科研人员提出中国健康八项指数

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/40383.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

科研人员提出中国健康八项指数。中国中医科学院中医临床基础医学研究所研究员王忠、副研究员徐蕊团队围绕中国特色健康评价体系开展研究，系统阐释了中国健康八项指数的理论内涵与核心特征，旨在构建融合中华传统文化与现代健康理念的多维健康评价体系。相关研究成果近日发表于《中医杂志》。

随着健康理念深入人心，如何科学、全面地评估中国民众的健康状态成为重要课题。然而，国际上现有的具有广泛影响力的健康指标体系大多基于西方文化背景，难以完全适配中国人的心身特征和行为模式。在前期研究中，研究团队从儒家、道家、墨家及宋明理学及其后世思想中汲取智慧，提出了包含和谐、笃行、爱心、幸福、安心、创新、充实、适应八项指数的中国健康评价体系。在此基础上，研究团队进一步结合现代心理学、医学和人文学科的科研成果，深入阐释了这八项指数的内涵与特征。

研究显示，和谐指数体现人体内部，人与自然、社会环境的和谐状态；笃行指数关注个体的目标导向与行为自律；爱心指数体现个体对他人和社会的关怀与责任；幸福指数反映个体的生命满足感和价值体验；安心指数注重心身稳态与认知调适；创新指数关注个体突破常规思维，创造性解决问题的能力；充实指数关注持续成长与自我价值实现；适应指数反映个体面对环境变化时的调节能力。这八项健康指数共同构成了一个由内而外、相互关联的健康评价框架，构建了从能力培养到价值实现的完整发展路径。

研究团队表示，该评价体系具有高度的文化适配性和现实应用价值，可为我国民众心身健康状态的评价与健康促进政策的制定提供理论参考。后续研究将以此为基础，开展标准化测评量表研制、循证关联研究与干预方案验证，推动形成具有中国特色的健康评价与健康促进实践体系，为健康中国建设提供新的理论支撑。（来源：中国科学报 赵路）

相关论文信息：https://doi.org/10.13288/j.11-2166/r.2026.12.001

作者：王忠等 来源：《中医杂志》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发