

# 规划发展与信息化司

主站首页

首页

最新信息

政策文件

关于我们

专题专栏

动态

## 健康体重管理行动解读稿

发布时间：2025-04-14 来源：规划发展与信息化司

### 一、行动背景

随着经济社会的发展，特别是人口老龄化，居民生产生活方式、饮食结构的变化，我国重大慢性病发展总体呈上升趋势，因慢性病导致的死亡人数比例已经超过80%，慢性病防控形势较为严峻。研究表明，体重水平与人体健康状况密切相关，体重异常特别是超重和肥胖是导致心脑血管疾病、糖尿病和部分癌症等慢性病的重要危险因素，已经成为威胁我国居民健康的重大公共卫生问题。

将健康体重管理纳入健康中国专项行动中予以积极推动和倡导，促进全民健康，既是普及健康生活方式，提高居民健康素养的需要，更是坚持预防为主，推动慢性病防控关口前移的必要举措。

### 二、行动目标

明确了到2030年，实现体重管理支持性环境广泛建立，全民体重管理意识和技能显著提升，健康生活方式更加普及，全民参与、人人受益的体重管理良好局面基本形成，人群超重肥胖上升趋势初步减缓，部分人群体重异常状况得以改善。

### 三、行动主要内容

（一）工作措施。围绕行动目标提出2个方面8条主要工作措施。在个人和家庭层面，提出要正确认识体重，科学管理体重，掌握体重管理技能。在社会和政府层面，提出加强科学普及和宣传倡导，发挥专业技术优势、规范体重管理服务模式，积极营造良好的体重管理社会支持性环境，倡导健康消费新理念，加强体重监测与效果评估等工作任务。

（二）主要指标。围绕行动目标提出2个方面4个指标。在个人和社会方面，倡导个人掌握体重管理知识与技能，倡导家庭、医疗卫生机构、学校、机关企事业单位、宾馆等配置体重秤。在政府工作方面，要求编制和发布体重管理权威信息，倡导推动体重管理科普宣教进家庭、进社区、进医疗卫生机构、进机关企事业单位、进宾馆、进餐馆食堂等。

相关链接：[全国爱卫会关于将健康体重管理行动等3个行动纳入健康中国行动的通知](#)