



## 心驚驚 恐怖健康餘命

2013-02-24 記者 蘇品勻 報導

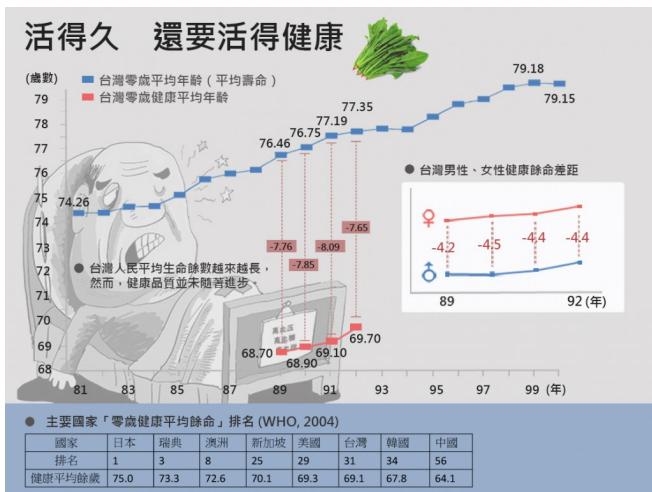
8+1

推文



現代醫療技術的進步，國人平均壽命越來越長，然而，隨著高齡者死亡率的降低、慢性病的人口卻增加，活得久不一定活得健康。WHO在2000年首度公布「健康平均餘命」指標（Healthy Life Expectancy, HALE），與傳統平均餘命不同，健康平均餘命對生命作「質」的估測。「平均餘命」是指預期未來可以活的平均年數，為反映醫療及死亡率變化之具體指標。

2003年的統計資料顯示，我國平均餘命為76.1歲，健康平均餘命為69.7歲，兩者間6.4年的差距，為「不健康壽命」，包含年輕、中年、老年曾受的傷、疾病、慢性病等不健康時期的合計。儘管有人對於「健康」的評斷標準提出質疑，但是「健康平均餘命」的概念，更明確的肯定正確生活習慣的重要性。



現代人更長命，卻也病痛纏身，健康平均餘命為檢視自我生命品質的新指標。（圖片來源／蘇品勻製）

註1、平均餘命：假設一出生嬰兒遭受到某一時期之每一年齡組所經驗的死亡風險後，他們所能活存的預期壽命，即到達X歲以後平均尚可期待生存之年數，稱為X歲之平均餘命；而零歲之平均餘命特稱「平均壽命」。

註2、健康平均餘命：以原有平均餘命為基礎，扣除因不健康狀態損失之年數而調整的平均餘命。係基於現行死亡率及疾病盛行率估算各種健康狀況下，預期可健康生活的年數。

資料來源：行政院主計處。

### 總編輯的話

本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

▲TOP

媒體歷屆廣告

### 推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶
- 關余膚色 我想說的事

### 總編輯的話／郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

### 本期頭題王／洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

### 本期疾速王／吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

### 本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡  
洪詩宸／人物



橙色的季節 唯美「柿」界  
陳思寧／照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方  
許翔／人物



追本溯源 探究大地之聲  
劉雨婕／人物



變化自如 幕後的聲音演員  
張婷芳／人物