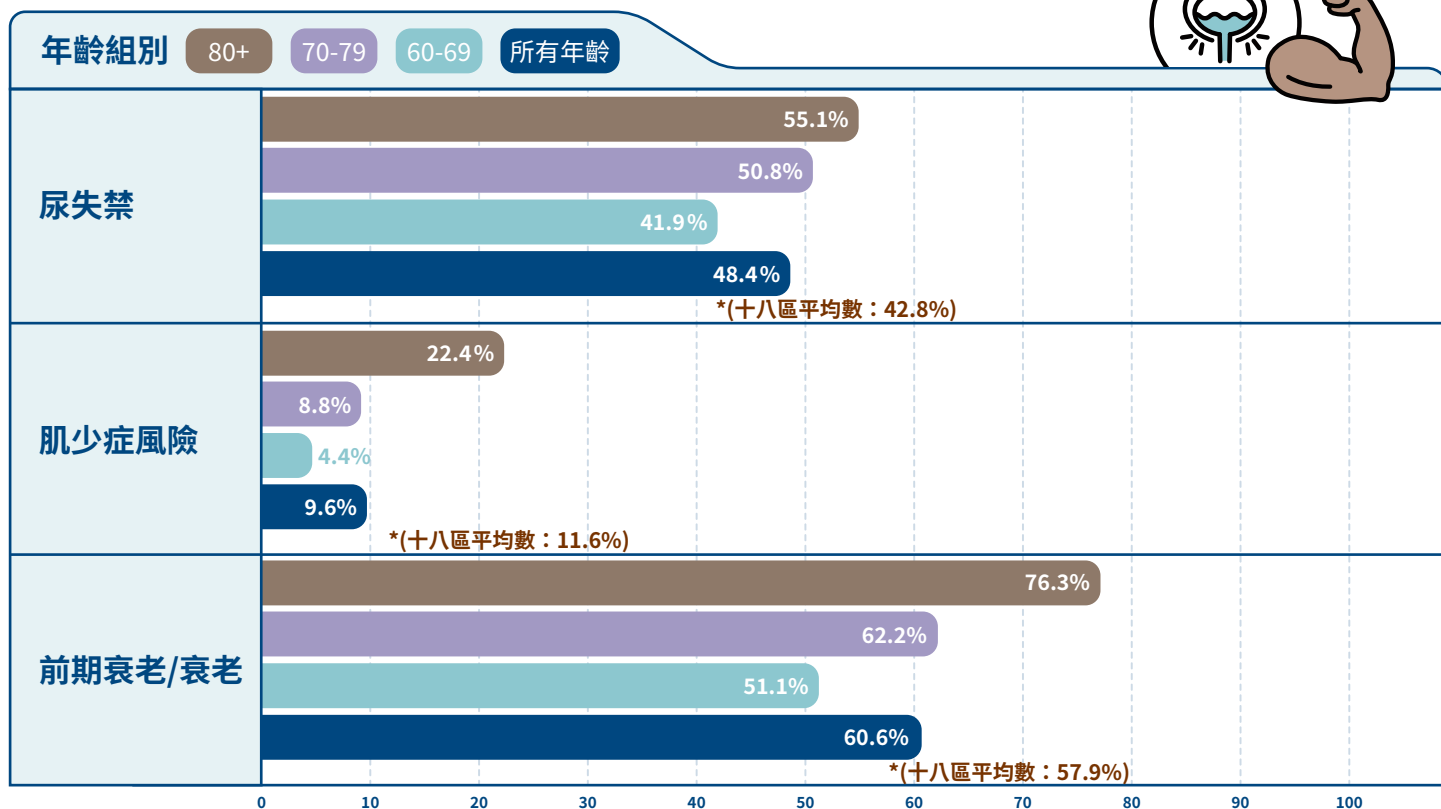
所有年齡



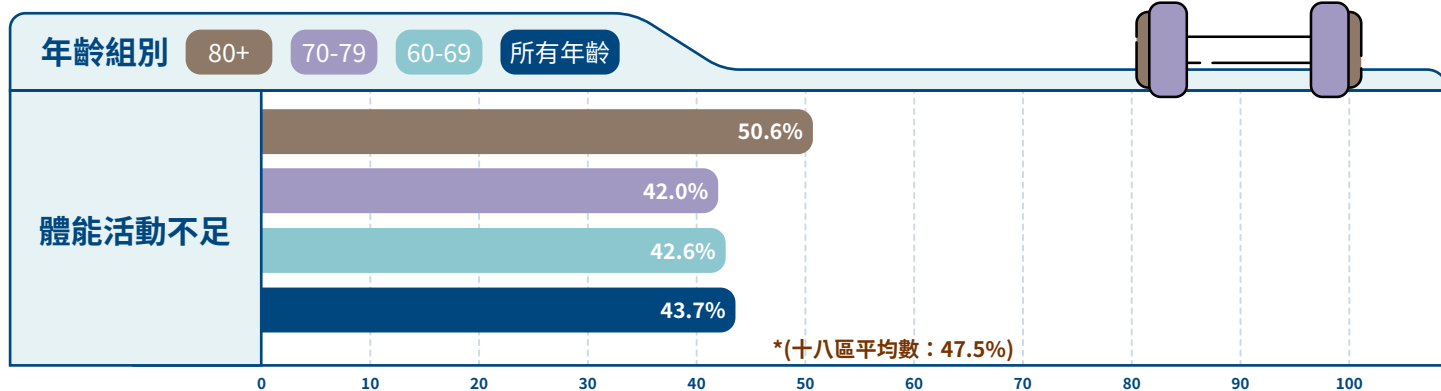
16.9 內在能力



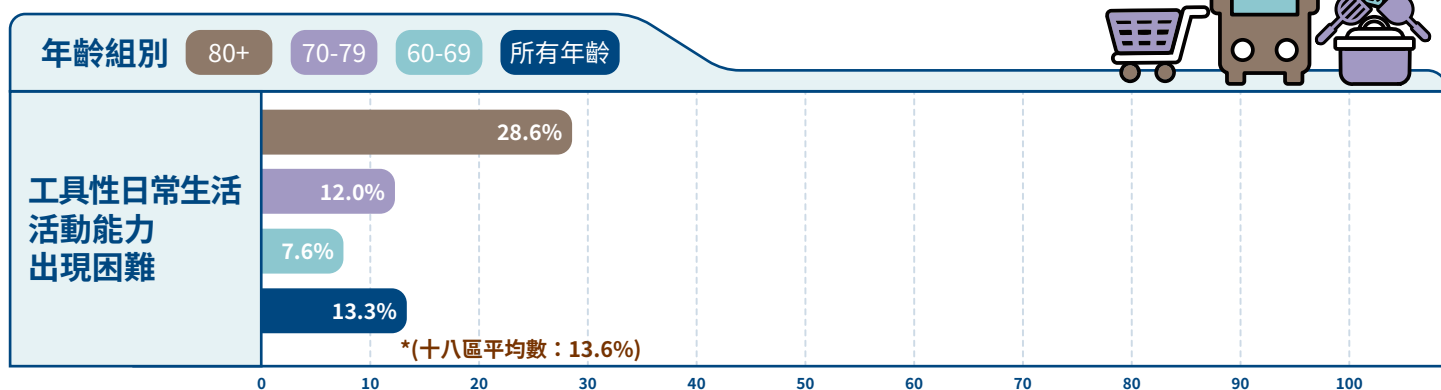
16.10 老年綜合症



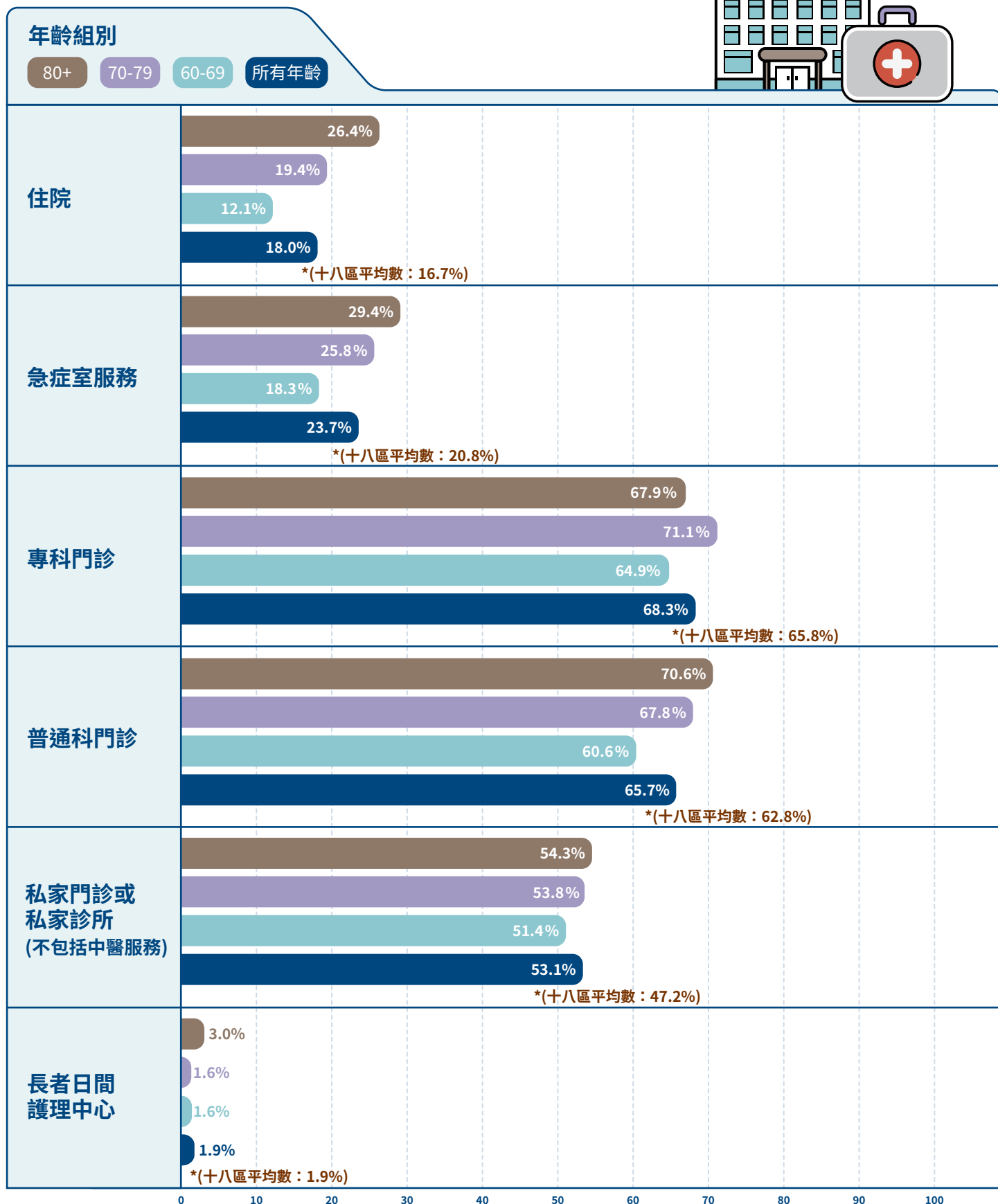
16.11 體能活動



16.12 工具性日常生活活動能力

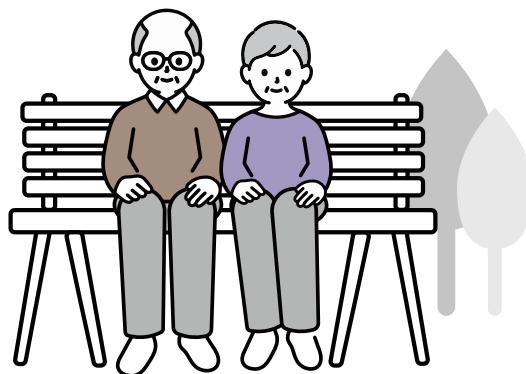


16.13 醫療及護理服務使用

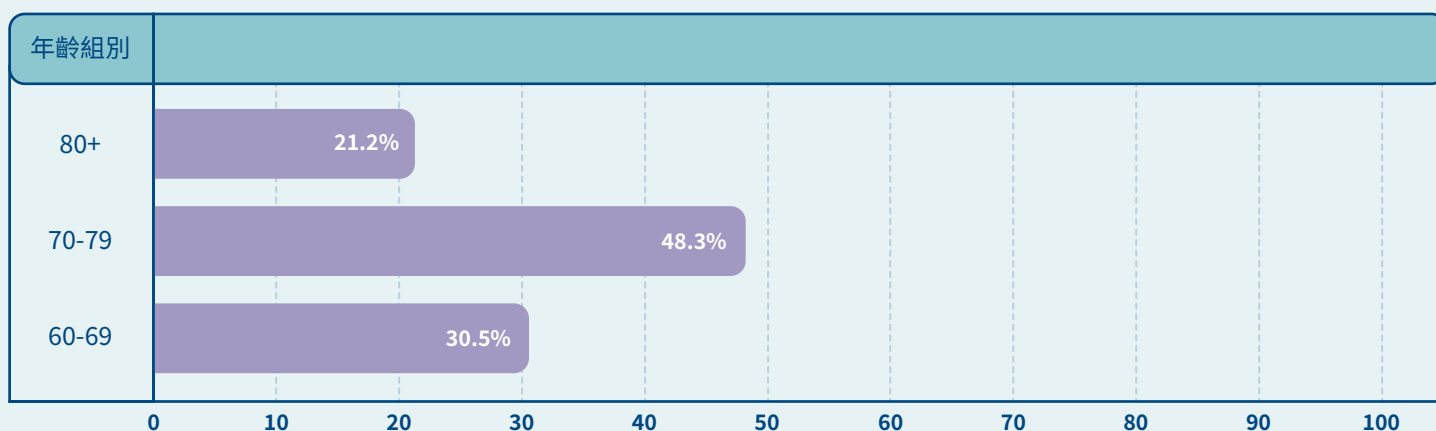


17.1 荃灣區參加人數

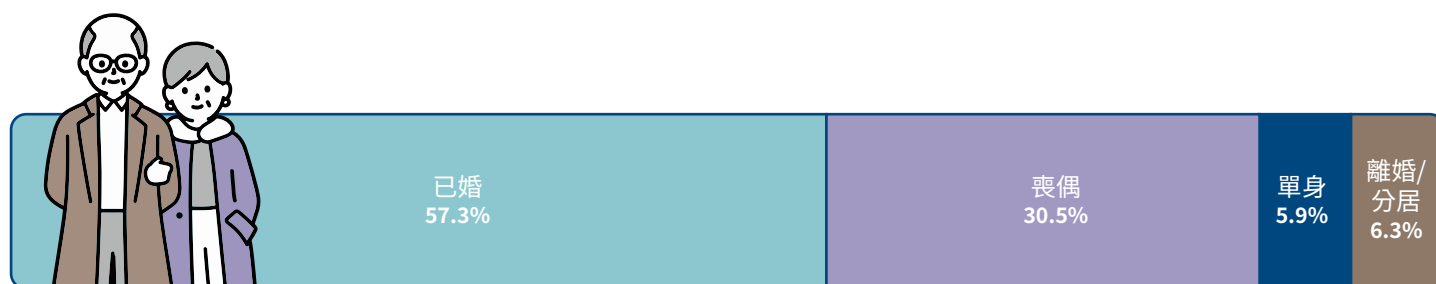
荃灣區共有**3,201**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



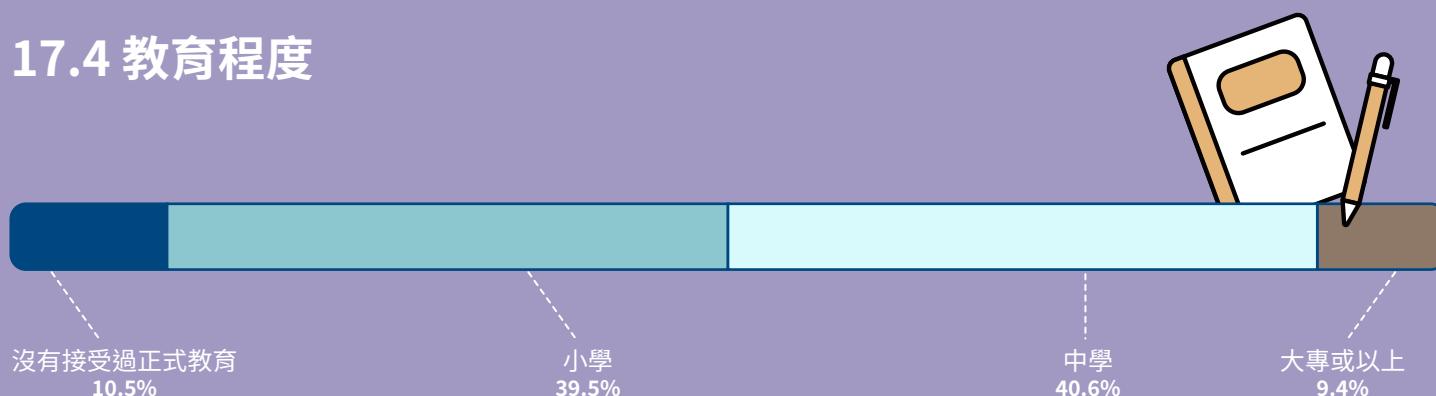
17.2 按年齡劃分的參加者比例



17.3 婚姻狀況



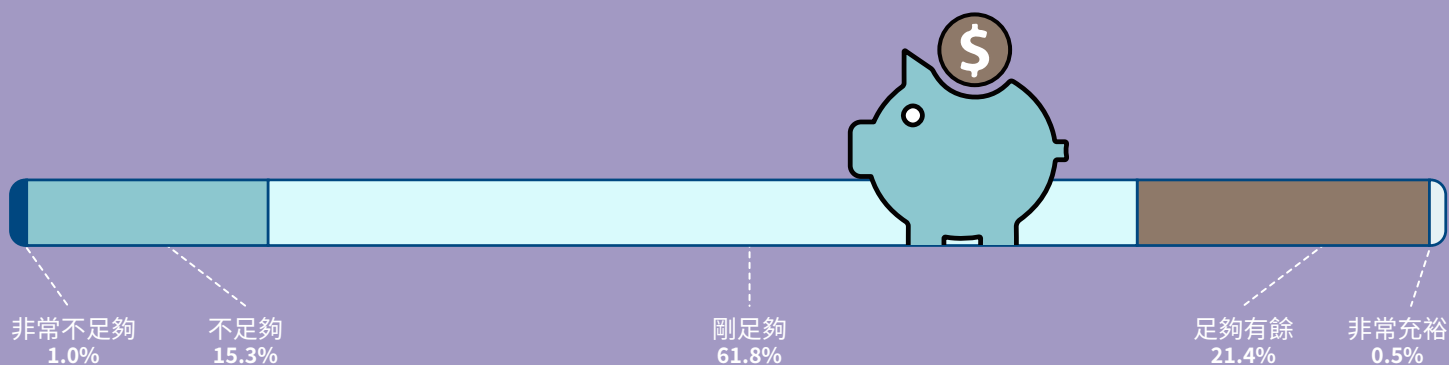
17.4 教育程度



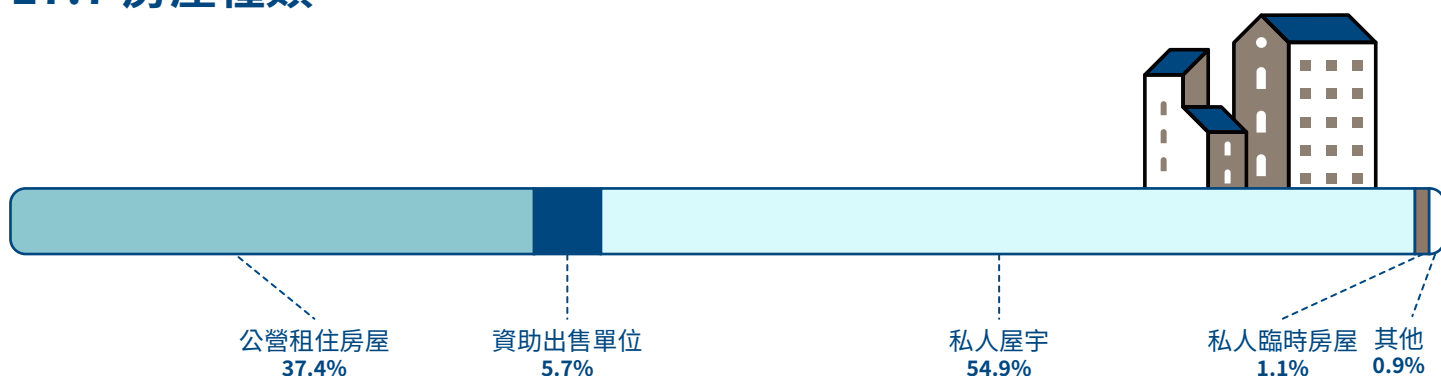
17.5 居住狀況



17.6 自覺金錢充裕程度



17.7 房屋種類



17.8 慢性疾病及藥物使用



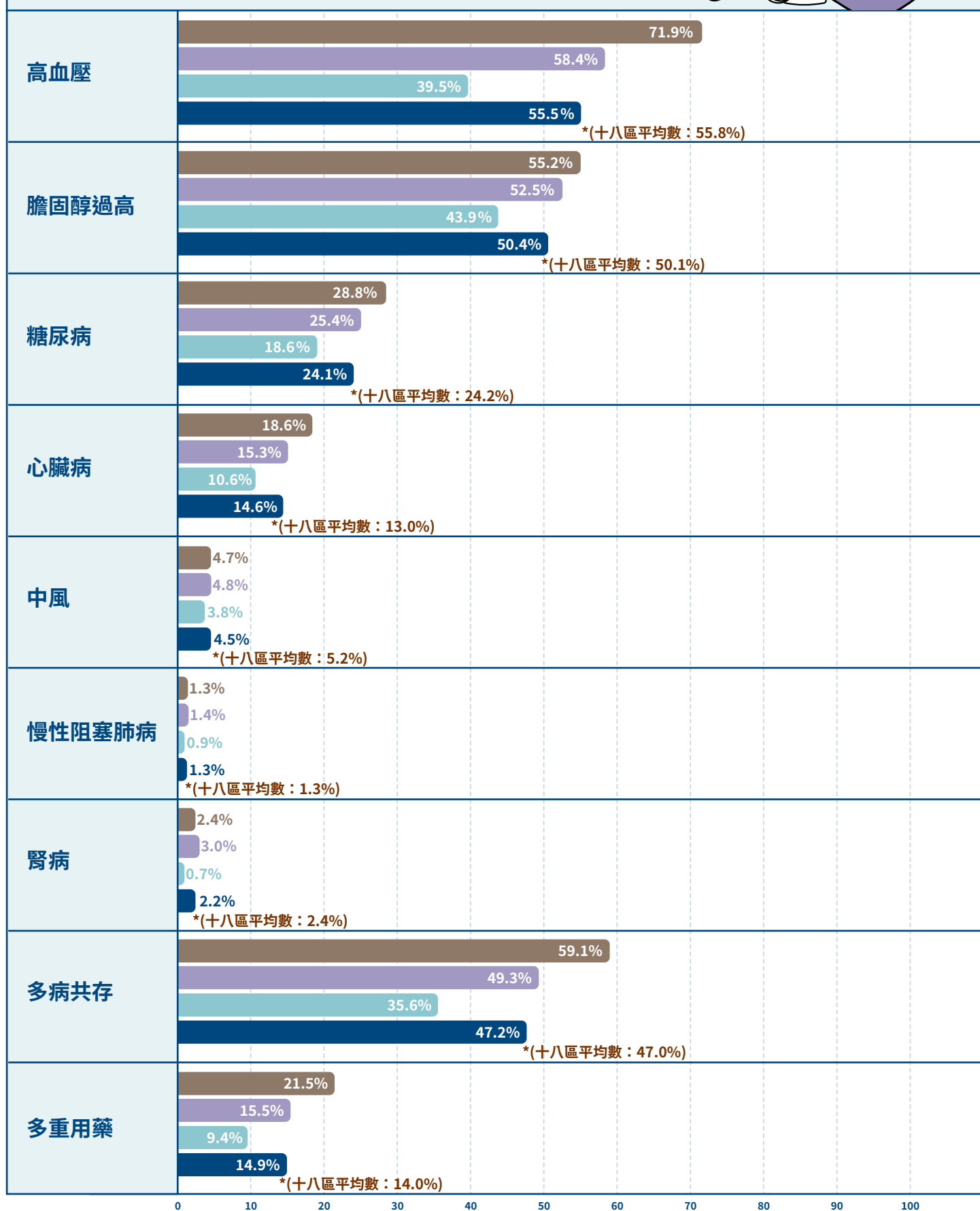
年齡組別

80+

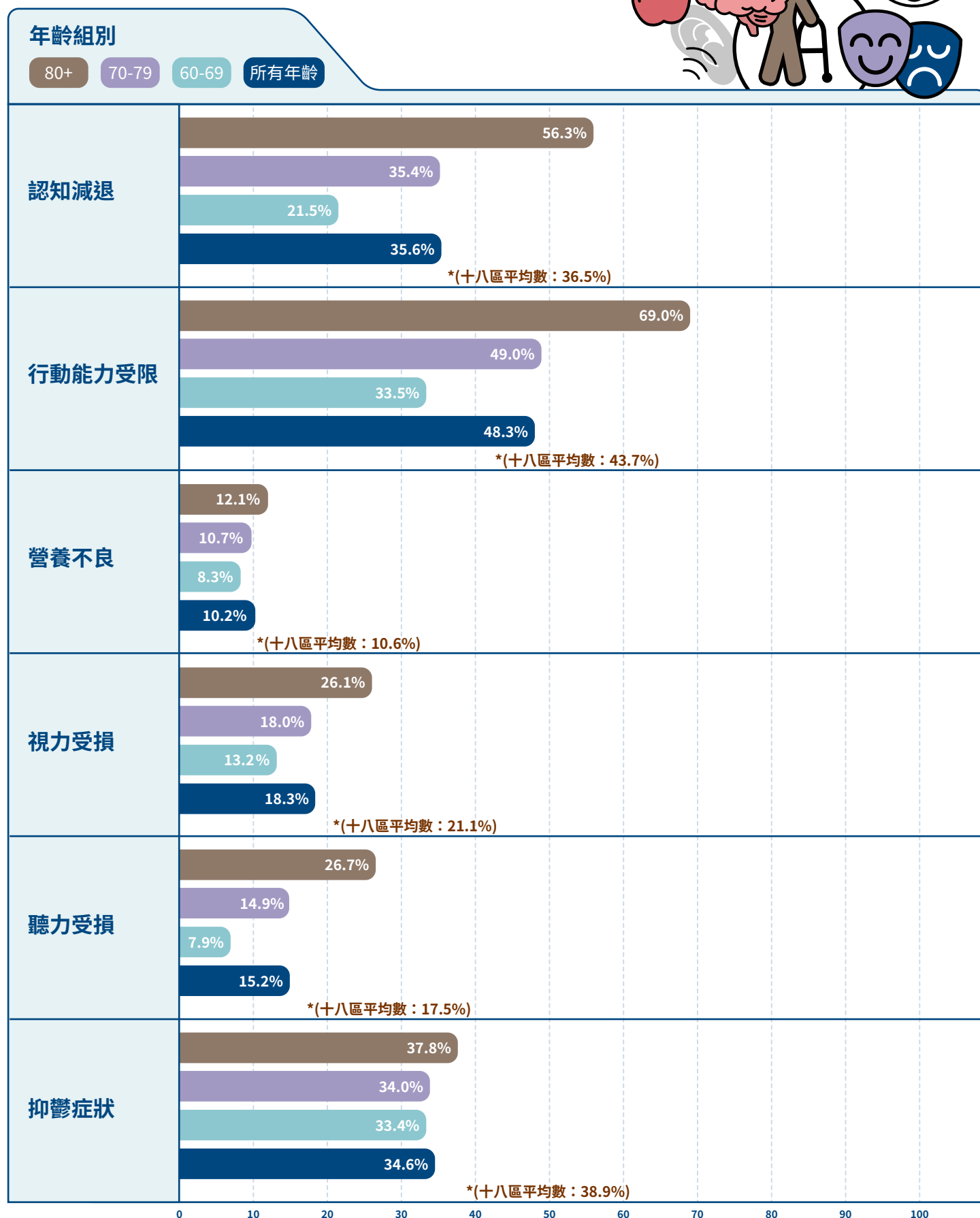
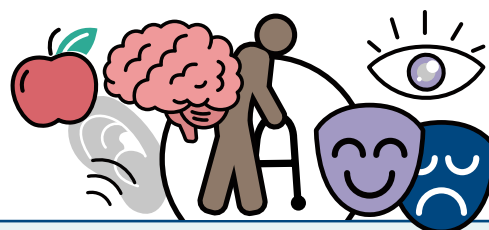
70-79

60-69

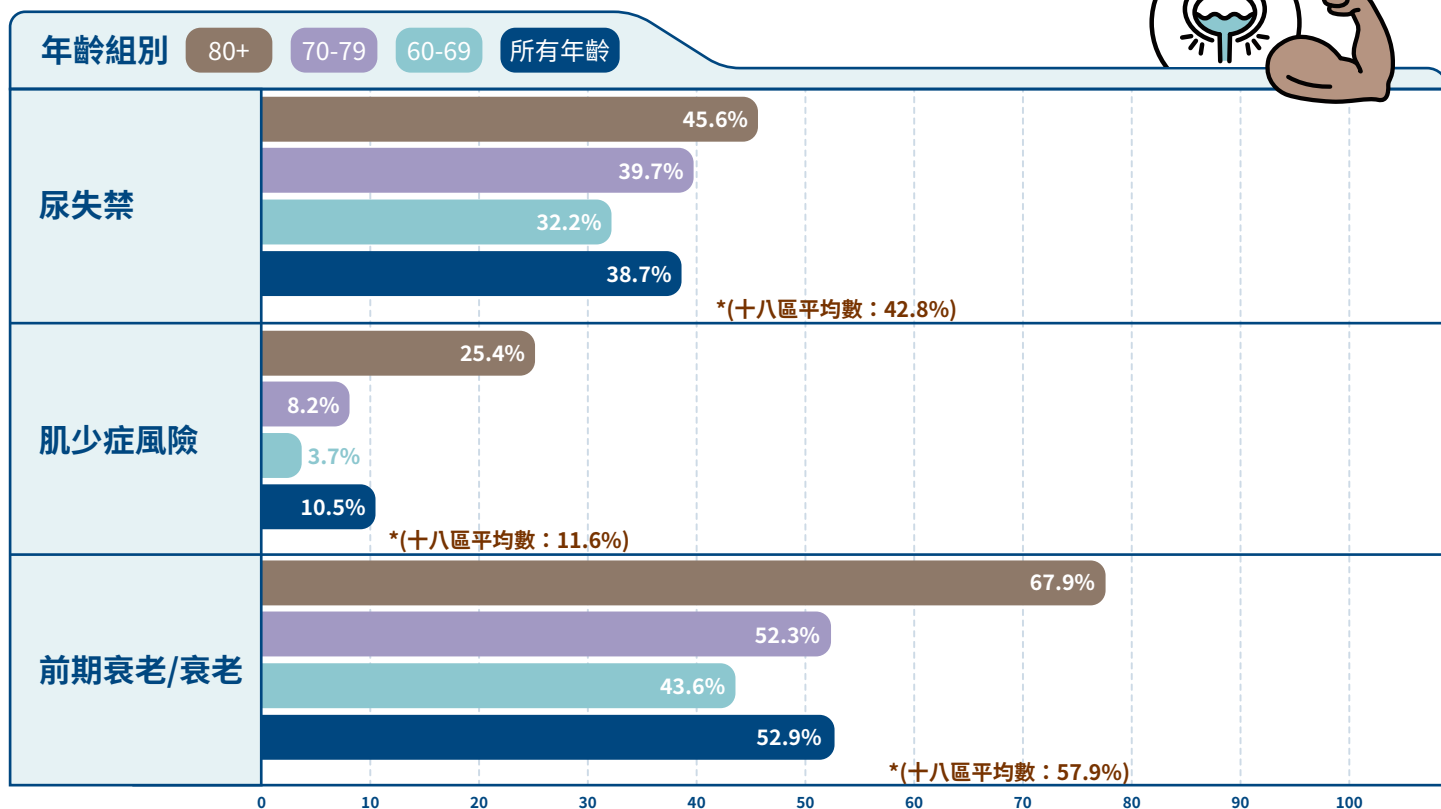
所有年齡



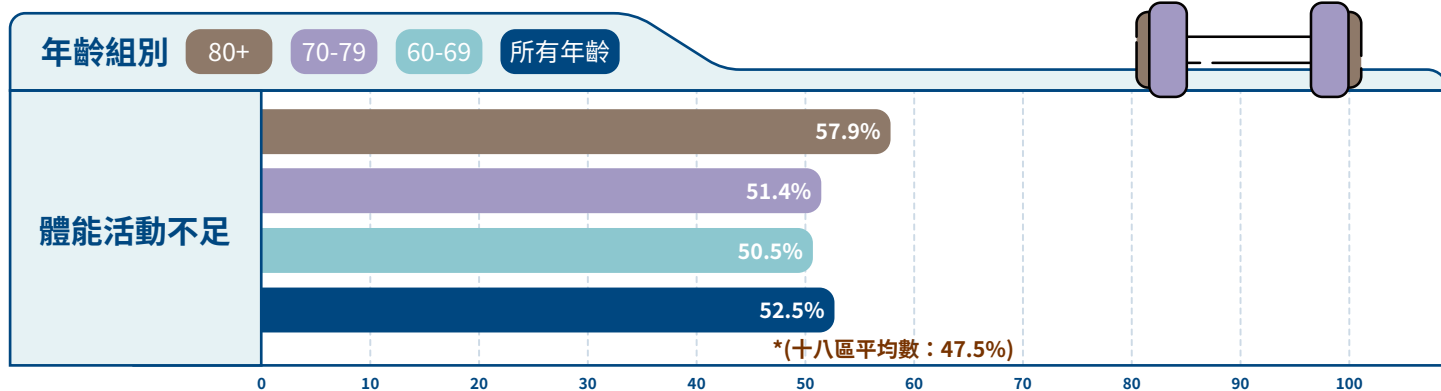
17.9 內在能力



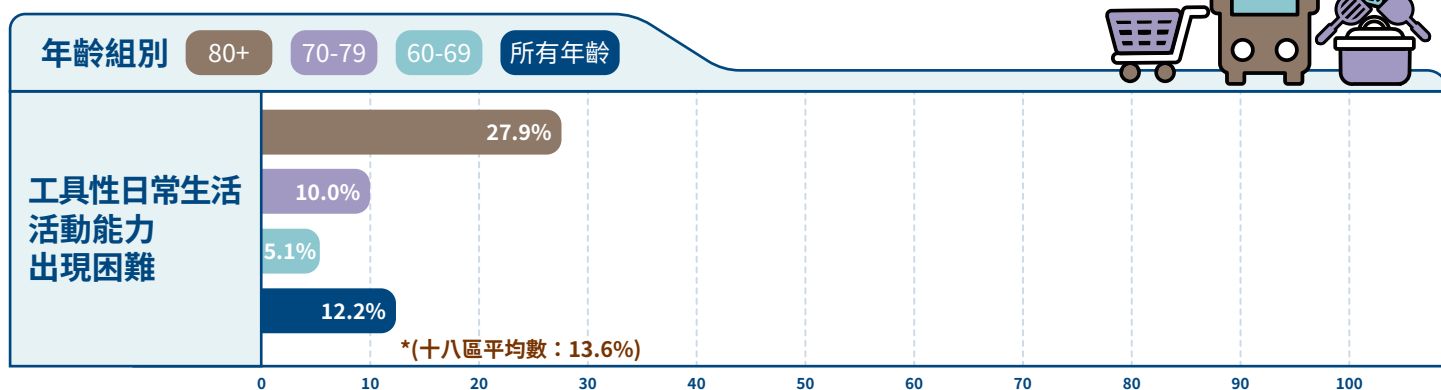
17.10 老年綜合症



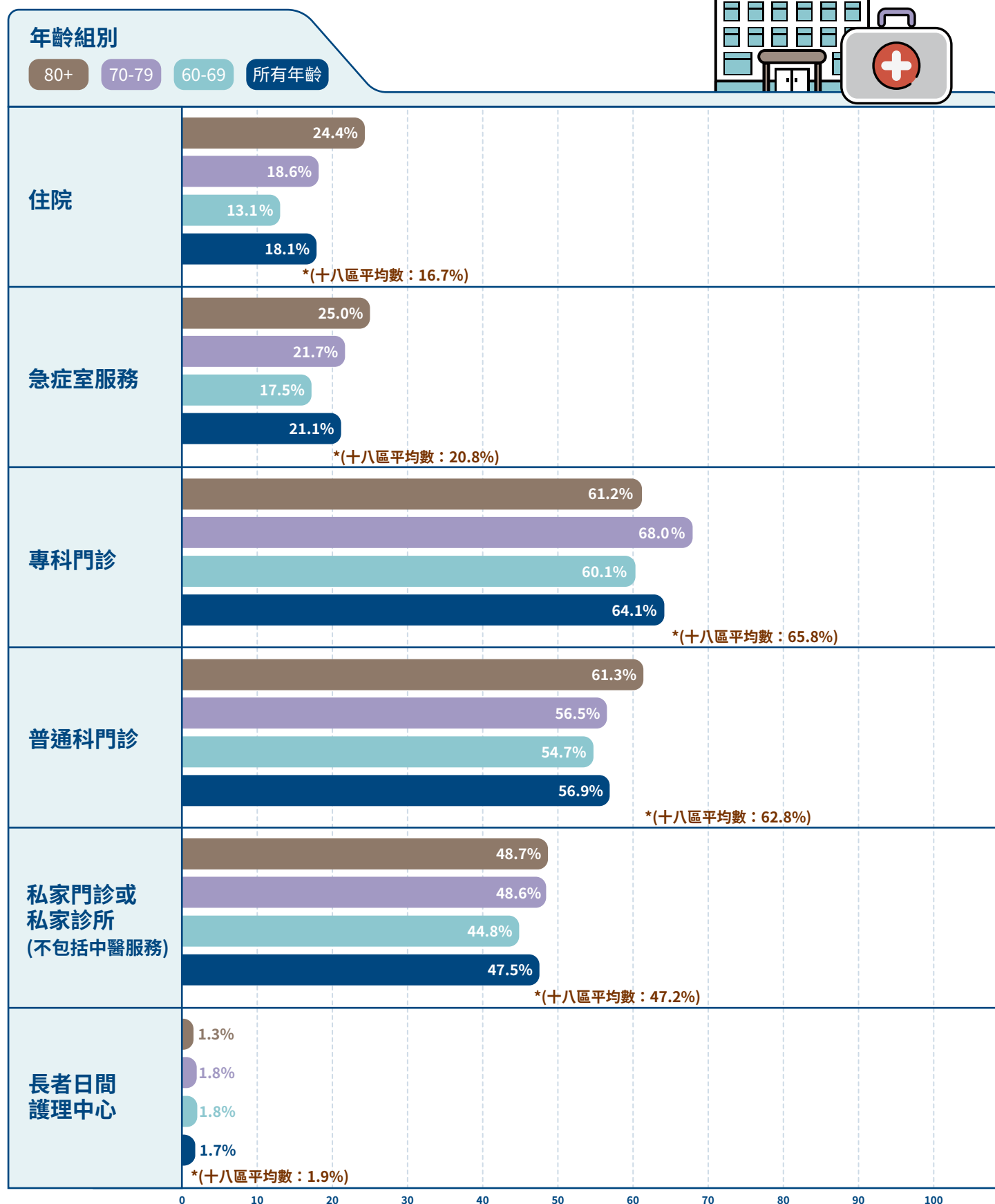
17.11 體能活動



17.12 工具性日常生活活動能力

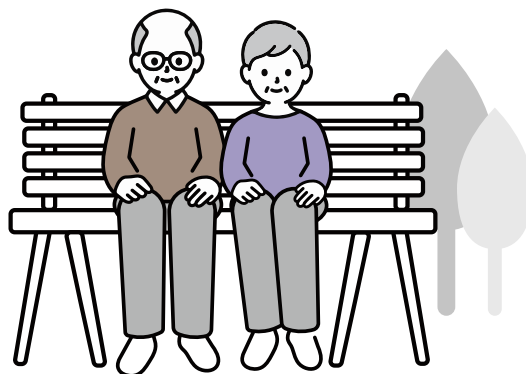


17.13 醫療及護理服務使用

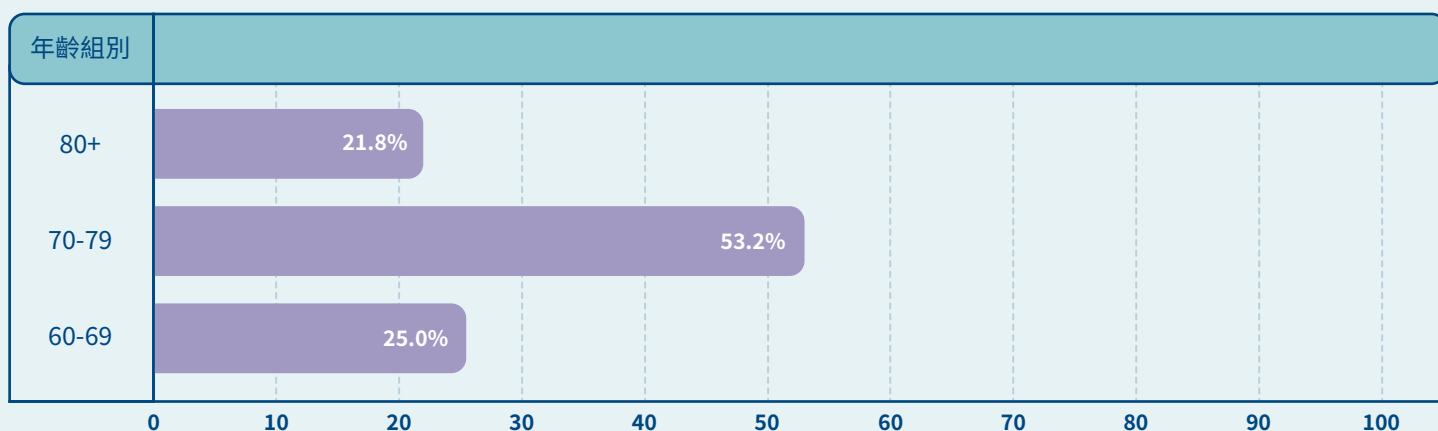


18.1 葵青區參加人數

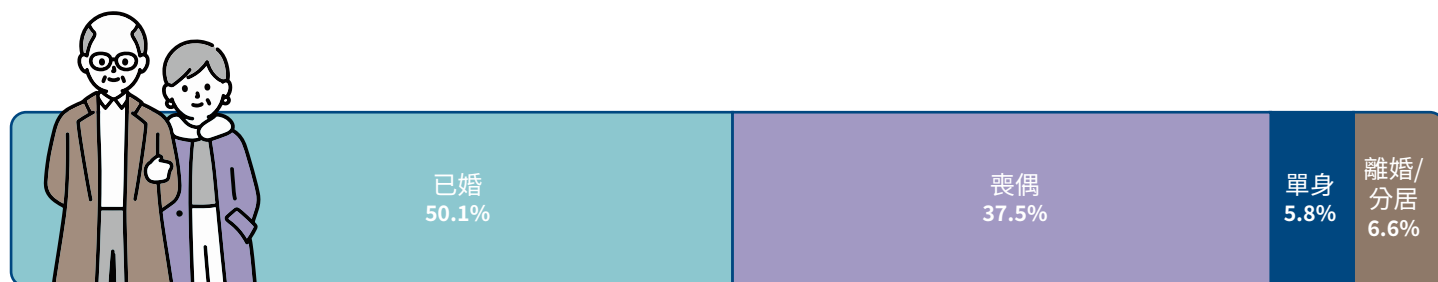
葵青區共有**2,492**名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



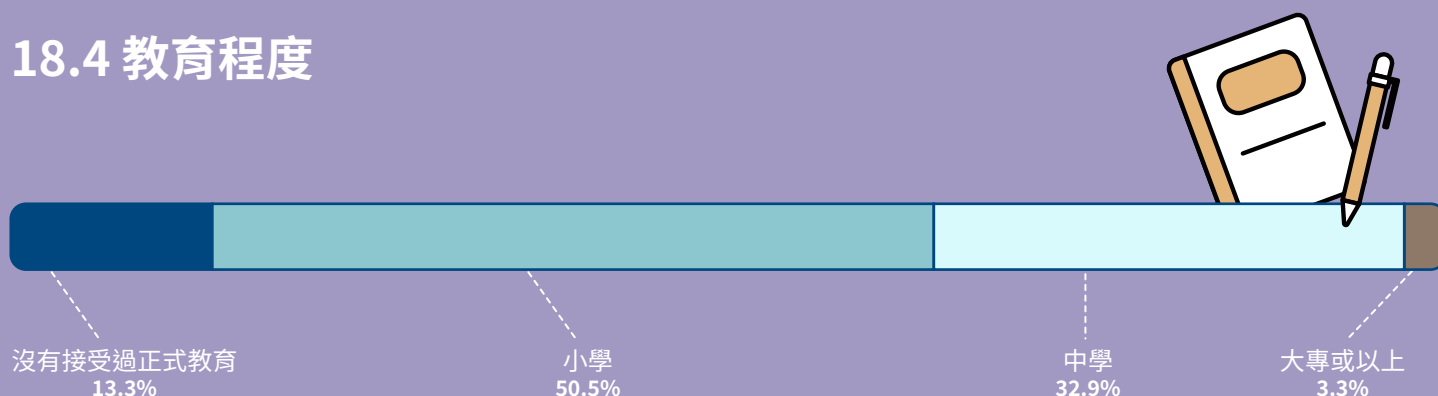
18.2 按年齡劃分的參加者比例



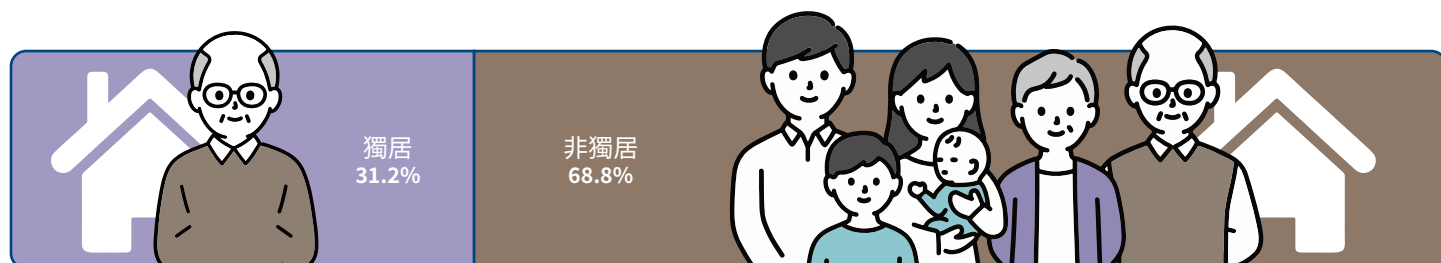
18.3 婚姻狀況



18.4 教育程度



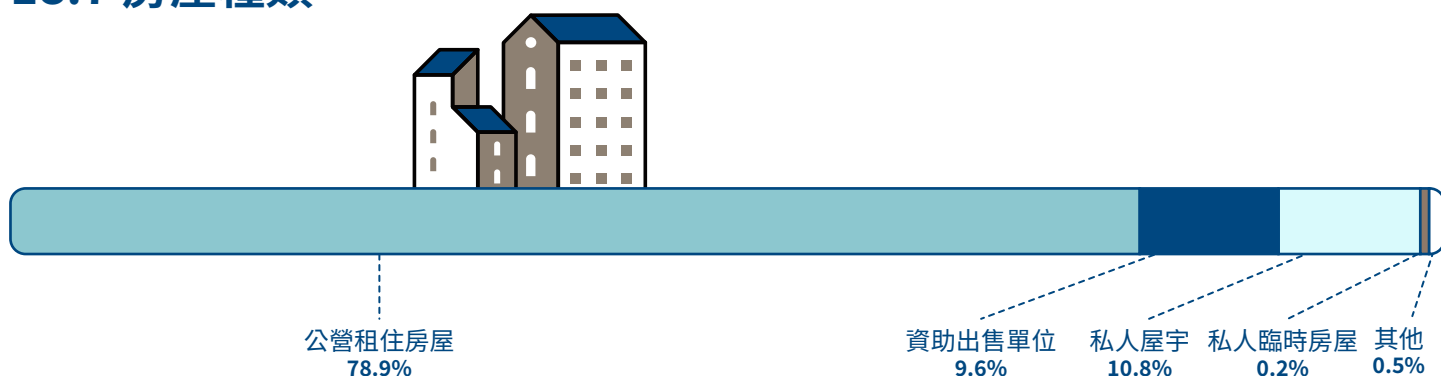
18.5 居住狀況



18.6 自覺金錢充裕程度



18.7 房屋種類



18.8 慢性疾病及藥物使用



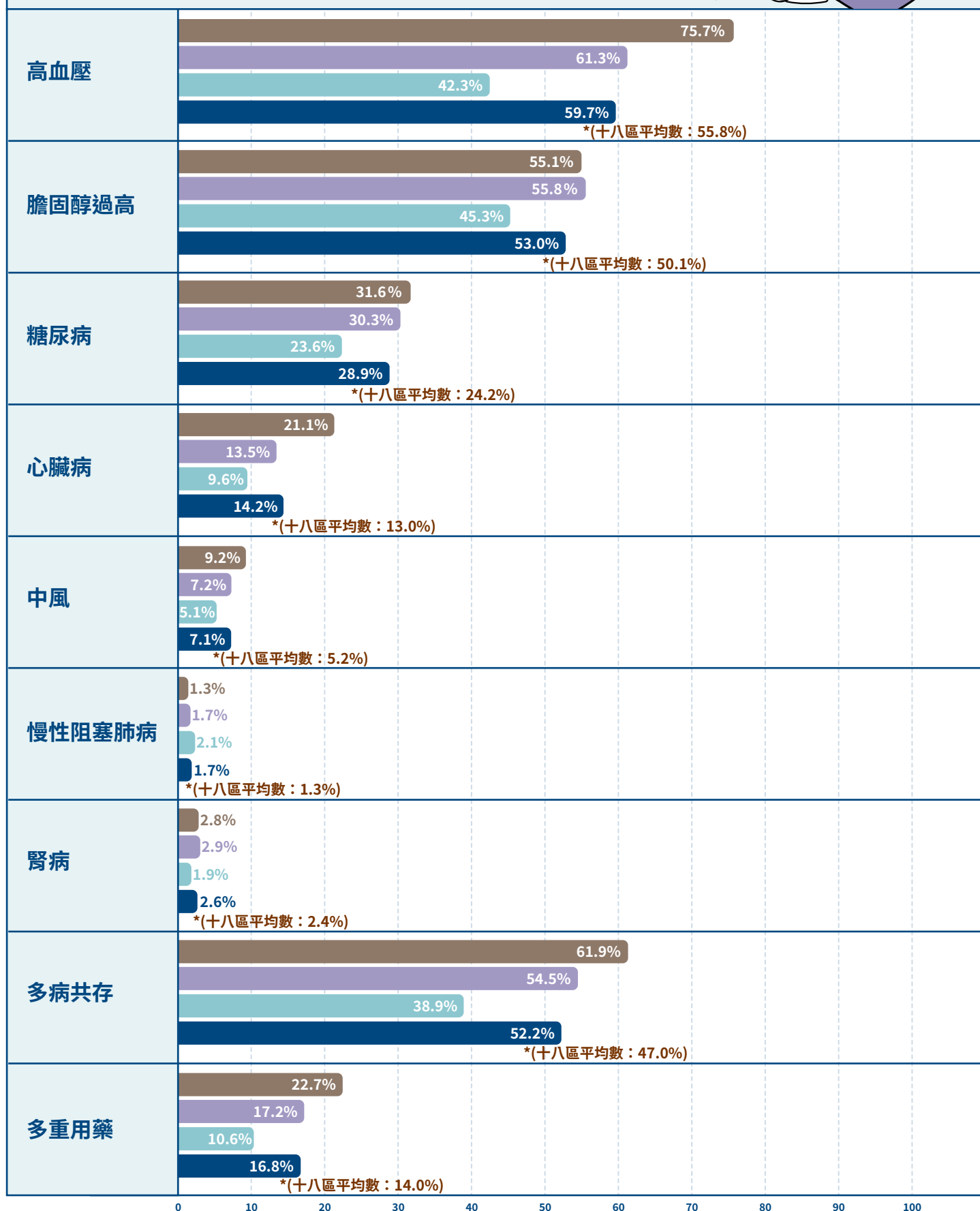
年齡組別

80+

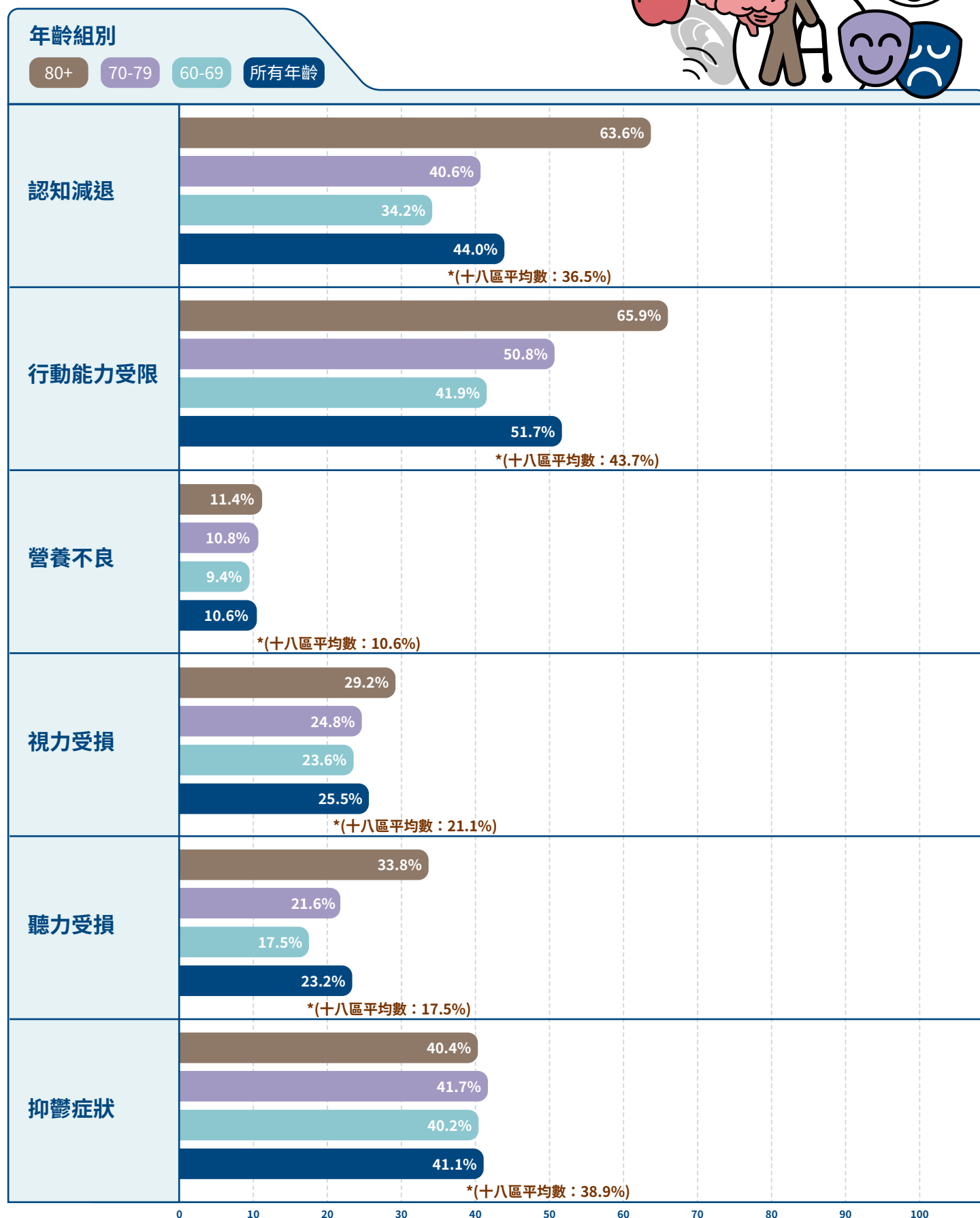
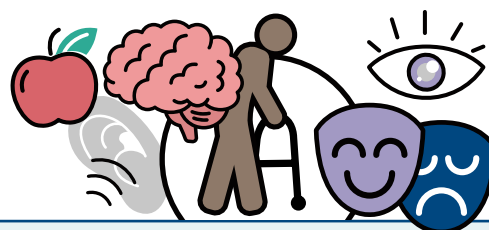
70-79

60-69

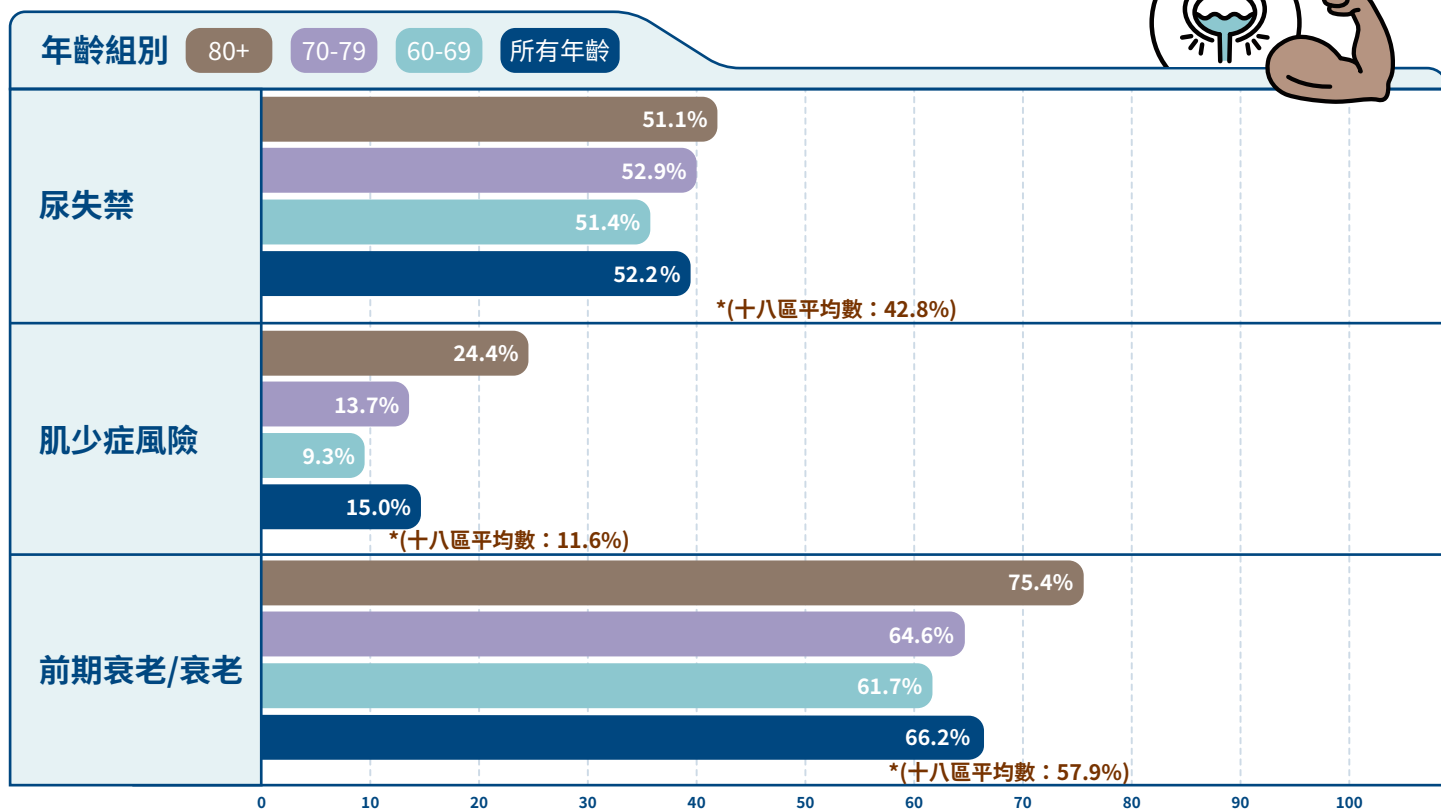
所有年齡



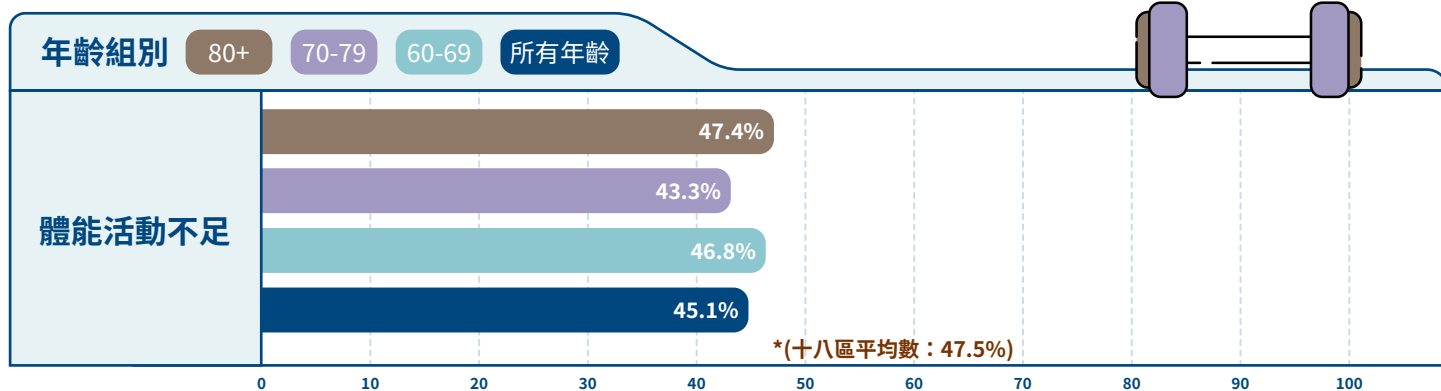
18.9 內在能力



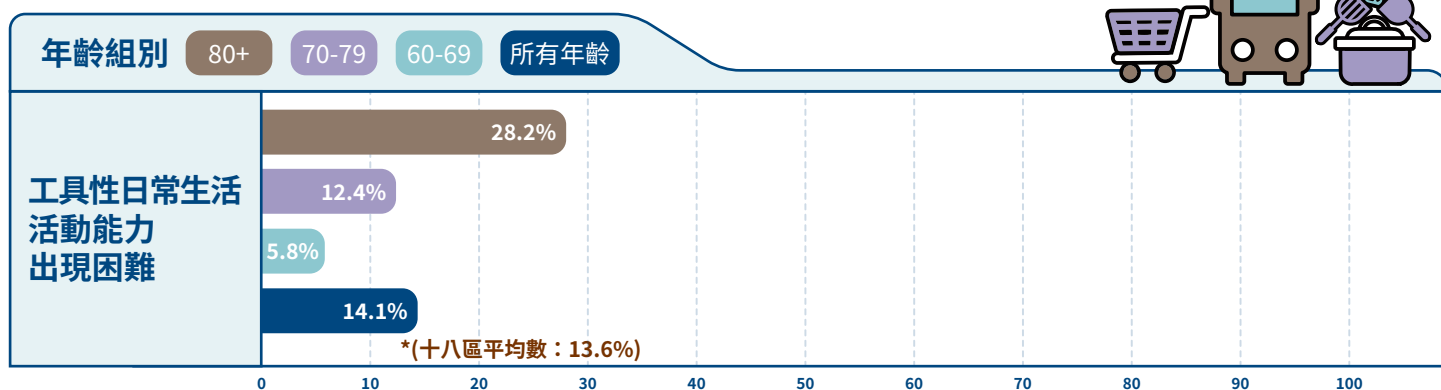
18.10 老年綜合症



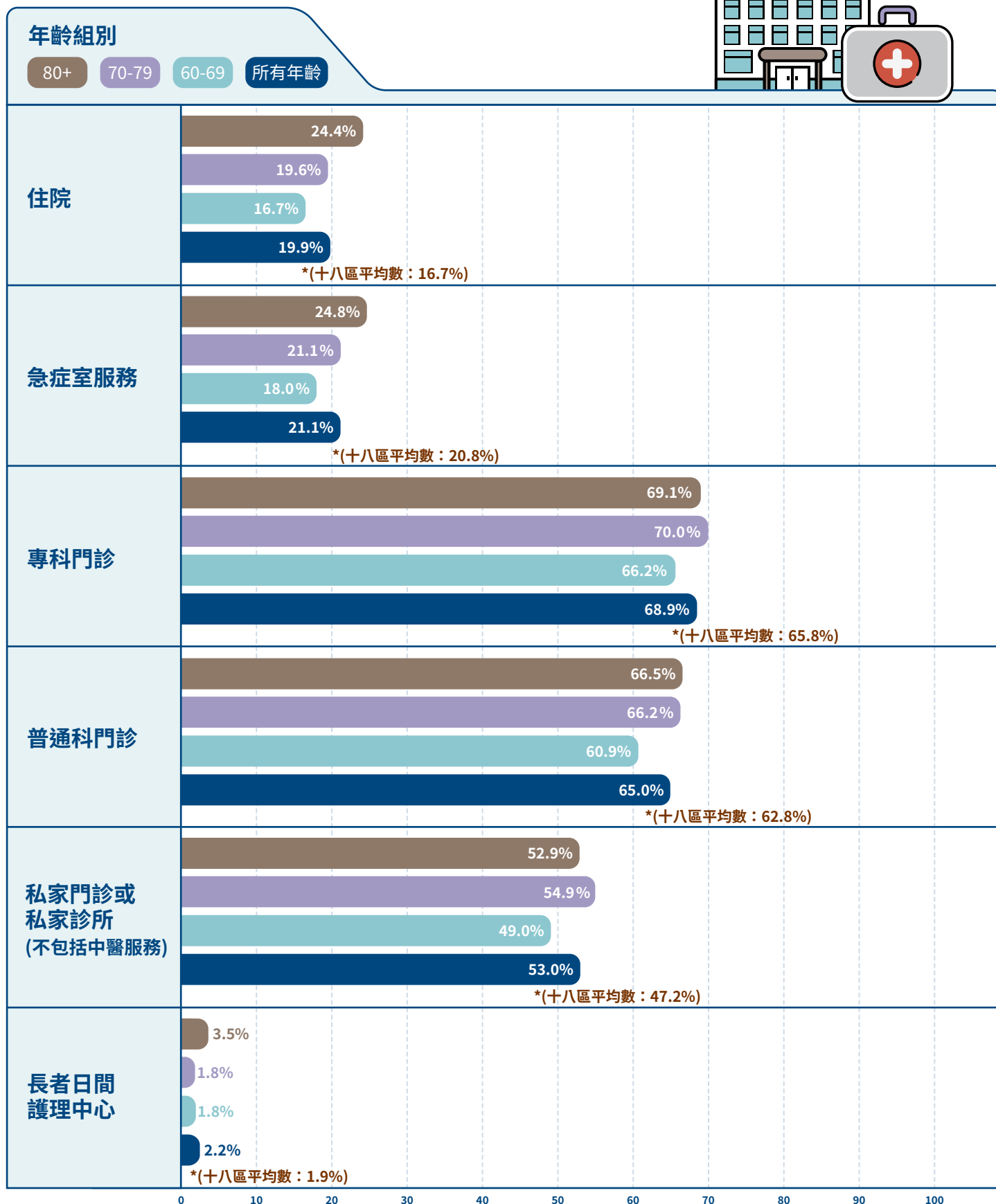
18.11 體能活動



18.12 工具性日常生活活動能力

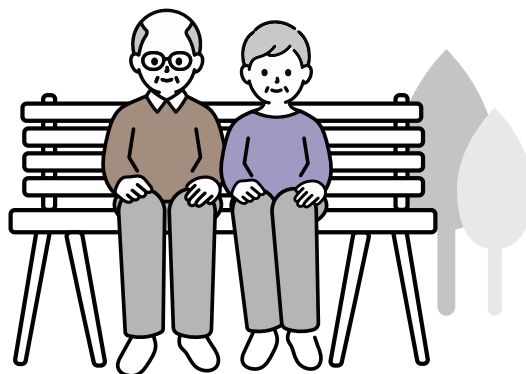


18.13 醫療及護理服務使用

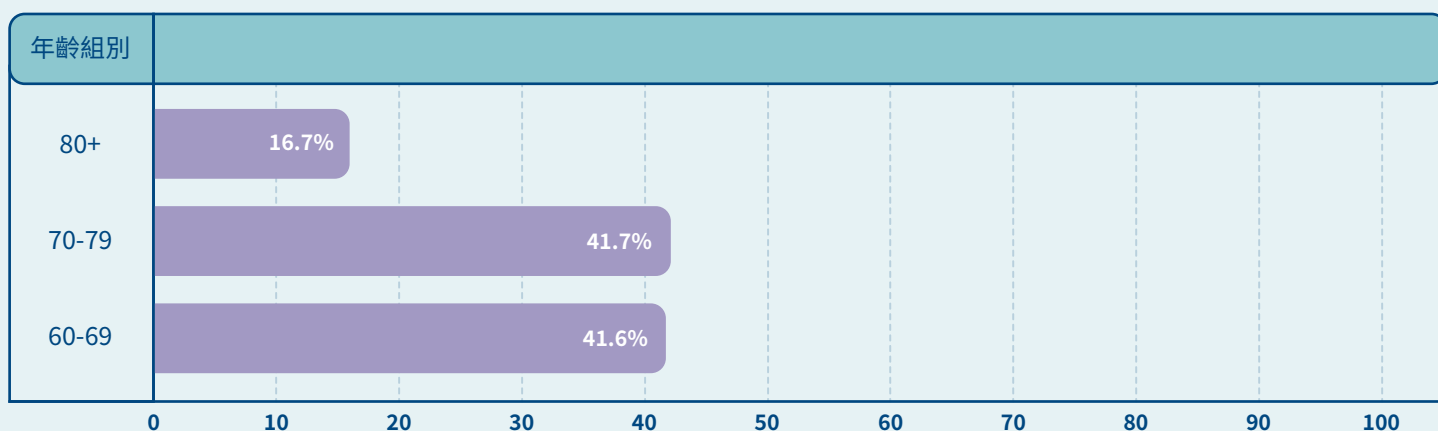


19.1 離島區參加人數

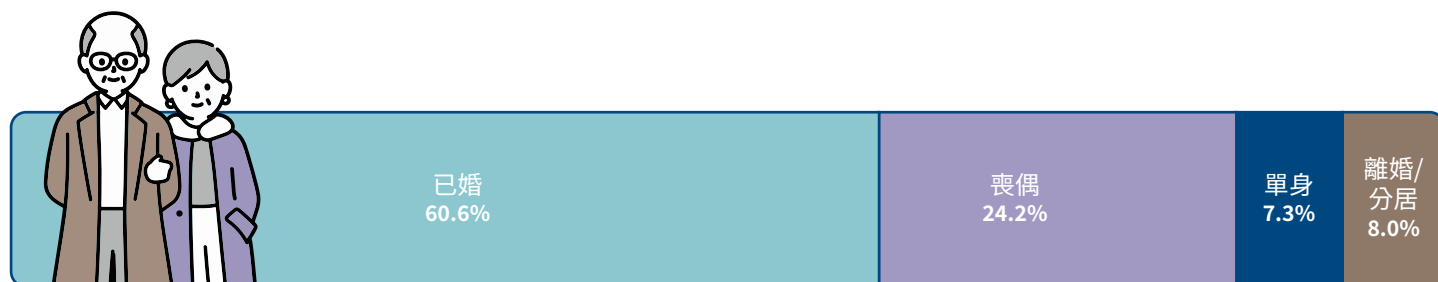
離島區共有 **1,635** 名
60歲或以上社區長者參加
本問卷調查



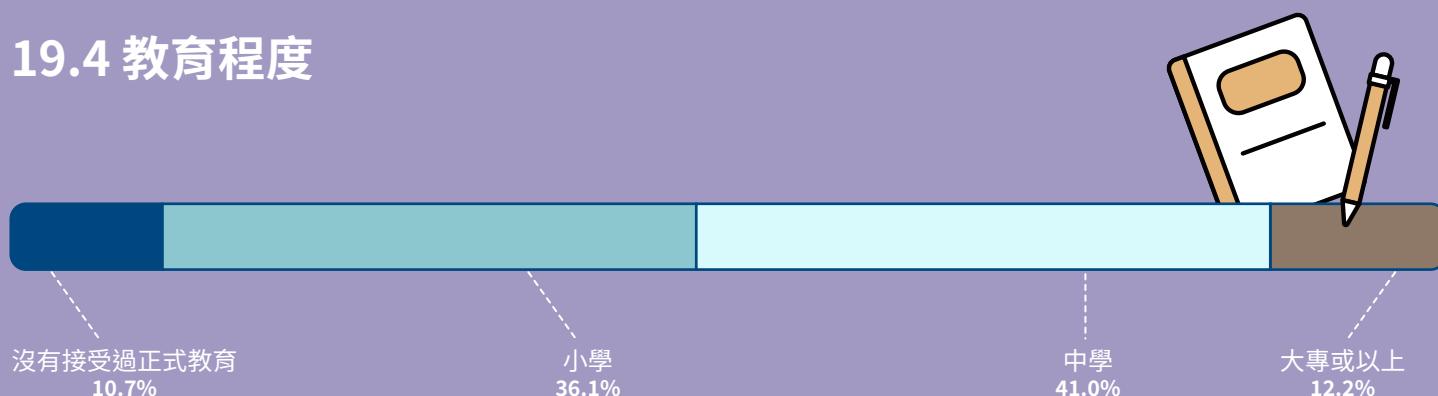
19.2 按年齡劃分的參加者比例



19.3 婚姻狀況



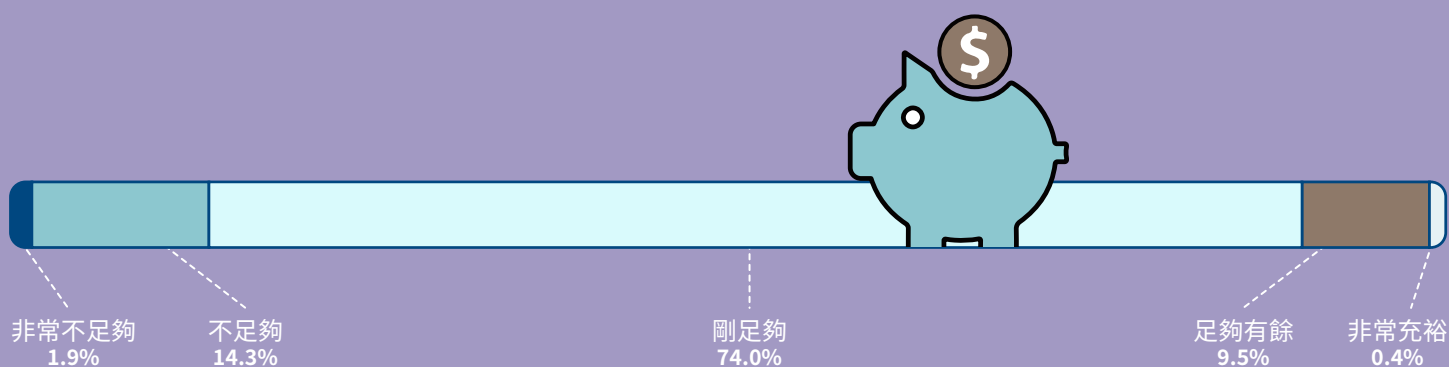
19.4 教育程度



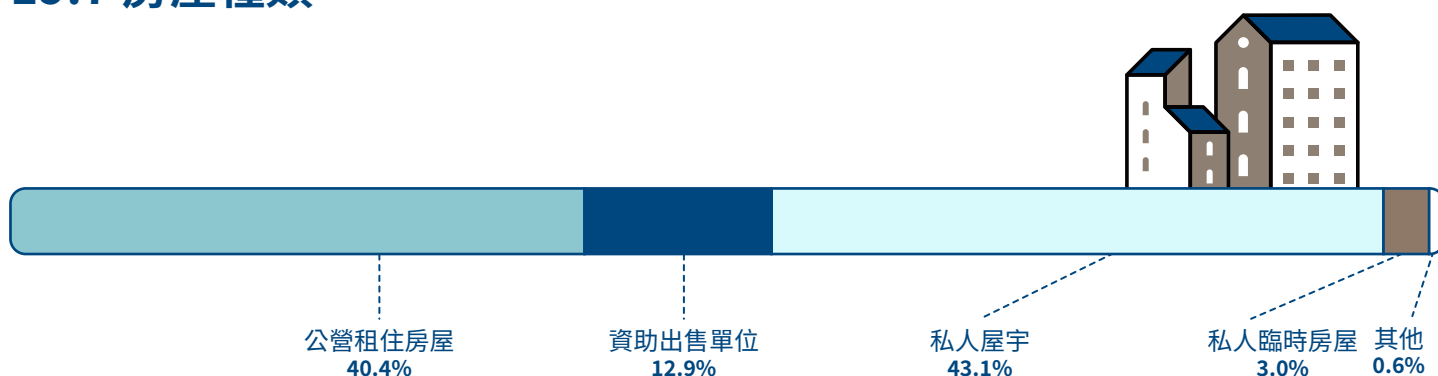
19.5 居住狀況



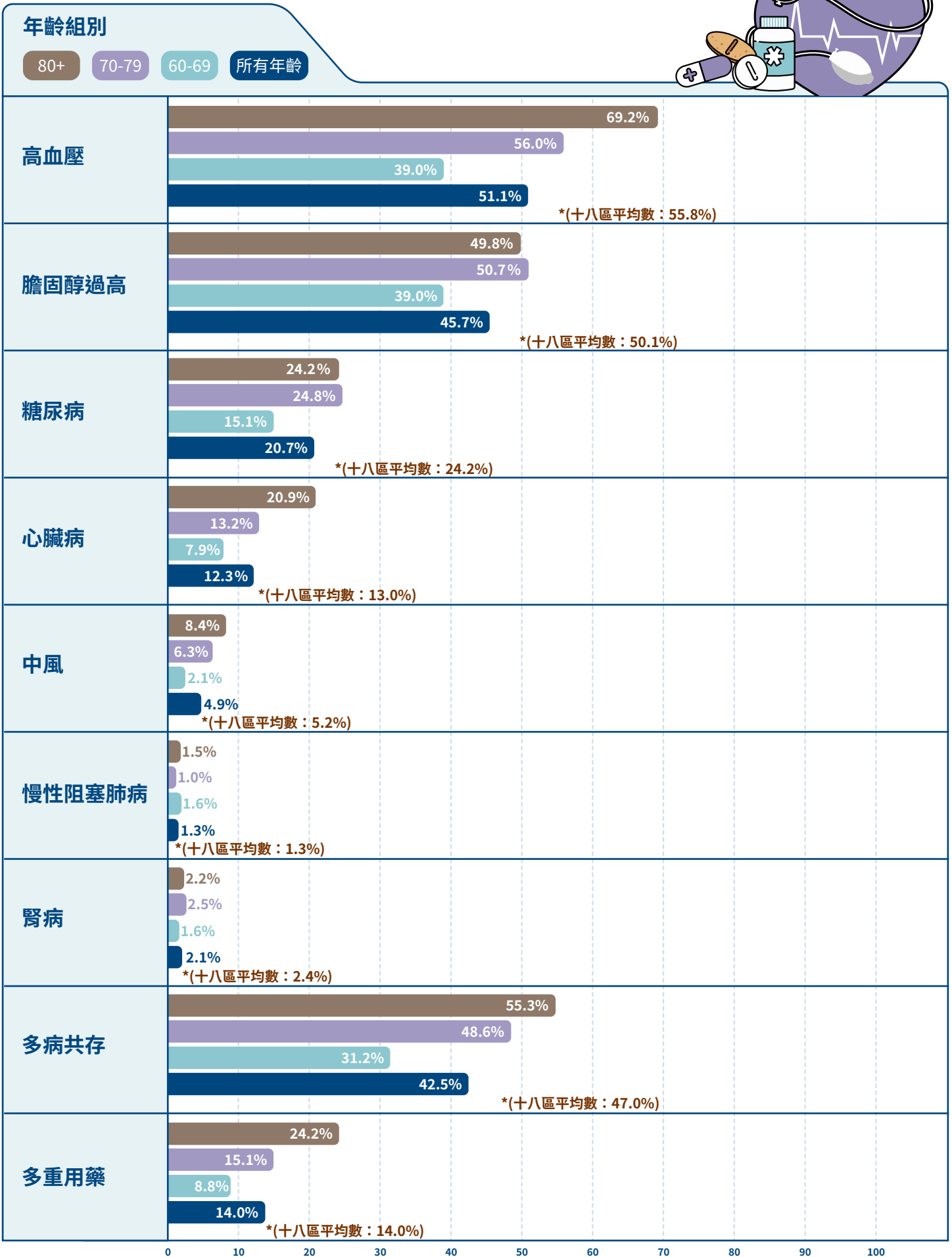
19.6 自覺金錢充裕程度



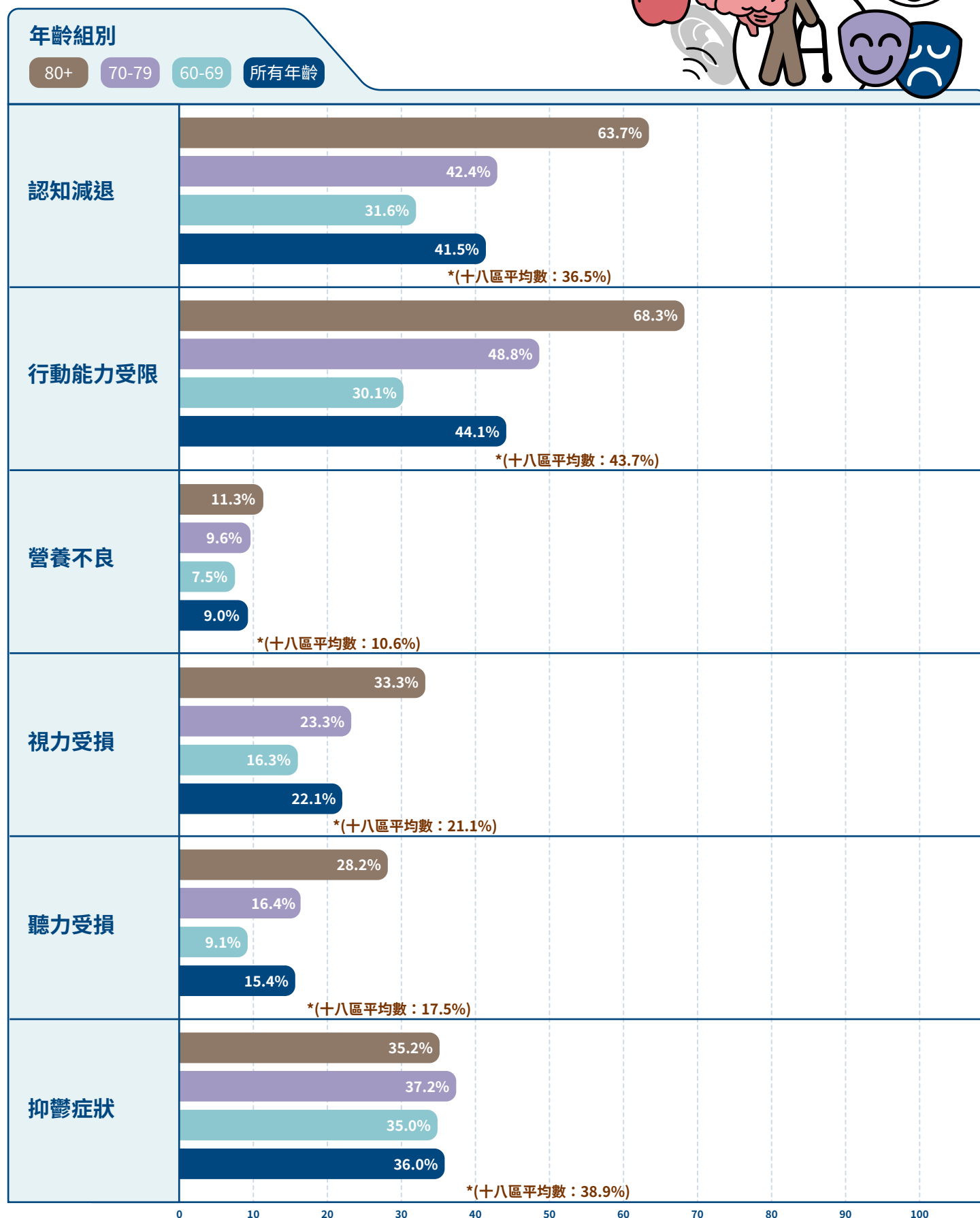
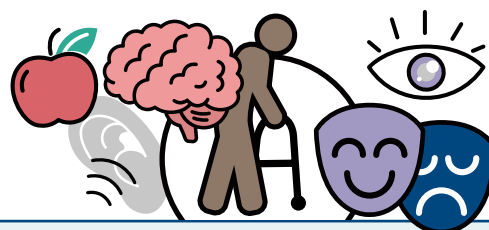
19.7 房屋種類



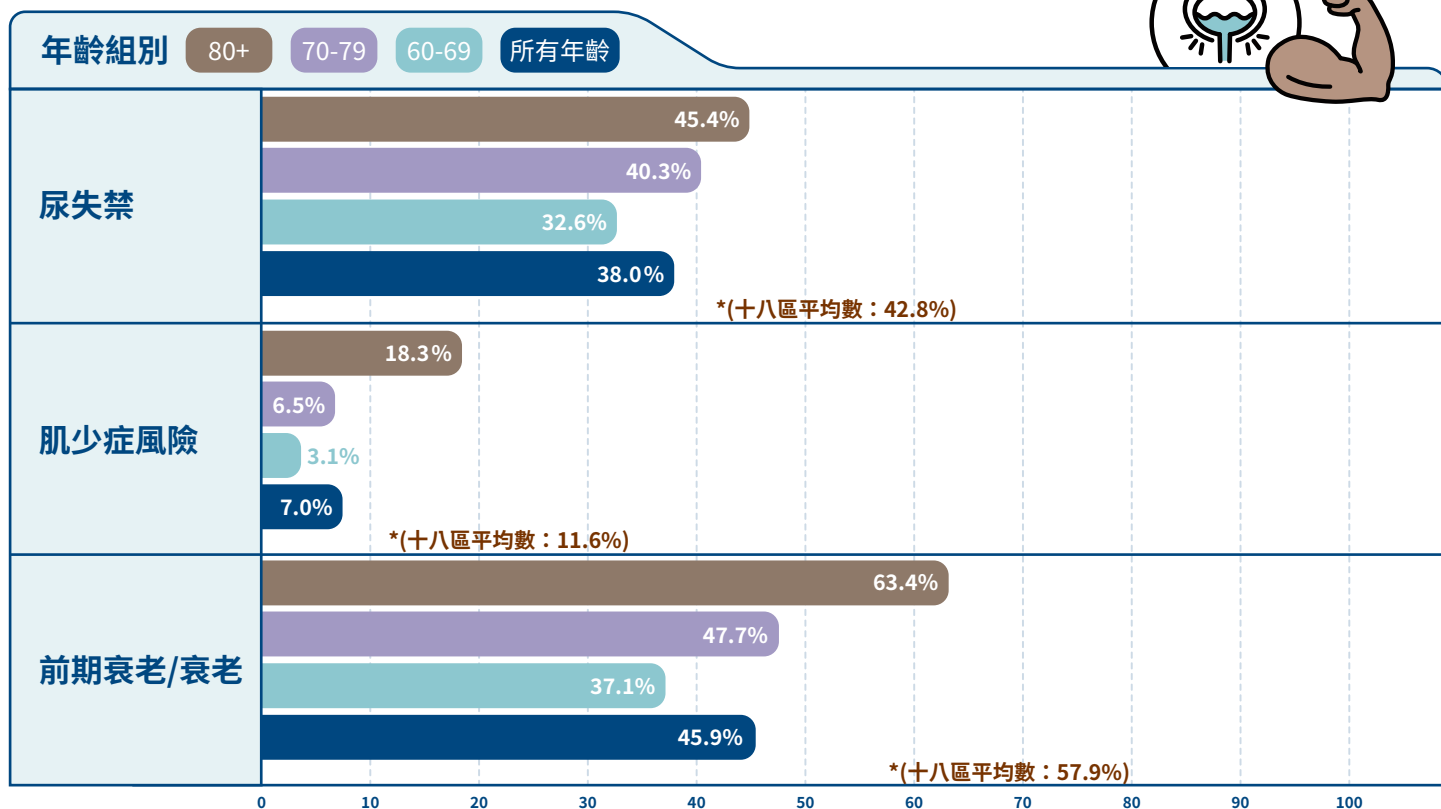
19.8 慢性疾病及藥物使用



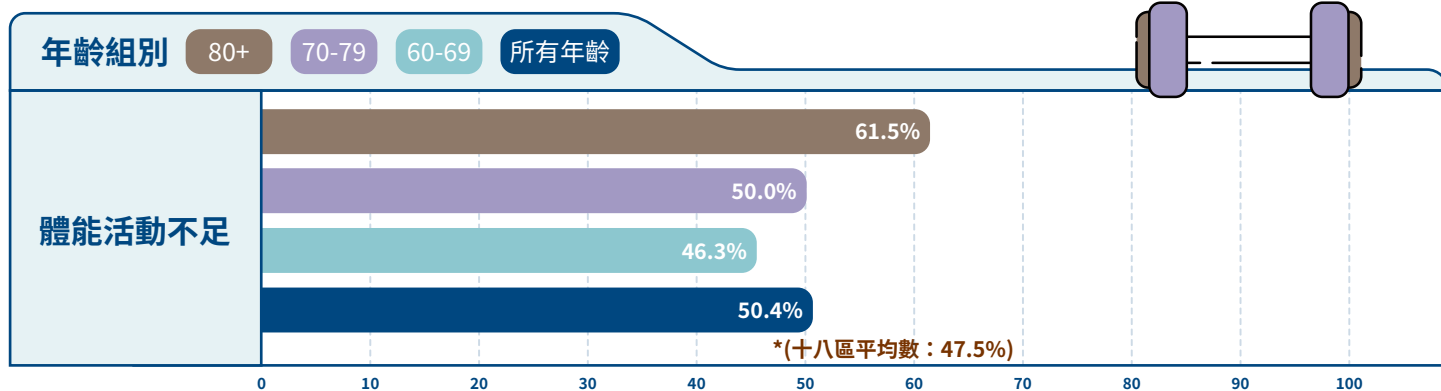
19.9 內在能力



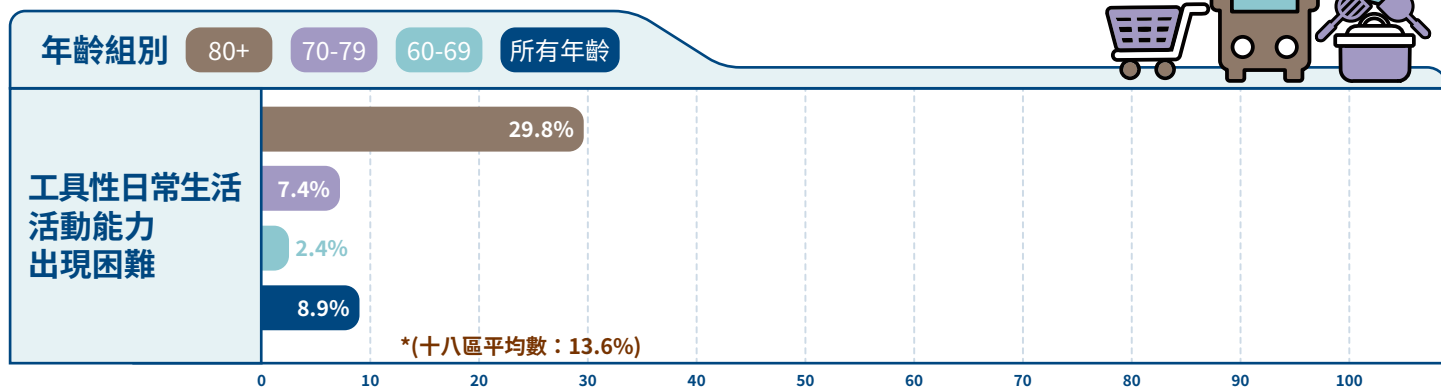
19.10 老年綜合症



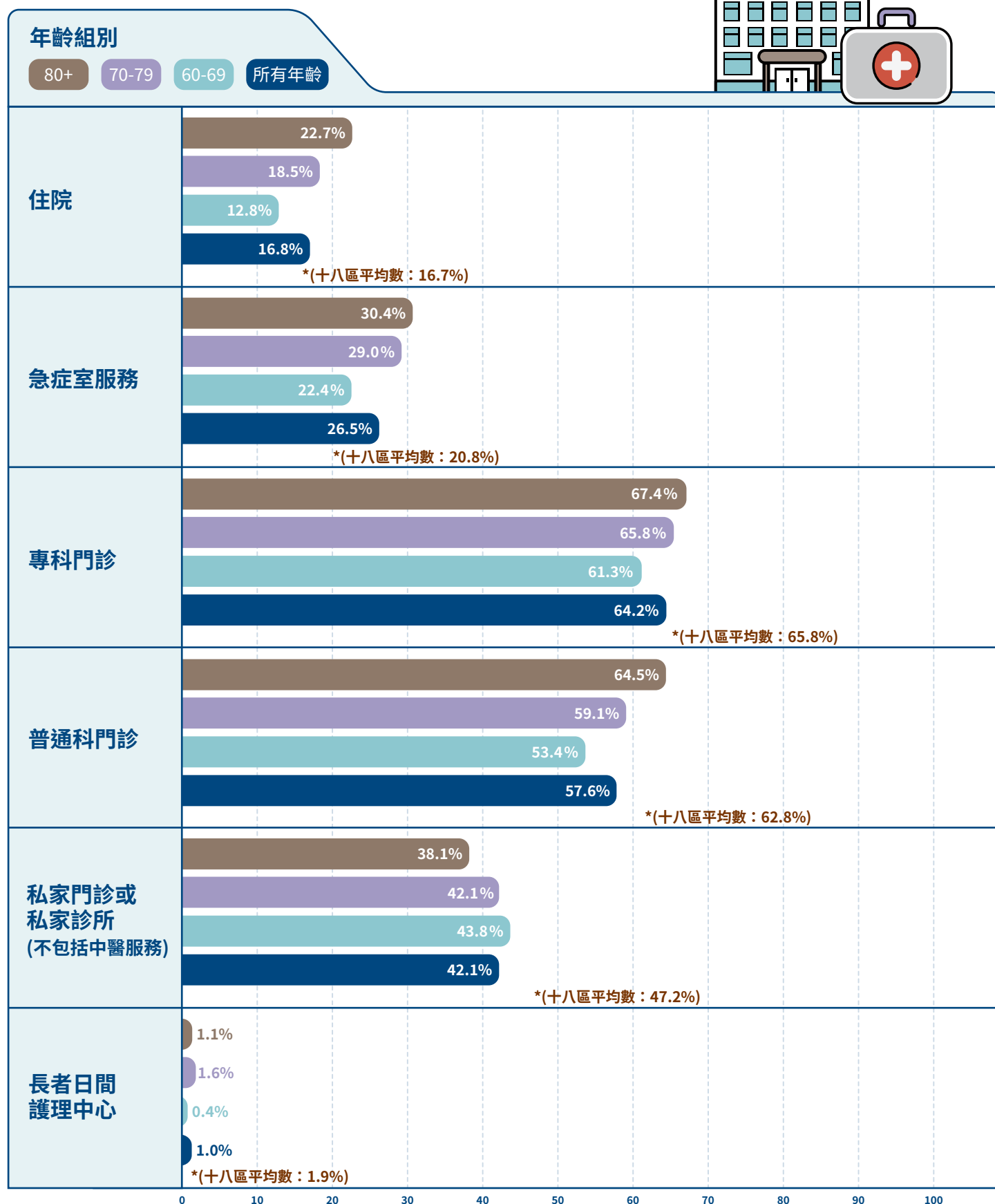
19.11 體能活動



19.12 工具性日常生活活動能力



19.13 醫療及護理服務使用



香港賽馬會「e健康」電子健康管理計劃於2023年1月1日至2025年6月2日期間，在全港18區共157間長者中心為長者中心會員進行「長者健康質素問卷」調查。參與中心包括31間長者地區中心、89間長者鄰舍中心及37間非政府資助的長者活動中心。是次調查旨在全面了解本港長者在人口特徵、慢性疾病及藥物使用、內在能力、老年綜合症及醫療服務使用等範疇的整體及分區情況。每間中心招募約300名60歲或以上在社區居住的長者，合共收集49,997份問卷。

1.目標人口的涵蓋範圍

調查對象為本港年滿60歲或以上，並於社區居住的長者。

2.資料收集方法

所有參加者在進行「長者健康質素問卷」調查前均已了解是次調查的目的和程序，並同意參與是次調查及簽署知情同意書。問卷由曾接受相關訓練的中心職員以面對面方式進行。

3.調查工具及評估範疇

3.1.人口特徵

由參加者自述其年齡、婚姻狀況、教育程度、居住狀況、自覺金錢充裕程度及房屋種類。

3.2.慢性疾病及服用藥物

由參加者自述是否患有以下慢性疾病，包括高血壓、膽固醇過高、糖尿病、心臟病、中風、慢性阻塞性肺病、腎病及其他慢性疾病。

調查亦涵蓋多病共存及多重用藥情況，分別界定為同時患有兩種或以上慢性疾病，及正在服用五種或以上由醫生處方之藥物。

3.3.內在能力

採用世界衛生組織《ICOPE篩查工具(2017年版)》為基礎，並按長者中心實際運作需要作出調整，評估範疇包括：

認知減退：參加者需要記三個詞語(花、門、米)，及回答兩條有關時間定向及空間定向的問題，包括「今天的完整日期是什麼？」及「你現在在哪裡(家中、診所等)」？若參加者無法記起任何一個詞語或無法正確回答任何一條定向問題，則定義為出現認知減退。

行動能力受限：以五次坐立測試評估工具進行評估。若參加者無法在14秒內完成五次坐立，則定義為出現行動能力受限。

營養不良：參加者回答以下兩條問題：「在過去三個月內你的體重有沒有不自覺地下降超過3公斤？」及「在過去三個月內有沒有因為食慾不振、消化問題、咀嚼或吞嚥困難而減少食量？」若參加者對其中任何一條問題回答「有」，則定義為出現營養不良。

視力受損：參加者回答以下問題：「你看東西看得清晰嗎？(連同戴眼鏡或隱形眼鏡)」，並使用李克特量表(1 = 非常好，6 = 非常差)自我評估其視力清晰度，若評分為4分或以上，則定義為出現視力受損。

聽力受損：參加者回答以下問題：「你聽得清楚嗎？(連同使用助聽器)」，並使用李克特量表(1 = 非常好，6 = 非常差)自我評估其聽力清晰度，若評分為4分或以上，則定義為出現聽力受損。

抑鬱症狀：參加者回答以下兩條問題：「在過去兩星期，你是否做任何事都覺得沉悶或者根本不想做任何事？」及「在過去兩星期，你是否感到情緒低落、抑鬱或絕望？」，若參加者對其中任何一條問題回答「是」，則定義為出現抑鬱症狀。

3.4.老年綜合症

尿失禁：參加者回答以下兩條問題：「你有沒有強烈而突然的排尿衝動，導致您在到達廁所之前漏尿？」及「當你咳嗽、打噴嚏、提重物、走路或跑步時，你有沒有出現漏尿？」若參加者對其中任何一條問題回答「有」，則定義為出現尿失禁。

肌少症：以SARC-F評估工具進行評估。若參加者總分為4分或以上，則定義為出現肌少症風險。

衰老：以FRAIL評估工具進行評估。若參加者總分為1分或以上，則定義為出現前期衰老/衰老。

3.5.體能活動

參加者自述每星期進行體能活動時間，若參加者每星期進行少於2.5小時的體能活動，則定義為體能活動不足。

3.6.工具性日常生活活動能力

參加者自述能否完全獨立進行以下活動，包括打電話(沒有特別功能的一般常用電話)、乘搭交通工具(包括上落一般車或船等公共交通工具)、購物(包括選取及運送日用品、餸菜糧食和衣物等)、煮食(包括計劃菜譜、洗切材料及使用爐具等)及個人財物管理(包括交費、到銀行打簿提存、處理日常錢銀開支等)。若參加者無法完全獨立完成一種或以上活動，則定義為工具性日常生活活動能力出現困難。

3.7.醫療及護理服務使用

參加者自述在過去十二個月內是否曾使用以下醫療及護理服務，包括住院、急症室服務、專科門診、普通科門診、私家門診或私家診所(不包括中醫服務)及長者日間護理中心。





賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃
Jockey Club Community eHealth Care Project

製作及出版



香港中文大學
賽馬會老年學研究所

CUHK Jockey Club Institute of Ageing

香港中文大學賽馬會老年學研究所

香港中文大學康本國際學術園6樓602室

<https://www.ioa.cuhk.edu.hk/zh-tw/>

<https://www.jc-ehealth.hk/>

