

澳洲四分之一中學生超重 成為日後慢性病高危險群

駐澳大利亞代表處文化組

25年來採訪規模最大的一次調查結果顯示，竟有高達四分之一的澳洲中學生體重超標，懶得動彈和胡亂食用垃圾食品成為青少年生活中的常態，這一現象被健康專家稱為澳洲國民健康的“慢性病定時炸彈”。

來自近240所澳洲中學的1萬2千名學生參加了這次調查，結果發現每四個學生中就有一人超重或肥胖。每日攝取推薦量蔬菜和水果的學生只占14%，高達85%的學生從不參加任何鍛煉，也不認為體育鍛煉對健康有益。

澳洲癌症理事會（Cancer Council Australia）執行長奧爾夫（Ian Olver）表示，這些調查結果應當給教育者、健康專家和家長同時敲響警鐘。“慢性病定時炸彈”對國民健康體系和人均壽命的威脅正在不斷升高。如果還有人未意識到這一風險，現在是該覺醒的時候了。奧爾夫指出，當這些肥胖的學生成年後，像癌症這樣的慢性病將越來越易纏身，國民人均壽命也可能出現史上第一次的降縮。

2010年度的這份調查是自1985年《8-11歲學生健康調查》後開展的第一份《全澳中學生實際活動調查》，是依據澳洲癌症理事會和澳洲心臟基金會（National Heart Foundation）的委託所完成的。

此外調查結果亦指出，生活在較貧困地區的青少年，飲食不健康且出現體重問題的可能性也更高。澳洲心臟基金會執行長羅伯茨（Lyn Roberts）表示，政策制定者應為這些調查結果感到不安；這份調查證實了長久以來的擔憂，現在的高中生就可能是未來的心臟病高危險群。

Source：2011年02月09日 Daily Chinese Herald