



香港大學民意研究計劃

# 「腸道與健康美」意見調查

彭嘉麗小姐

香港大學民意研究計劃助理總監

2013年5月8日

# 研究背景

- \* Green Science於2013年3月委託香港大學民意研究計劃(民研計劃)進行是次「腸道與健康美」意見調查，訪問年齡介乎18至45歲並操粵語的香港女性。
- \* 調查的主要目的為瞭解香港女性對腸道健康的認知和經驗。
- \* 調查問卷由民研計劃諮詢Green Science後獨立設計，所有操作、數據收集及分析由民研計劃獨立進行，結果亦由民研計劃全面負責。
- \* 調查方法和結果全面公開。

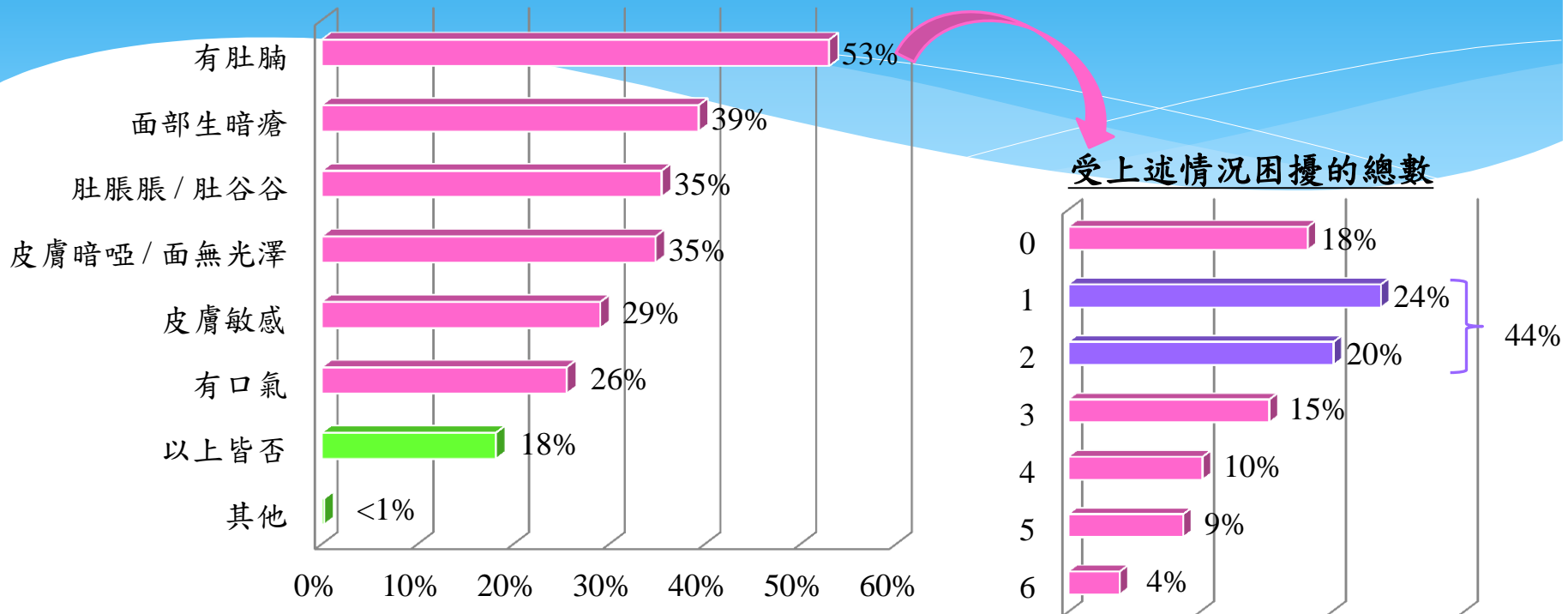
# 樣本資料

- \* 訪問日期：2013年4月16至25日
- \* 訪問對象：年齡介乎18至45歲並操粵語的香港女性
- \* 調查方法：由女性訪員直接進行電話訪問，訪員在成功接觸目標住戶後，再從住戶內找出一位符合條件的女士接受訪問。
- \* 樣本數目：503 個成功個案
- \* 有效回應比率：53.4%
- \* 抽樣誤差：在95%置信水平下，少於 +/- 4.5個百分比

# 調查結果

# 香港女性美容外觀問題 與排便情況

# 過半數被訪者於過去六個月內曾因有肚膈而受困擾 逾四成受1-2種情況困擾



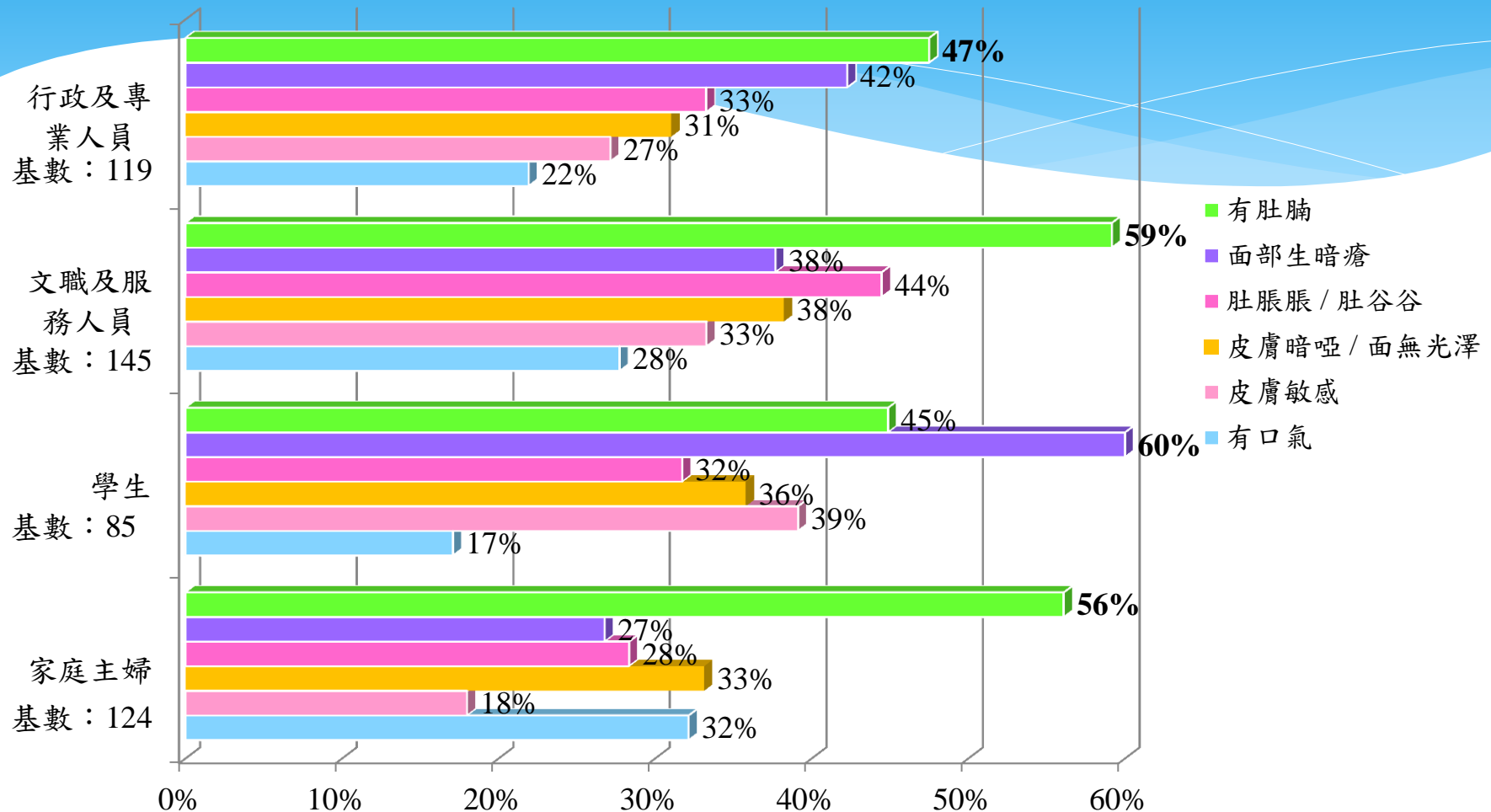
平均數	誤差(+/-)	回答人數
2.2*	+/-0.8	503
2.7#	+/-0.7	412
*包括0, #不包括0		

0% 10% 20% 30%

基數：503

[Q1] 請問你喺過去6個月內，有無出現過以下嘅情況而令你覺得困擾？[訪員讀出1-6項，次序由電腦隨機排列，可選多項]

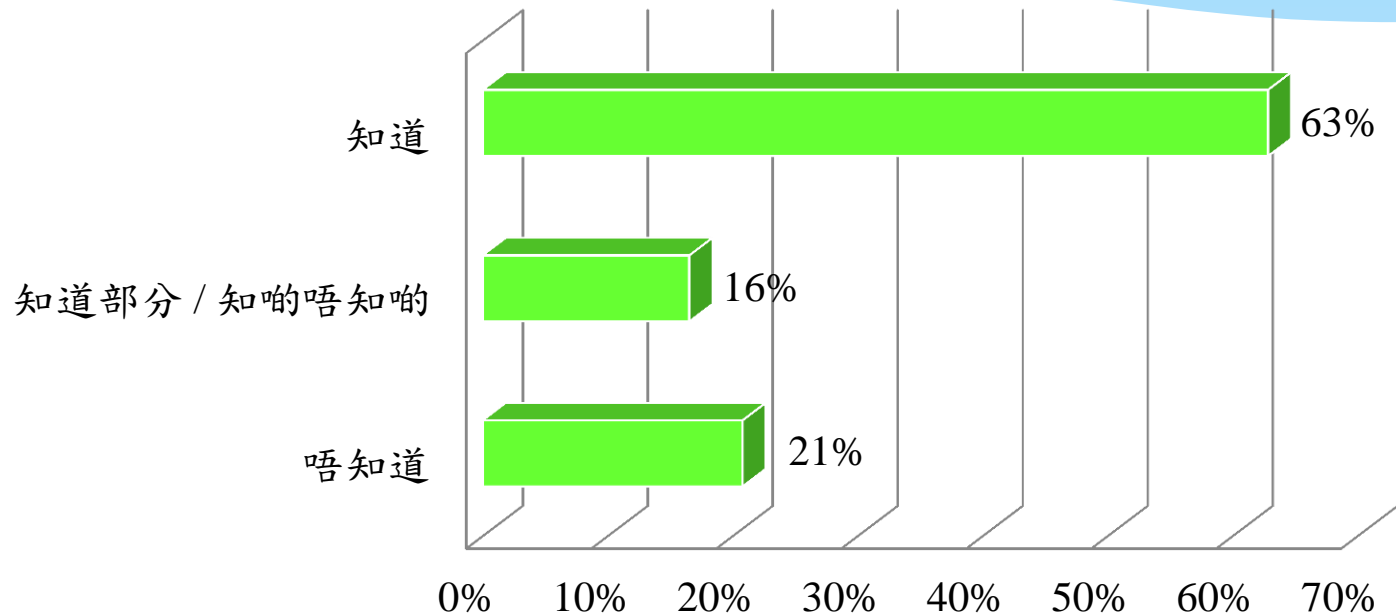
# 行政及專業人員、文職及服務人員和家庭主婦最受肚膈的問題困擾，學生則較受暗瘡問題困擾



[Q1] 請問你喺過去6個月內，有無出現過以下嘅情況而令你覺得困擾？[訪員讀出1-6項，次序由電腦隨機排列，可選多項]\* 職業

\*\*結果在99%置信水平(即 $p < 0.01$ )下，於統計學上有明顯差異

## 超過六成被訪者知道上述情況可能與排便不暢順有關

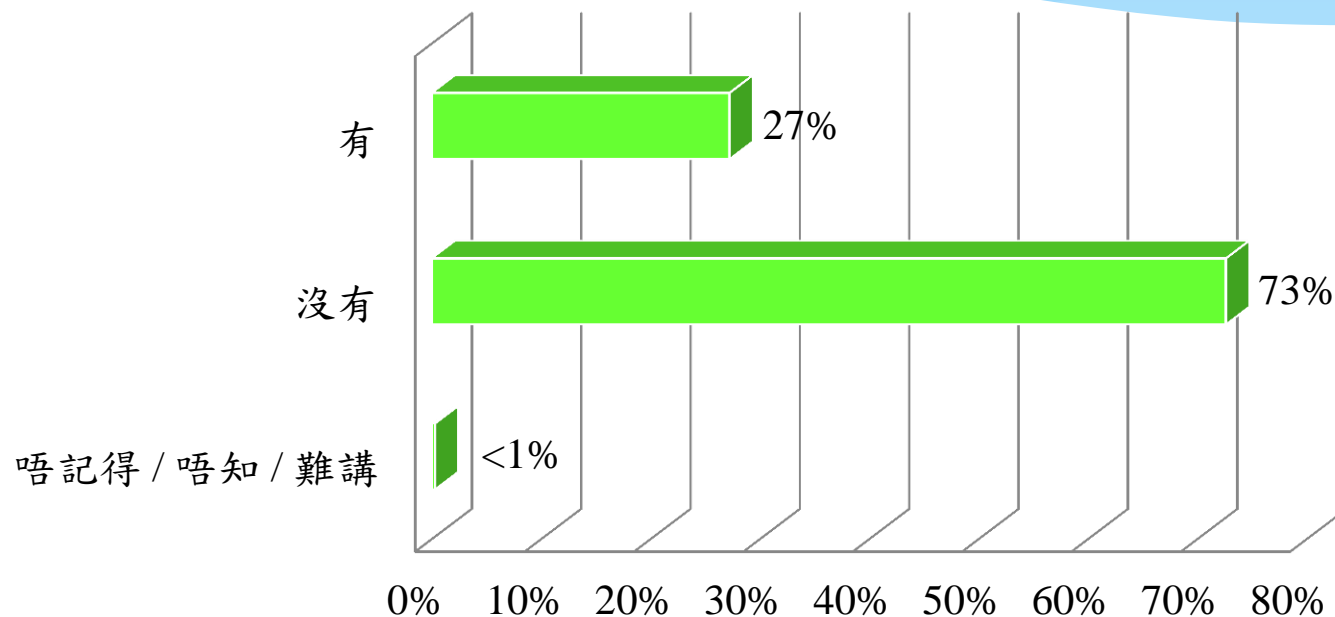


基數：502

[Q2] 咁你知唔知道上述嘅情況可能係同排便唔暢順有關？



## 超過七成被訪者自覺在過去六個月內沒有排便問題



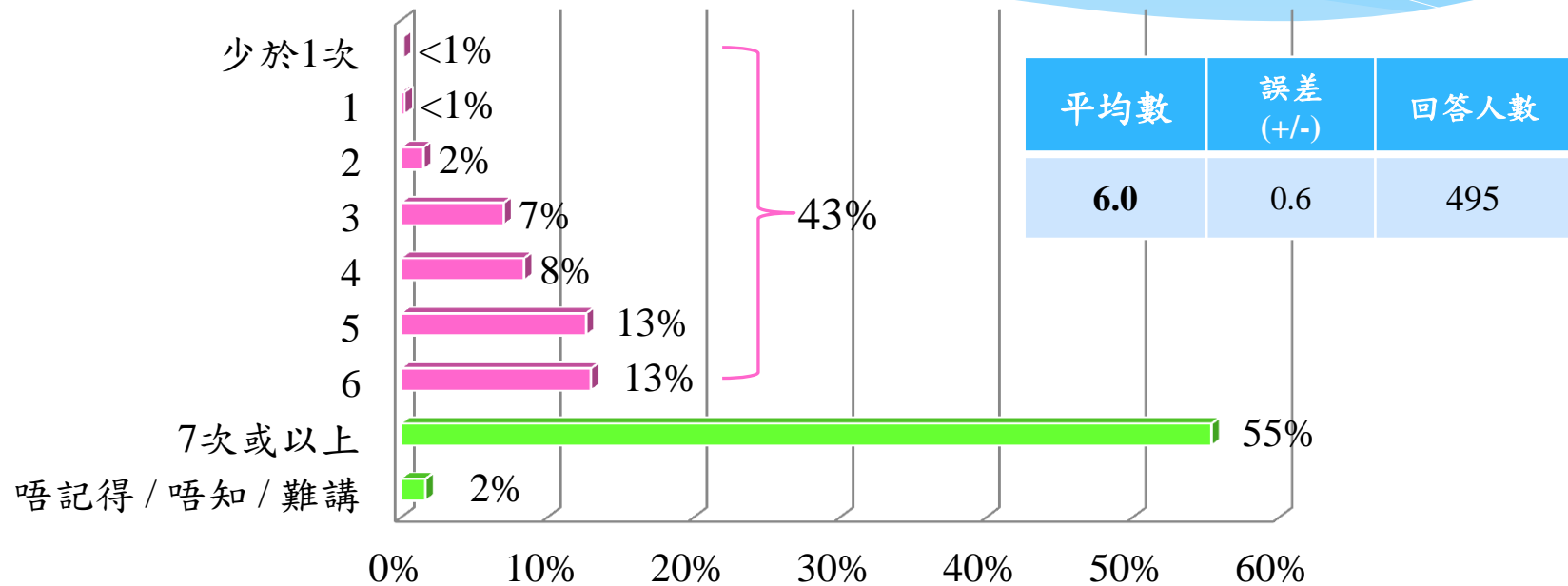
基數：503

[Q3] 喺過去6個月內，你認為自己有無排便嘅問題？

# 香港女性的排便質素

# 逾半數被訪者平均每星期排便七次或以上

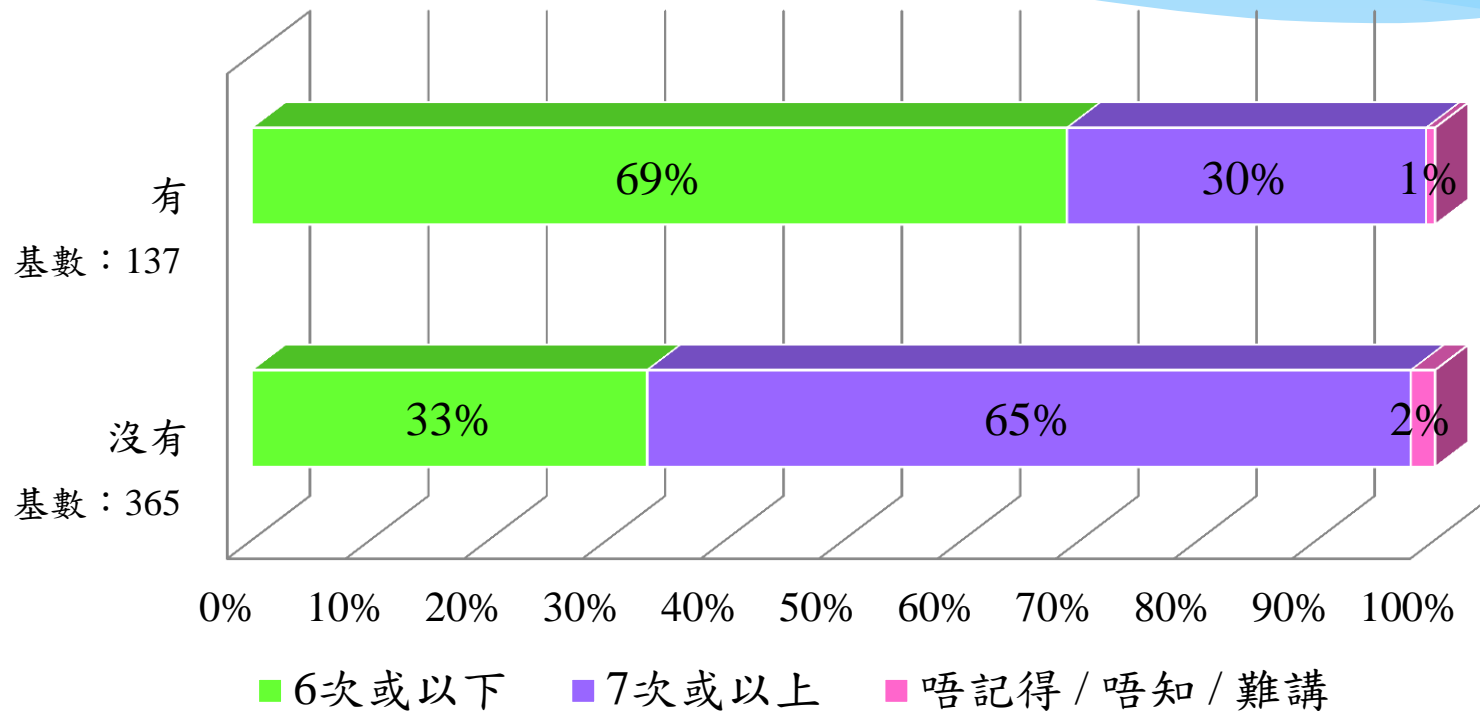
## 超過四成則並非每天都有排便



基數：503

[Q4] 咁請問你通常平均每星期排便幾多次？

# 自覺有排便問題的受訪者當中，近七成並非每天有排便，較自覺沒有排便問題的多出三成六

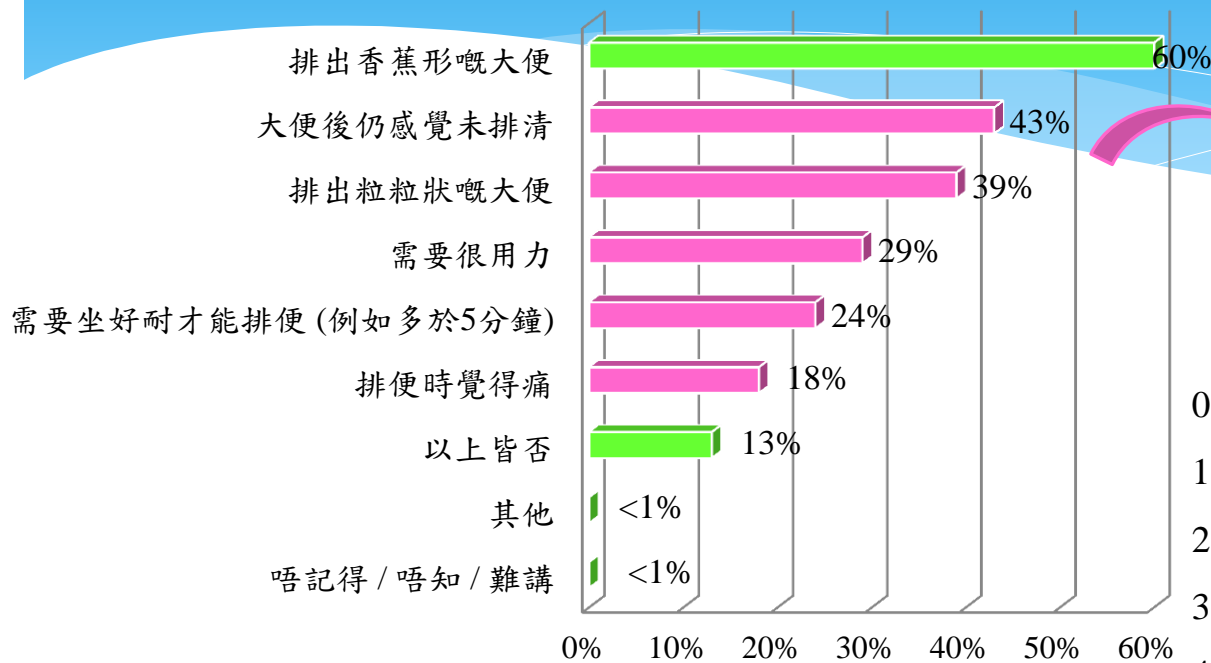


[Q3] 喺過去6個月內，你認為自己有無排便嘅問題？\* [Q4] 咁請問你通常平均每星期排便幾多次？

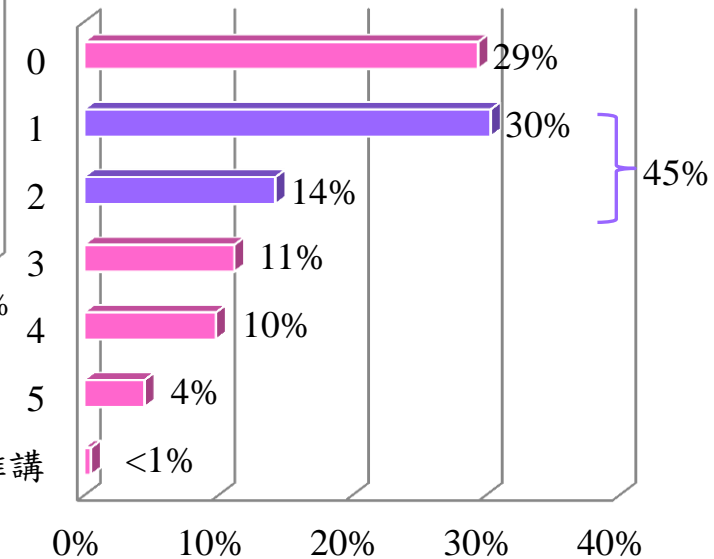
\*\*結果在99%置信水平(即 $p < 0.01$ )下，於統計學上有明顯差異

# 約三成被訪者完全沒有排便問題

## 大便後感覺未排清為最普遍的問題



### 排便不暢順情況的總數



平均數	誤差(+/-)	回答人數
1.5*	+/-0.7	499
2.2#	+/-0.7	352

\*包括0, #不包括0

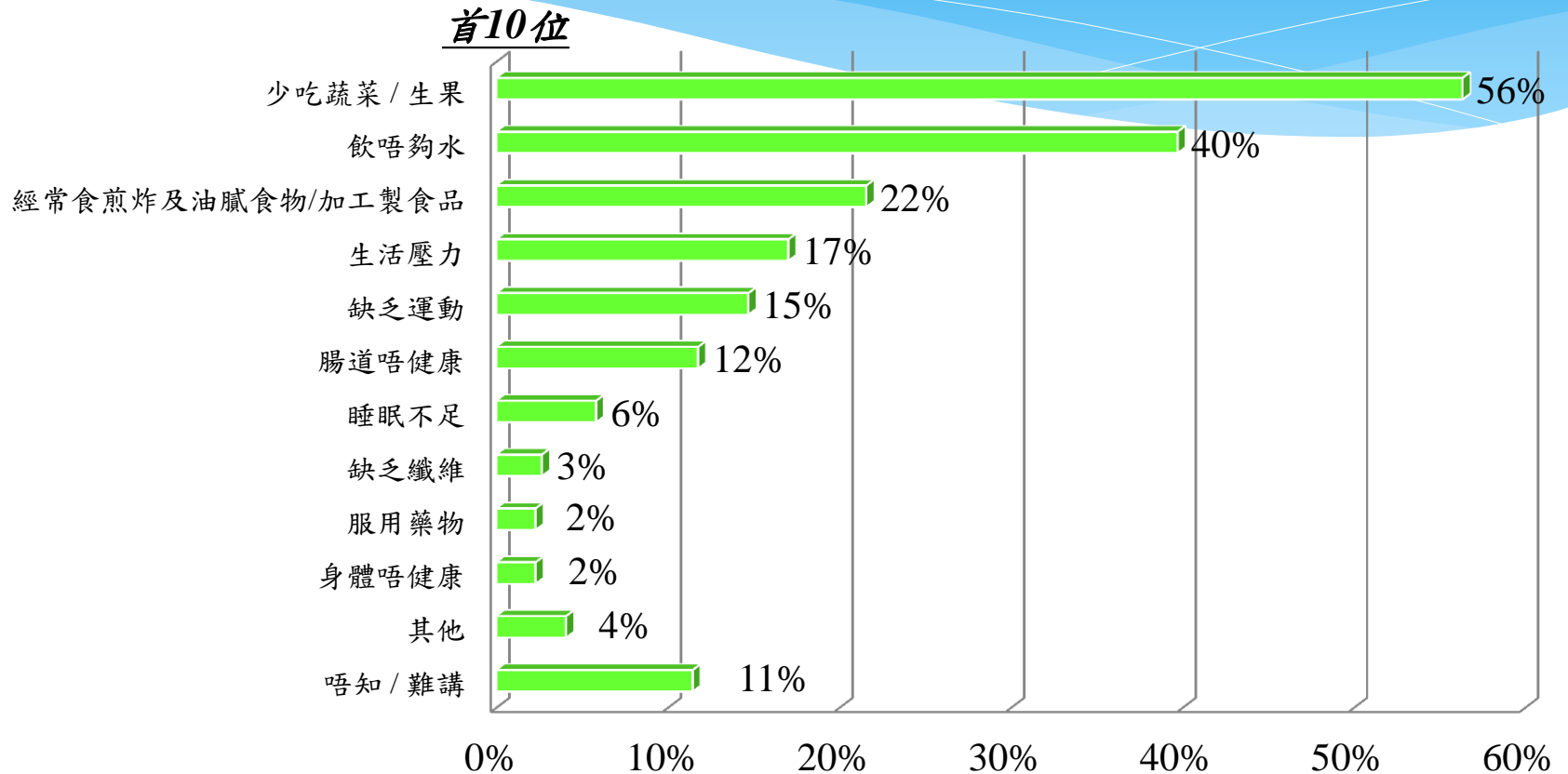
唔記得 / 唔知 / 難講

基數：502

[Q5] 同樣喺過去6個月內，請問你排便嘅時候有無試過出現以下嘅情況？[訪員讀出1-6項，次序由電腦隨機排列，可選多項]

# 香港女性對腸道健康的認識

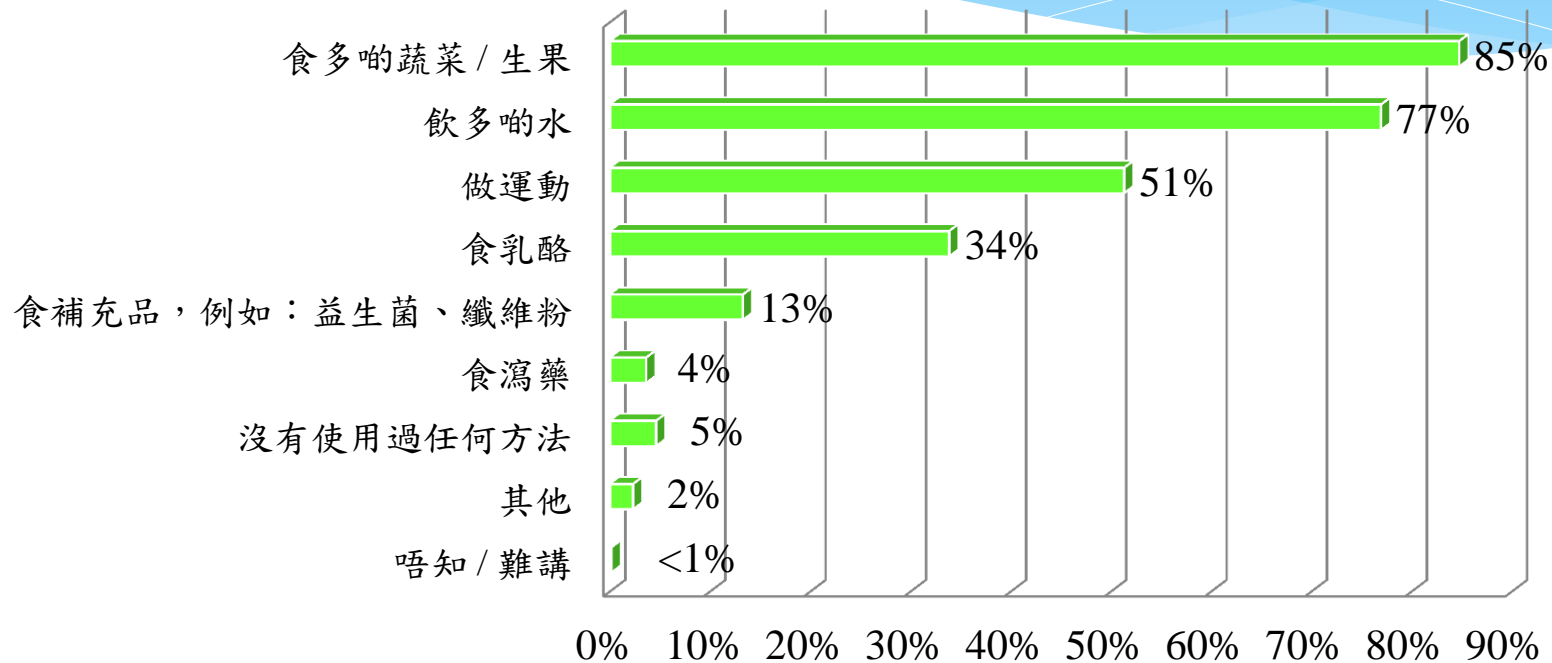
# 被訪者認為排便不暢順的主因是 少吃蔬菜 / 水果及少喝水



基數：503

[Q6] 如果排便需時或費力 / 大便唔係呈香蕉形 / 排便後仍感覺未清，其實都屬於排便唔暢順嘅表現，咁你認為有咩原因會導致呢啲情況？[不讀答案，可選多項，訪問員請追問：仲有呢？]

# 因此，大部分受訪者皆以多吃蔬果及多喝水來改善排便

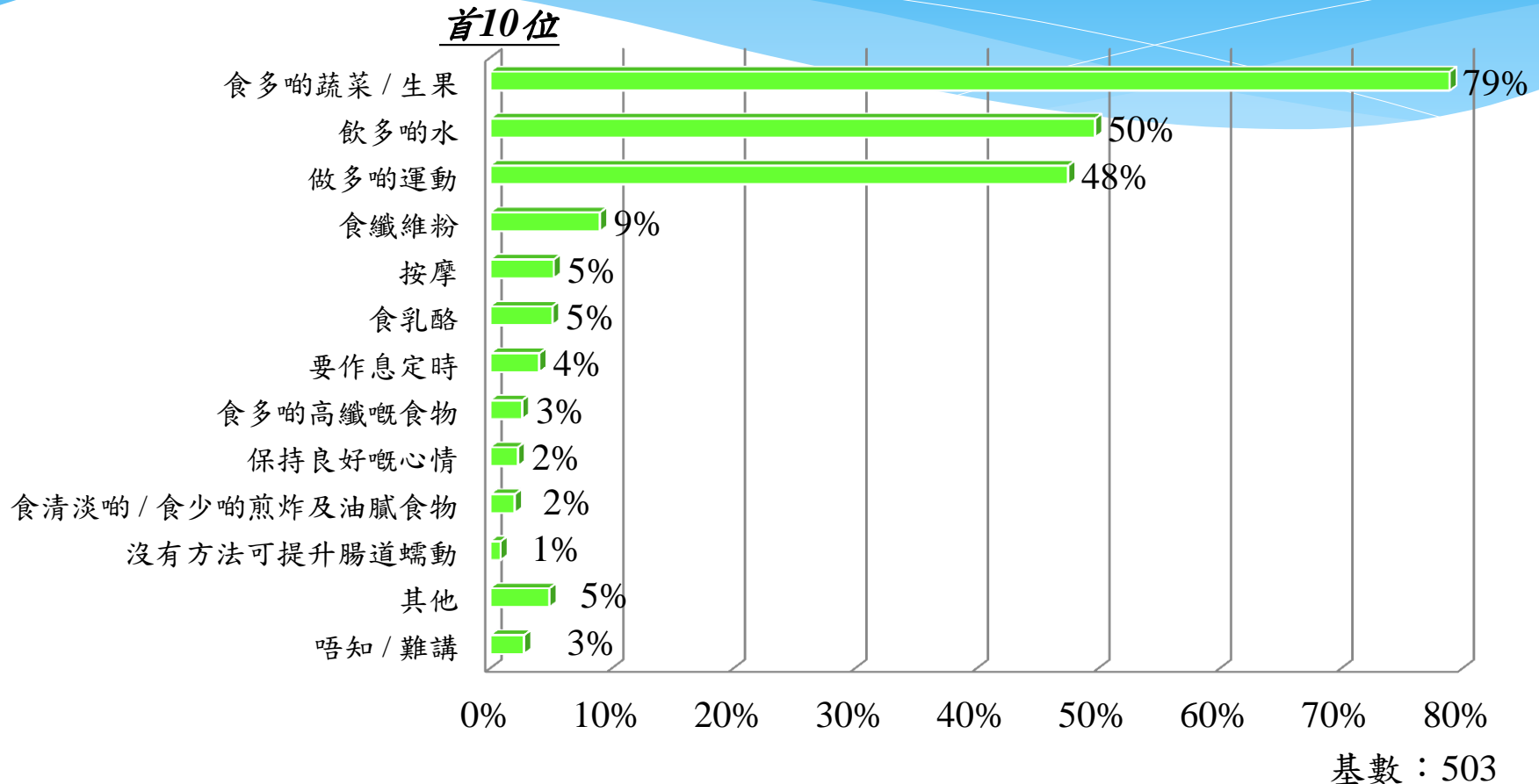


基數：503

[Q8] 你有無試過用以下嘅方法去改善排便嘅情況? [訪員讀出1-6項，次序由電腦隨機排列，可選多項]

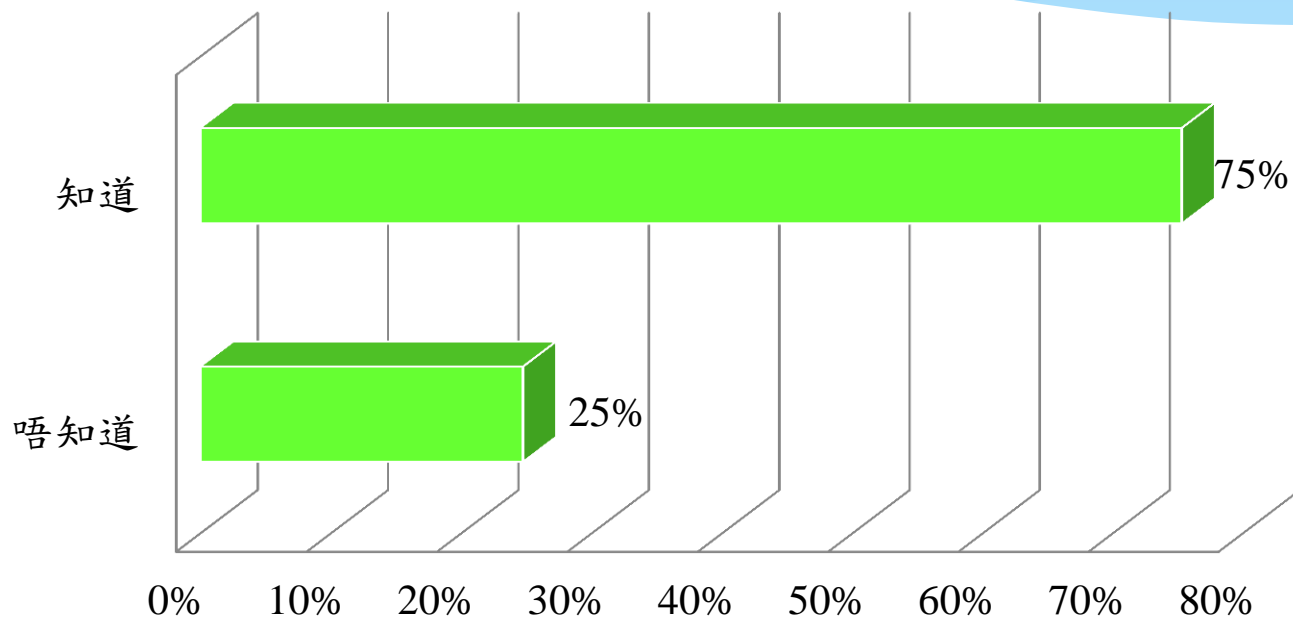


# 同樣地，被訪者認為最有效提升腸道蠕動的方法是多吃蔬果



[Q7] 你認為有咩方法最有效提升腸道蠕動？[不讀答案，可選多項，訪問員請追問：仲有呢？]

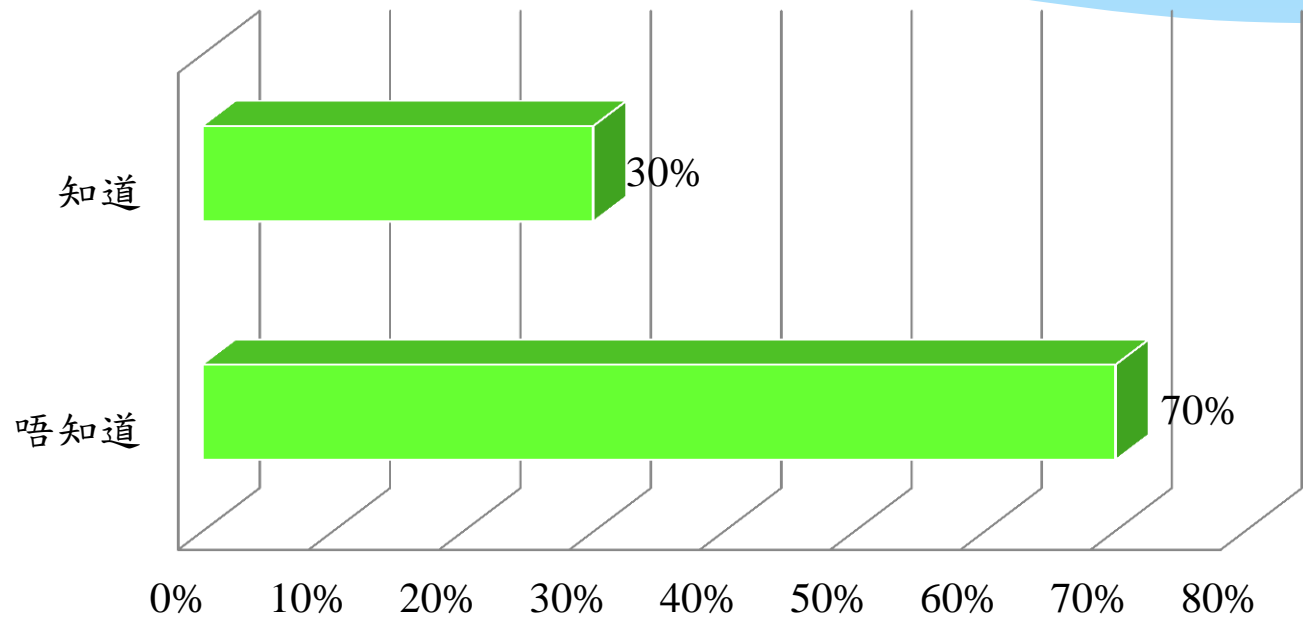
# 四分三被訪者知道腸道內有益生菌 和壞菌之分



基數：502

[Q9] 你唔知道腸道內有益生菌同壞菌？

# 然而，只有三成知道 益生菌和壞菌的比例 會影響腸道蠕動

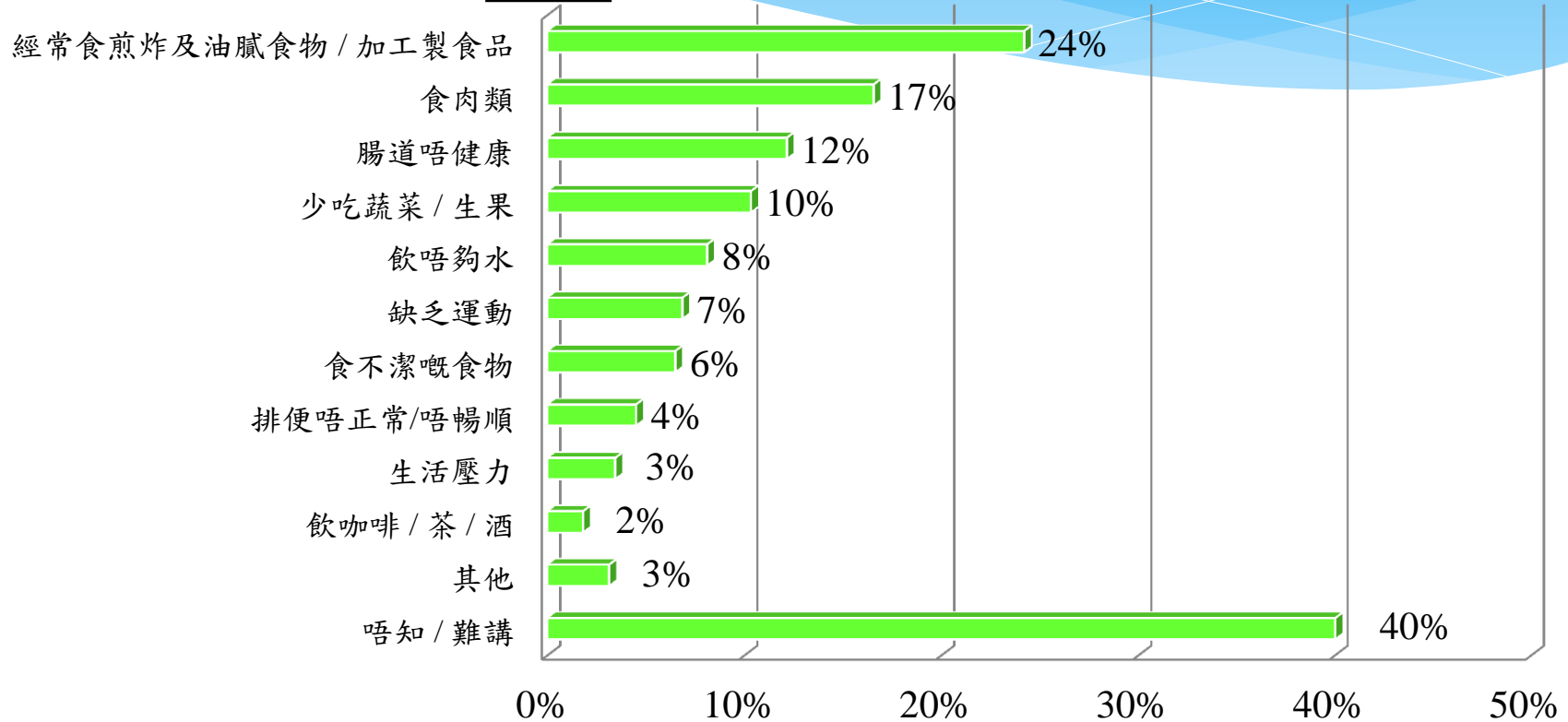


基數：502

[Q10] 咁你知唔知道益生菌同壞菌嘅比例會影響腸道蠕動？

# 最多被訪者認為經常吃煎炸及油膩食物 / 加工製食品會增加腸道內壞菌的形成，但多達四成表示對此沒有認知

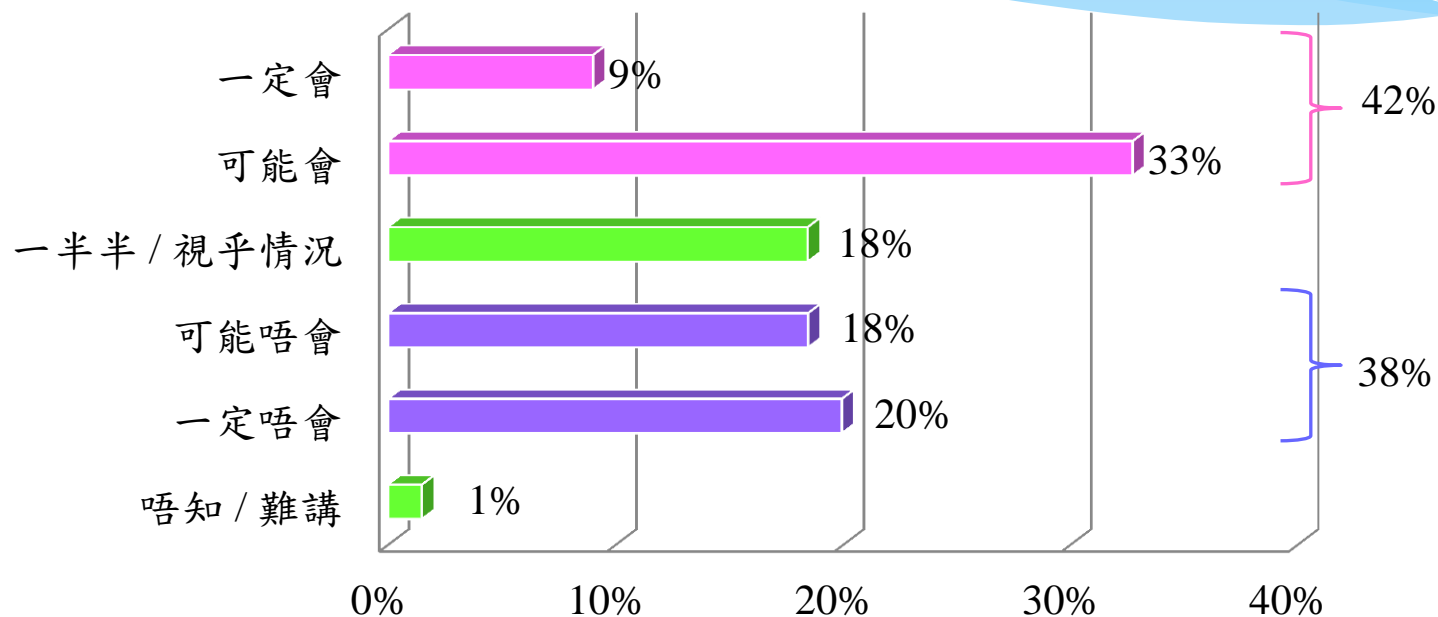
## 首10位



基數：501

[Q11] 你認為有咩原因會增加腸道內壞菌嘅形成？[不讀答案，可選多項，訪問員請追問：仲有呢？](如果答「唔健康嘅食物 / 飲食習慣」等，訪問員請追問：係邊啲食物呢？)

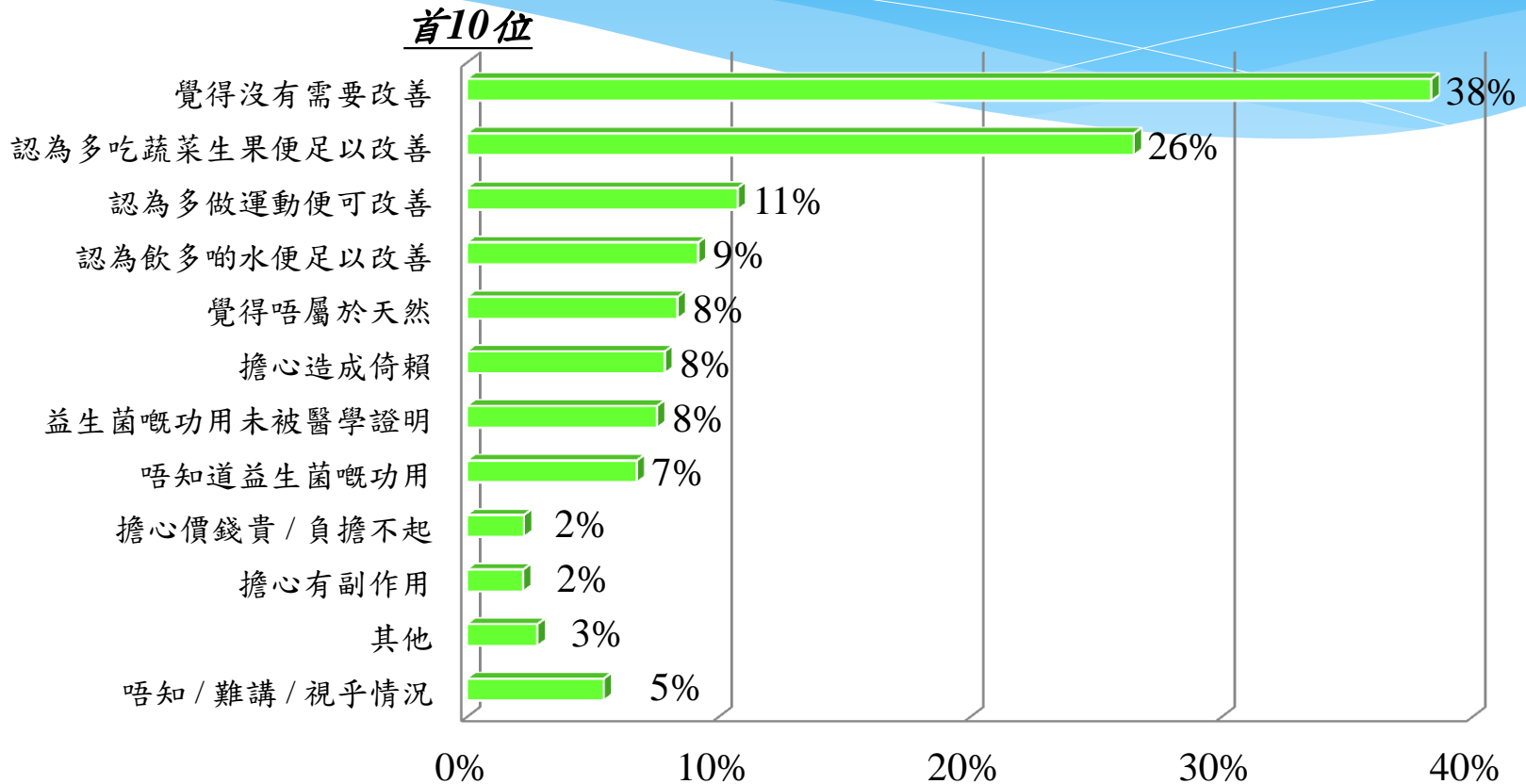
## 考慮與不考慮服用益生菌的被訪者各佔約四成



基數：502

[Q12] 如果你知道益生菌係屬於天然嘅，並有助改善排便情況及調節腸道健康，你會唔會考慮服用？[訪員追問程度]

# 近四成未必 / 唔考慮補充益生菌的受訪者覺得沒有需要靠補充品來改善排便

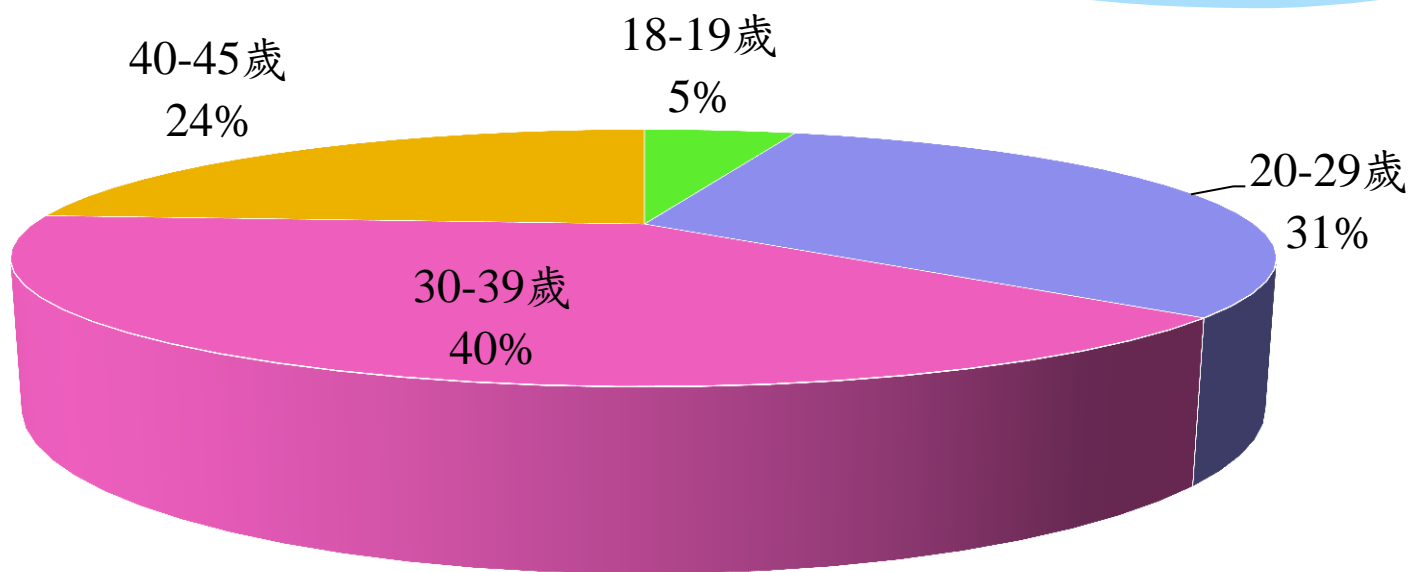


基數：283

[Q13] [只問Q12答“一半半 / 視乎情況”、“可能唔會”、“一定唔會”者，基數=285] 點解你未必 / 唔考慮補充益生菌來改善排便呢？[不讀答案，可選多項，訪問員請追問：仲有呢？]

# 被訪者個人資料

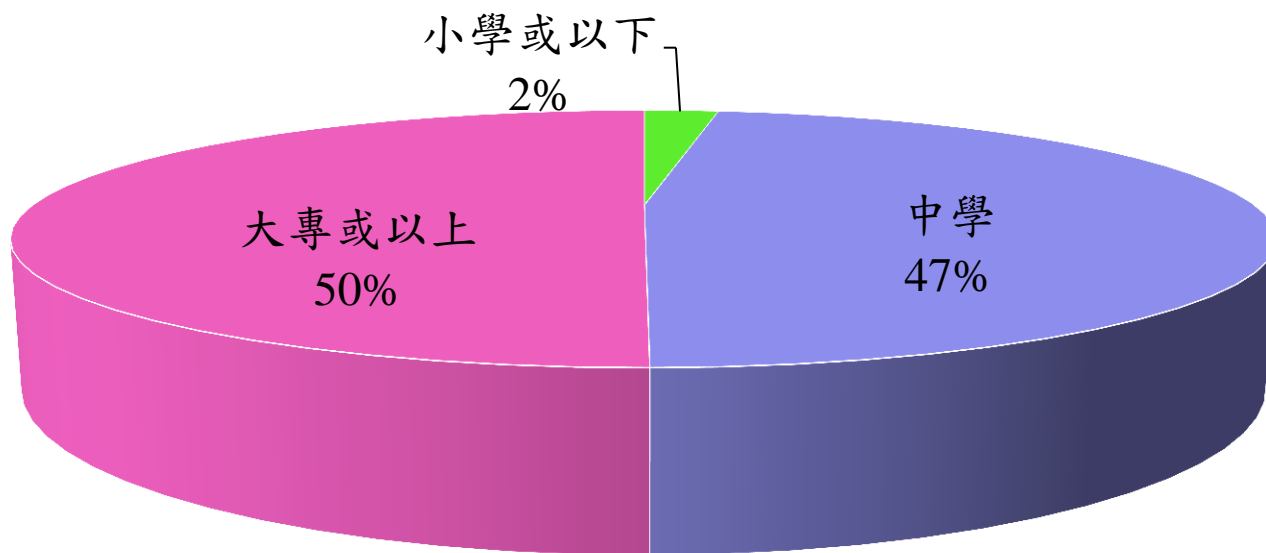
# 年齡



基數：499

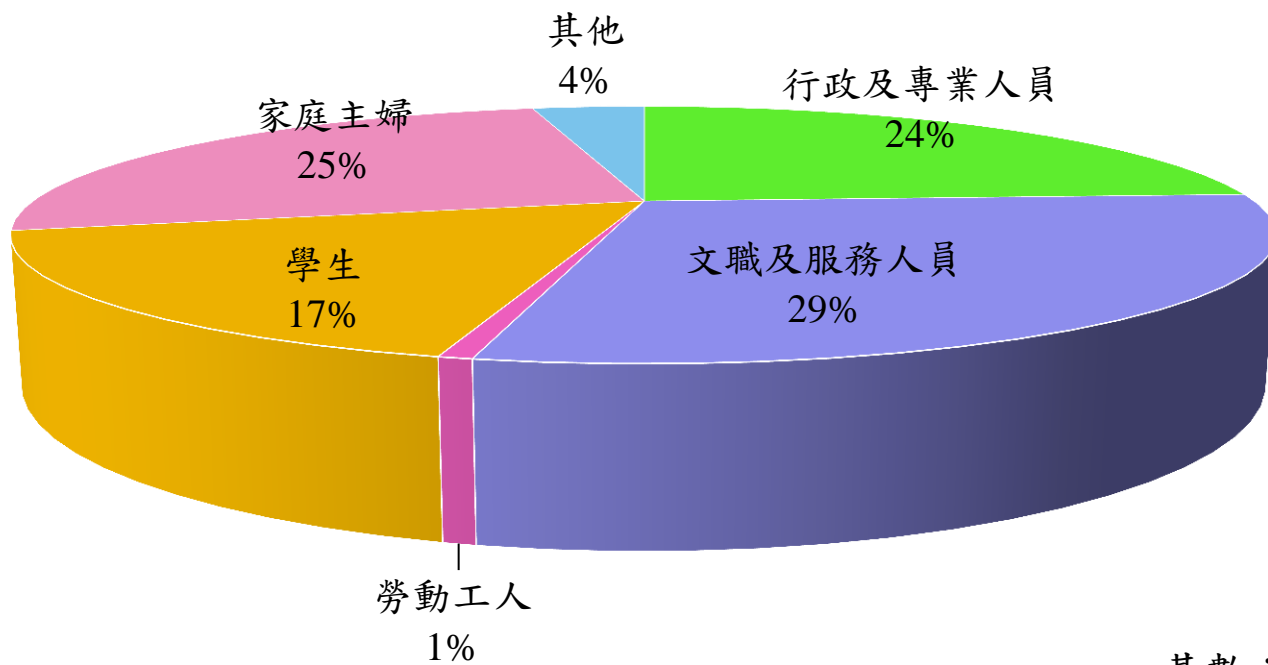


# 學歷



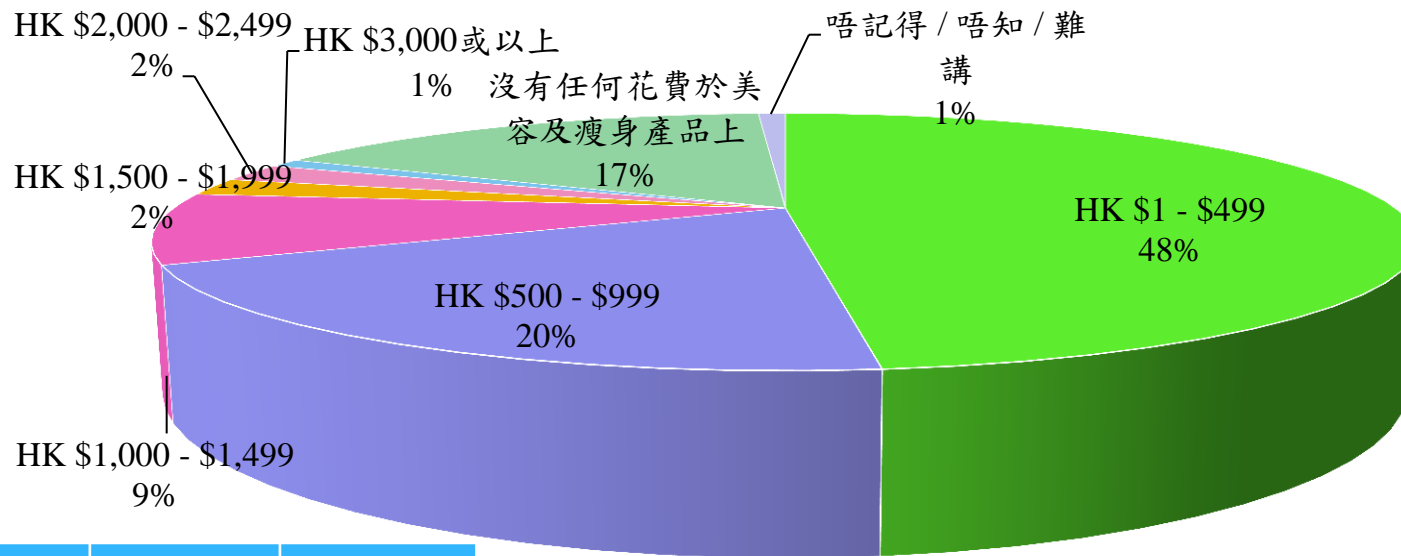
基數：496

# 職業



基數：496

# 平均每月於美容及瘦身產品的花費



平均數	誤差 (+/-)	回答人數
\$504.8*	+/-24.9	492
\$607.5#	+/-27.3	409

基數：497

\*包括"沒有任何花費於美容及瘦身產品上"  
#撇除"沒有任何花費於美容及瘦身產品上"

# 總結

# 總結

- \* 結果顯示，不少被訪者在過去6個月曾受「有肚膈」、「面部生暗瘡」、「肚脹脹 / 肚谷谷」、「皮膚暗啞 / 面無光澤」、「皮膚敏感」和「有口氣」的問題所困擾；逾六成知道上述情況可能與排便不暢順有關。
- \* 大部分被訪者自稱於過去六個月內並無排便問題。實際上，當中有逾四成不是每天都有排便。
- \* 被訪者平均每星期排便六次。超過四成曾出現一至兩種排便不暢順的情況，當中最常見的為「大便後仍感覺未排清」和「排出粒粒狀的大便」。

# 總結

- \* 對於排便不暢順的原因及有效提升腸道蠕動的方法，絕大部分被訪者皆認為只要多吃蔬菜、水果及多喝水就可以改善問題。
- \* 超過七成被訪者表示知道腸道內有益生菌和壞菌之分。然而，同樣有多達七成被訪女性不知道益生菌和壞菌的比例會影響腸道的健康。
- \* 當被訪者知道益生菌有助改善排便情況及調節腸道健康，而且屬於天然，逾四成表示會考慮服用。而未必/不考慮服用益生菌的被訪者主要認為沒有這個需要。

# 報告完畢

詳細報告結果，請瀏覽

<http://hkupop.hku.hk>