# 2025
# 中国成人健康管理洞察




© Ipsos | 2025中国成人健康管理

# Ipsos全球领先的市场研究集团

长期服务的头部客户

**5,000+**

业务覆盖全球市场

**200+**

**90+**

市场有办公室

**20,000+**

员工




© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

# 聚焦挑战 赋能增长

## 前瞻

前瞻创新和品类增长的机会

**挖掘未满足需求**

运用社会学和人类学等新技术前瞻变化趋势，挖掘用户潜在需求，寻找创新布局和品类增长的机会

## 定位

在复杂多变的市场中寻求准确定位并实现增长

**市场进入、细分、定位**

赛道评估，市场进入；市场细分，目标市场定位；识别增长机会。

## 品牌

通过品牌主张与用户产生共情

**品牌价值创造**

3i品牌增长路径（inspire心动，invest行动，influence带动），助力品牌成为用户的首选。

## 创新

提升创新成功率

**崭新的创新路径**

3D（Discover，Define，Develop），全新的用户创新流程，实现真正的创新。

## 渠道

优化线上与线下渠道表现

**挖掘社交电商潜力，优化线下渠道效率**

分析社媒触点，优化KOX组合，从心智种草到销售转化；分析渠道规模，优化产品组合和价格策略，监测渠道执行。实现渠道收益最大化。

## 体验

提升NPS，提升CLV

**客户体验管理**

体验旅程梳理、指标体系建立、管理平台部署、智能运营，提升用户NPS和全生命周期价值（CLV）。

## 增长

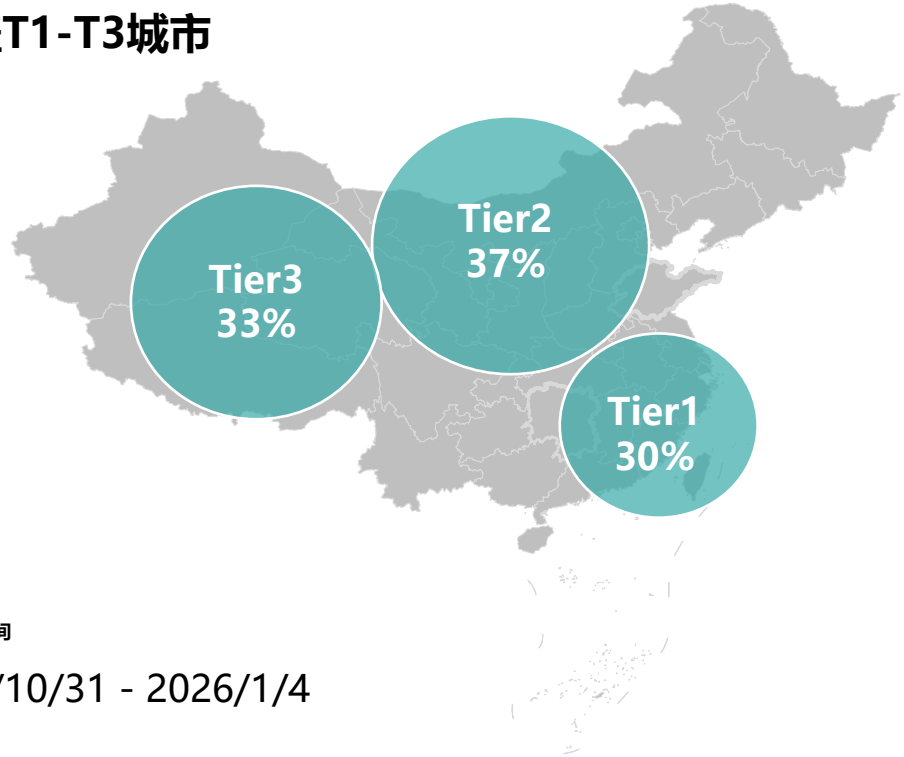
赋能持续增长

**商战模拟，营销组合建模，ESG & 增长战略**

商业竞争策略模拟工具，推演竞品策略演进及影响，优化决策，确立竞争优势；
营销组合预测工具，优化决策，提高营销效率；
ESG策略赋能持续增长;
私域用户运营策略及落地，提升用户全生命周期价值。

# 2025年中国成人健康研究

## 覆盖T1-T3城市

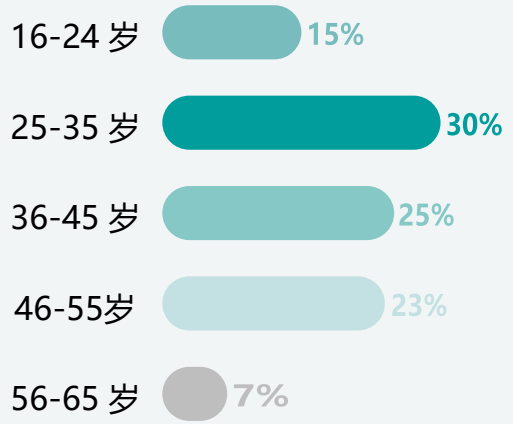



**数据收集时间**

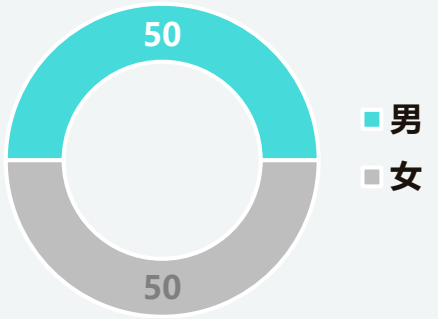
2025/10/31 - 2026/1/4

## 受访对象

**年龄**




**性别**




基数：所有被访者 N=3000

# 消费者的健康需求与措施



# 健康意识普遍提升，全民关注成为常态

## 健康关注度

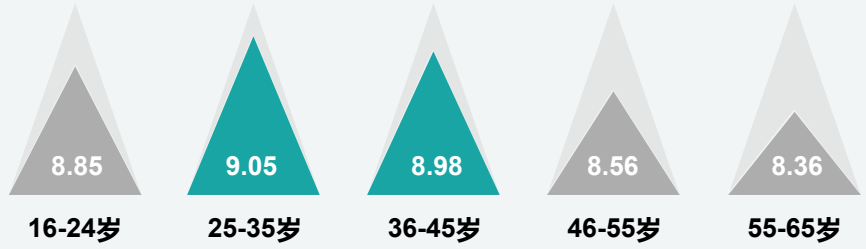
平均值（10分制）




## 分城市级别健康关注度（平均值 -10分制）




## 分年龄段健康关注度（平均值 -10分制）



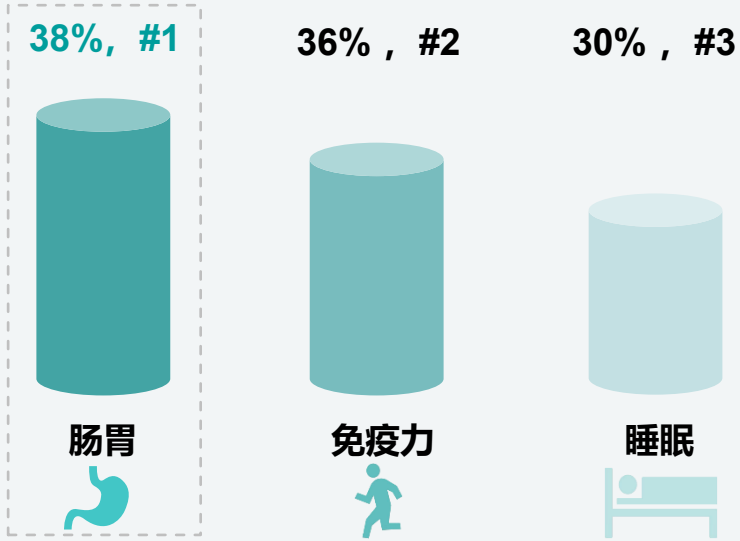


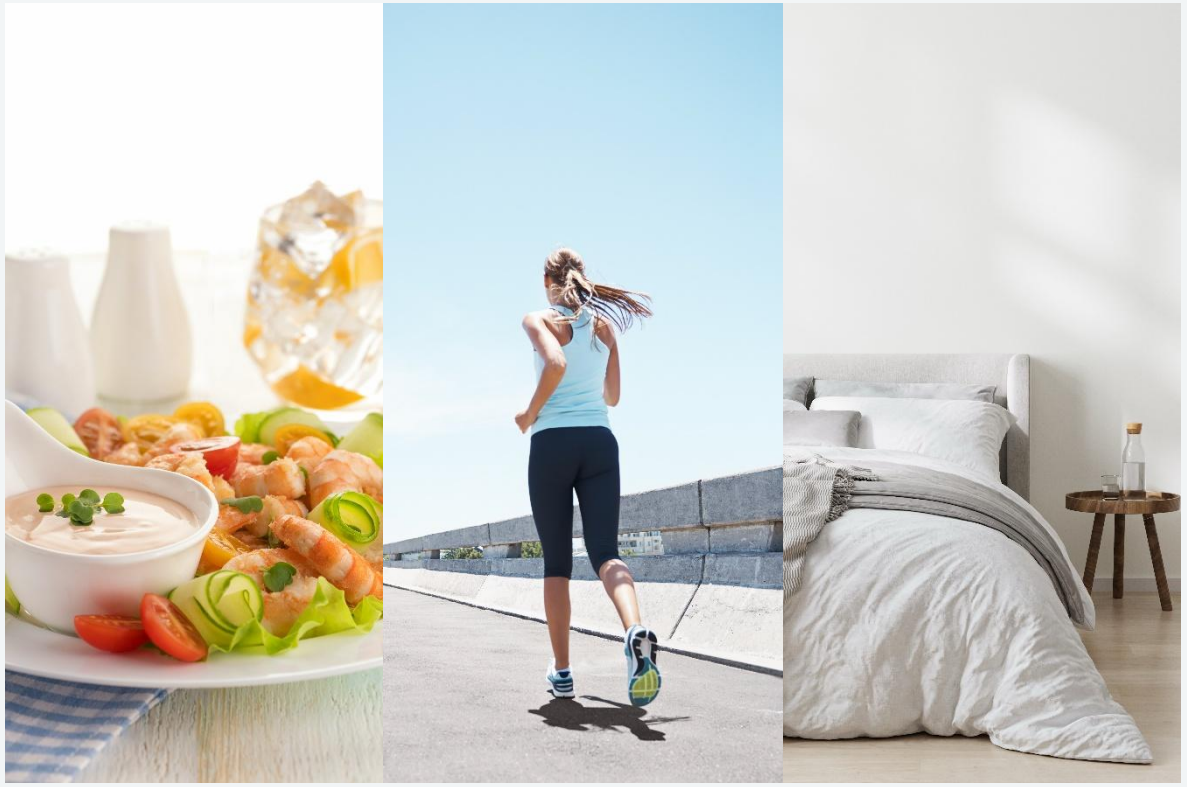

基数：所有被访者 N=3000

A1. 请问您平时对健康的关注程度为？请用0-10分打分，0分表示一点也不关注，10分表示非常关注。

# 三大健康核心关注不变：肠胃健康，免疫力，睡眠

**关注的自身健康问题（Top 3）**





基数：所有城市被访者 N=3000

A4. 请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

# 多元健康关注点凸显



## 其他重点健康关注(从TOP4开始)




© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

A4. 请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

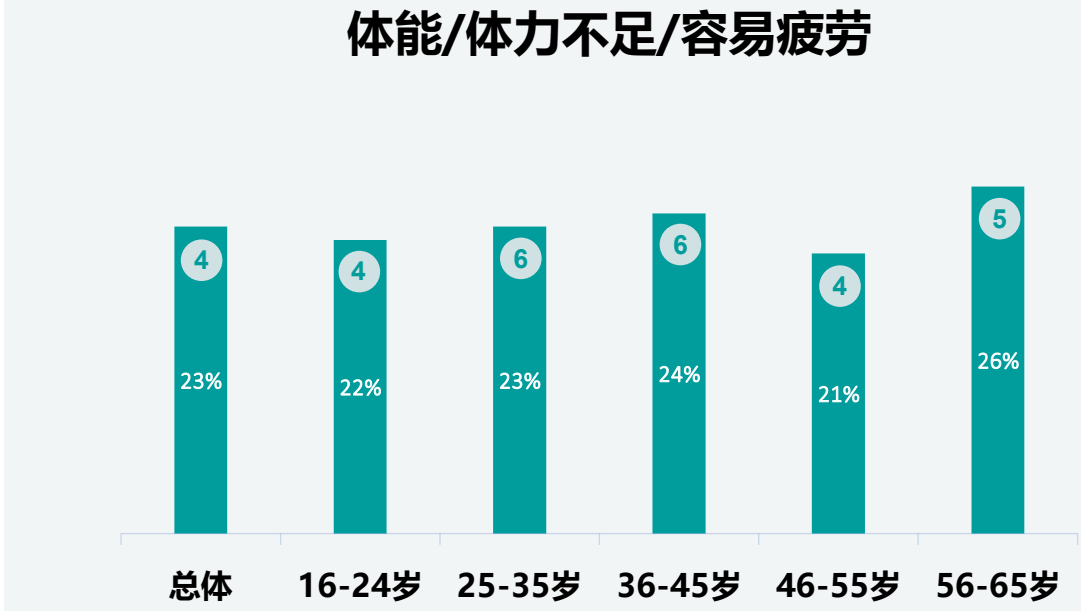
# 体能疲劳成跨代际健康痛点，全年龄段普遍关注

**23%** 消费者

关注**体能/体力不足/容易疲劳**问题

相较2023年上升了**2%**

(健康关注 位列第4)




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在对应人群中的关注度排名

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

A4.请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

# 头发健康，高线城市高收入人群尤为关注

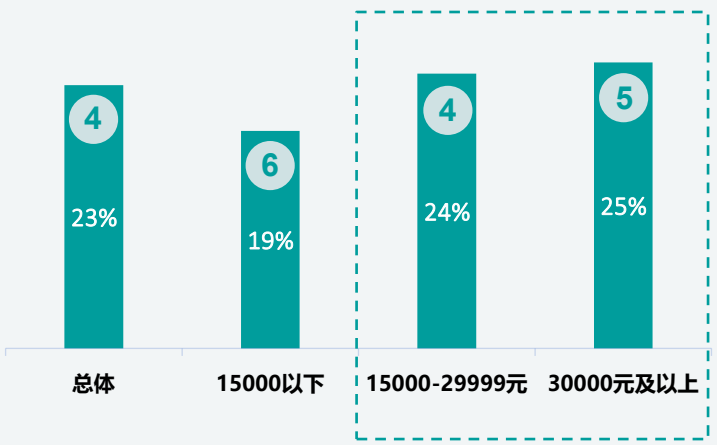
**23%** 消费者关注

**头发/发质/头皮问题**

**其中高级别城市和高收入人群的关注度尤为突出**

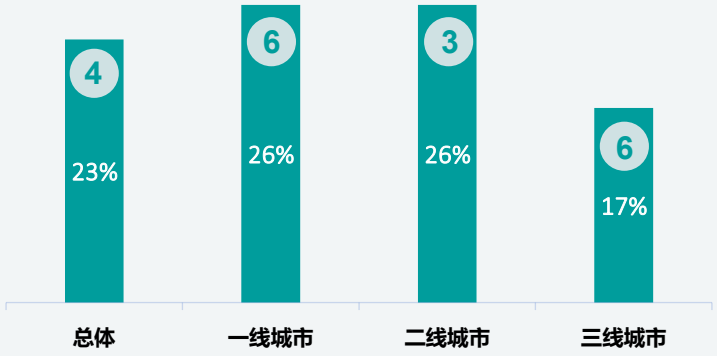
（健康关注 位列第4）

**不同年龄段对头发/发质/头皮问题的关注度**




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在对应人群中的关注度排名

**不同城市级别对头发/发质/头皮问题的关注度**




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在对应人群中的关注度排名

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

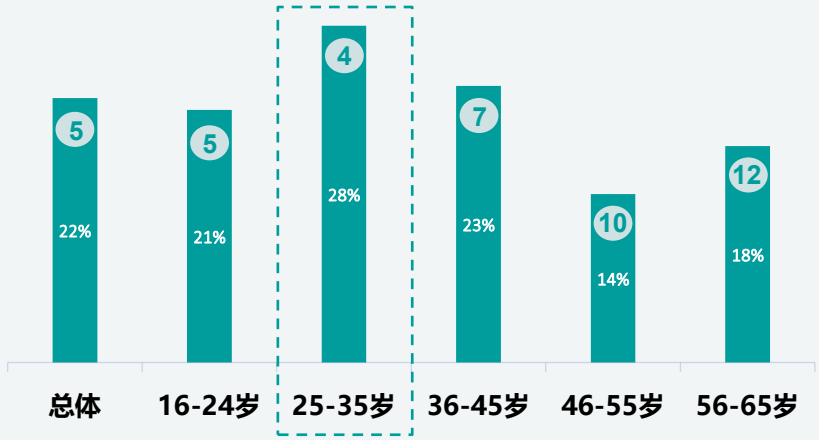
基数：所有城市被访者 N=3000

A4.请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

# 情绪压力困扰中青年群体，心理健康需求凸显

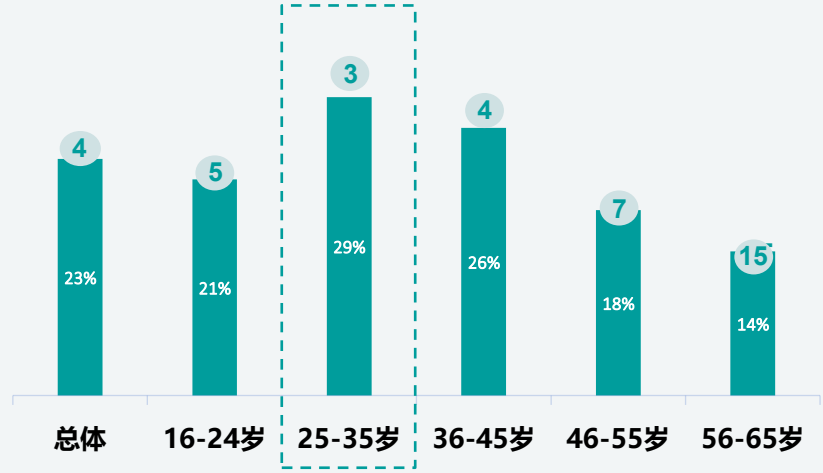
**51%** 消费者
关注**心理类**问题
其中**25-35岁**这一年龄段
对该问题的关注度
相较2023年上升了**10%**

## 心情不好、情绪低落、抑郁




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在对应人群中的关注度排名

## 精神压力大




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在对应人群中的关注度排名

（健康关注度TOP4&5）

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000
A4.请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

# 抗衰意识显著增强，35岁以上人群为主要关注群体

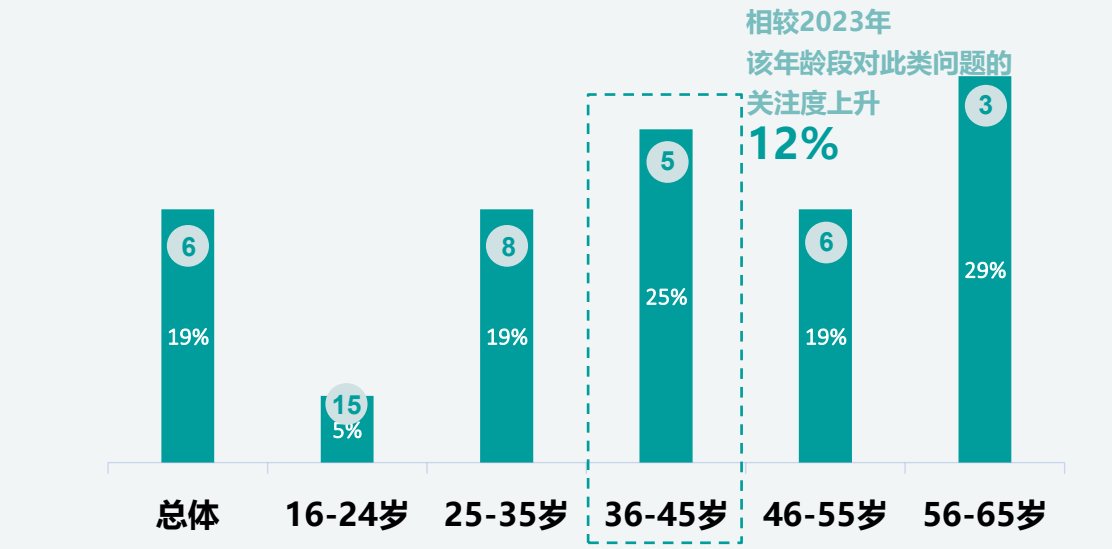
**19%** 消费者

关注**衰老/抗衰/变老**问题

相较2023年上升了**8%**

（健康关注 位列第6）

**不同年龄段人群对衰老/抗衰/变老问题的关注度**




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在对应人群中的关注度排名



基数：所有城市被访者 N=3000

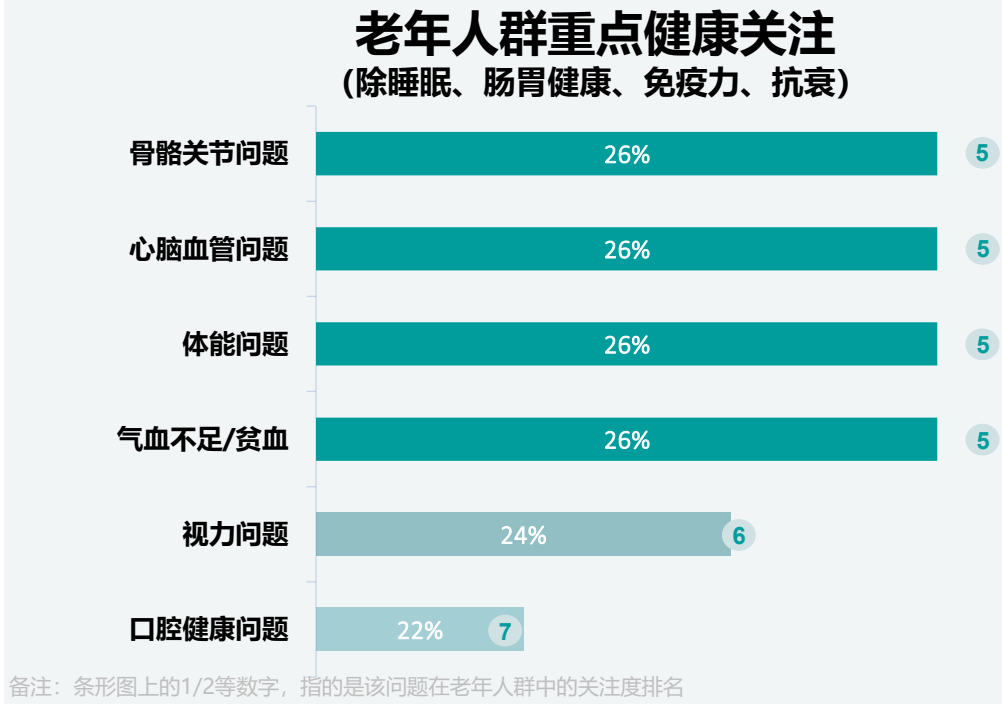
A4.请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

# 老年群体健康聚焦骨关节、心脑血管与视力问题

除睡眠、免疫力等核心健康关注外

老年人群还重点关注

**骨骼关节、心脑血管、气血等问题**




备注：条形图上的1/2等数字，指的是该问题在老年人群中的关注度排名

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

A4.请问，您对您自己的健康情况有哪些关注和希望得到改善的方面？【可多选】

# 健康管理趋向生活化、预防化与智能化



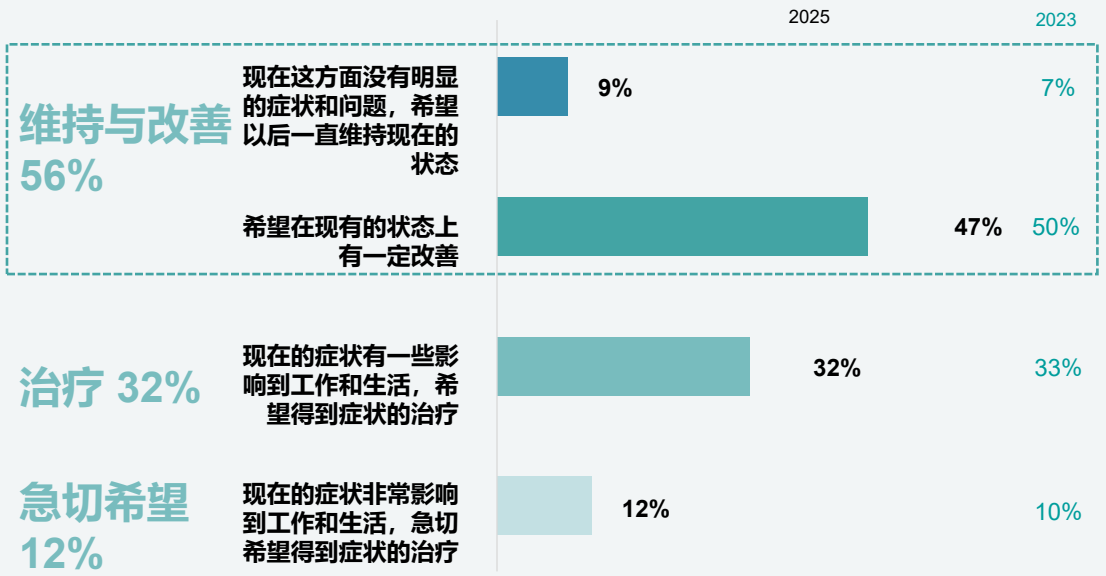
**健康管理生活化，主动预防，防未病**

**注重家居健康与健康监测**

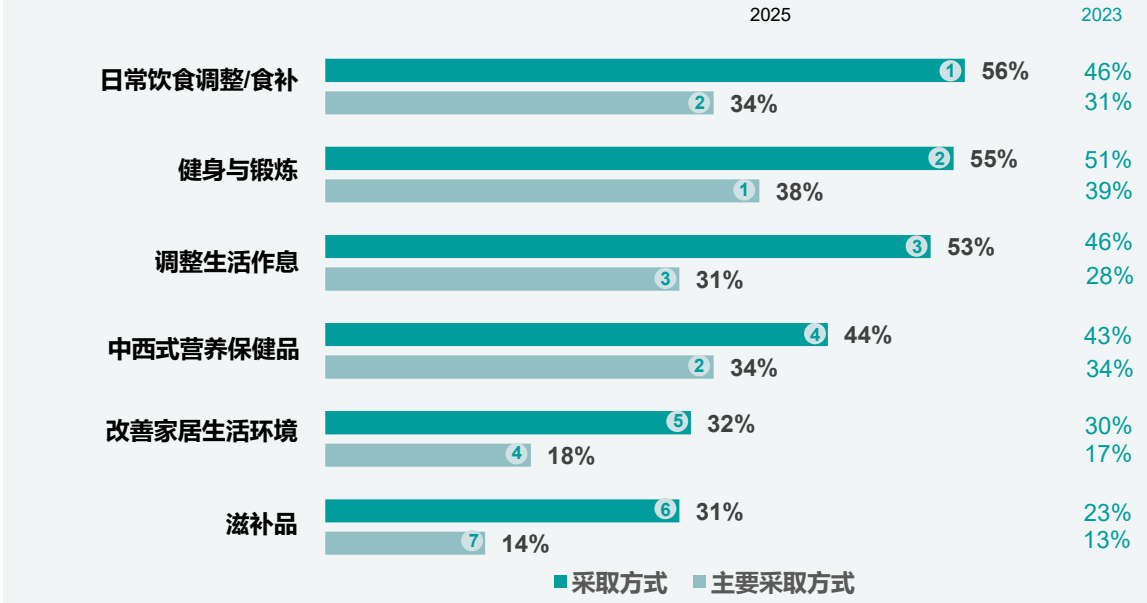
**AI 赋能健康管理**

# 主动健康管理兴起，日常饮食成为改善首选

## 预防/治疗分布与趋势




## 健康措施层级




备注：条形图上的1/2等数字，指的是采取或主要采取该方式的占比在所有方式中的排名

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

A4g_1.自身健康问题的关注度-最在意；B0. 请问您都采取了哪些方式，来调理改善您的健康情况？【多选】；B1a. 请问这些方式里，您最主要采取的三个健康调理/改善方式是什么？【限选三项】

# 健康体检普及率持续上升

## 体检



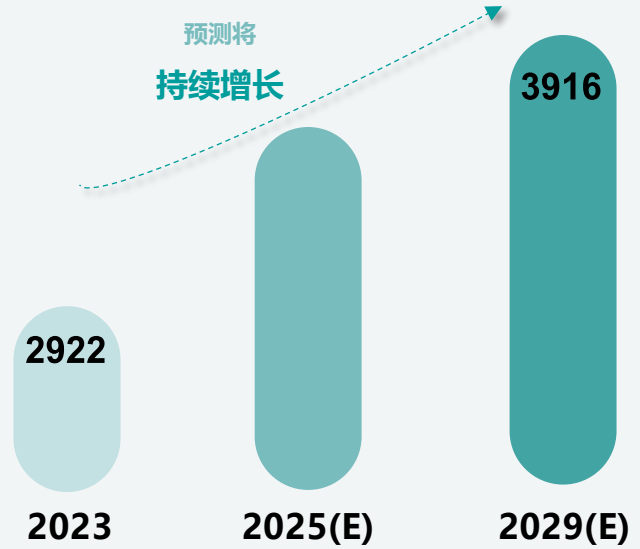
**25%** 消费者声称过去一年选择体检的方式改善自我健康

相较2023年上升**5%**

其中有**9%**的消费者将其作为主要改善方式 相较2023年上升了**1%**

## 我国健康体检市场规模变化趋势

(亿元)




数据来源：美年健康 国家统计局 前瞻产业研究院



基数：所有城市被访者 N=3000

B0. 请问您都采取了哪些方式，来调理改善您的健康情况？【多选】；B1a. 请问这些方式里， 您最主要采取的三个健康调理/改善方式是什么？【限选三项】

# 智能可穿戴设备受青睐，健康监测意识显著增强

## 健康监测方式



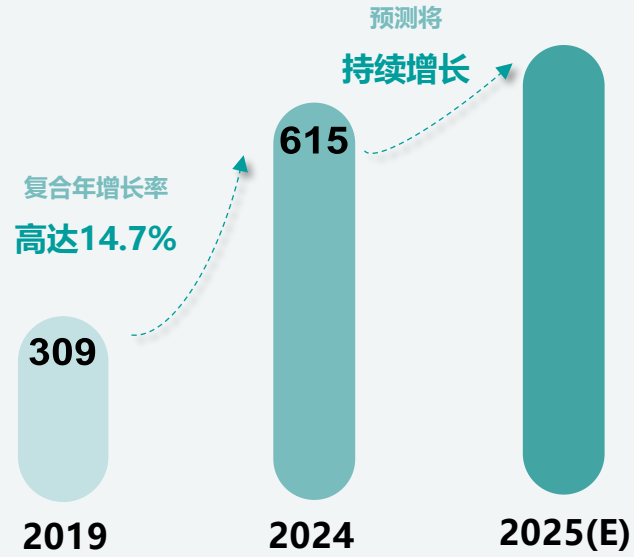
**33%** 消费者声称过去一年选择

**日常健康监测**的方式改善自我健康 相较2023年上升了**10%**

其中有**14%**的消费者将其作为主要改善方式 相较2023年上升了**3%**

## 我国智能可穿戴健康设备行业市场规模变化趋势

（亿元）




数据来源：公开资料，华经产业研究院整理

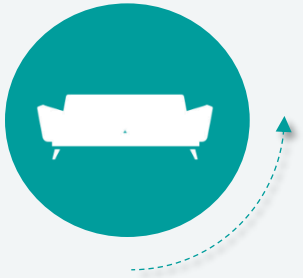


基数：所有城市被访者 N=3000

B0. 请问您都采取了哪些方式，来调理改善您的健康情况？【多选】；B1a. 请问这些方式里，您最主要采取的三个健康调理/改善方式是什么？【限选三项】

# 家居健康需求提升，健康家电成为消费新趋势

## 家居生活环境



**32%** 消费者声称过去一年选择

**改善家居生活环境**的方式改善自我健康 相较2023年上升**2%**

## 我国家电健康趋势

从2022年至2025年

健康家电的搜索量是

所有搜索指数的**4.9倍**

同时，当下有**83%**的消费者愿意为真实有效的健康技术溢价买单

数据来源：《2025年中国家电健康趋势白皮书》



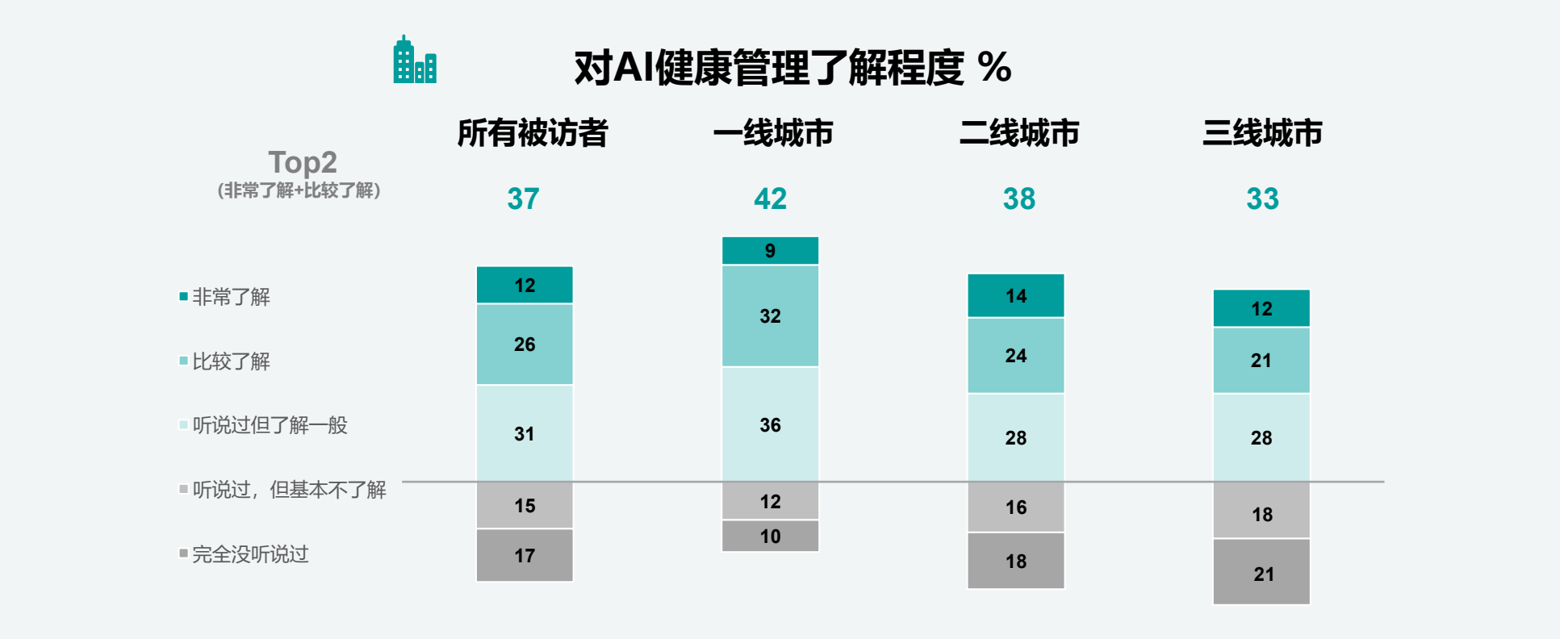
基数：所有城市被访者 N=3000

B0. 请问您都采取了哪些方式，来调理改善您的健康情况？【多选】；B1a. 请问这些方式里， 您最主要采取的三个健康调理/改善方式是什么？【限选三项】

# AI赋能健康管理
# 技术驱动健康服务升级



# AI赋能健康管理，广认知，弱熟悉



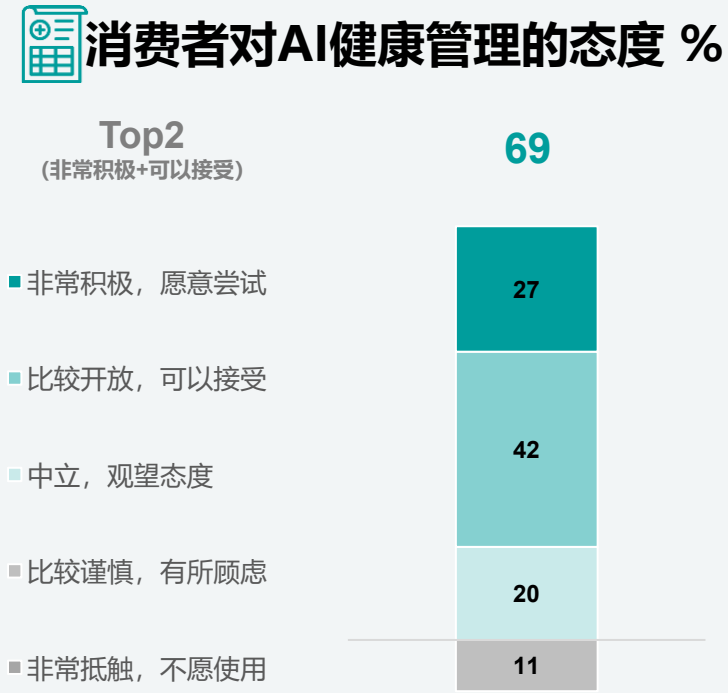



基数：所有被访者 N=3000

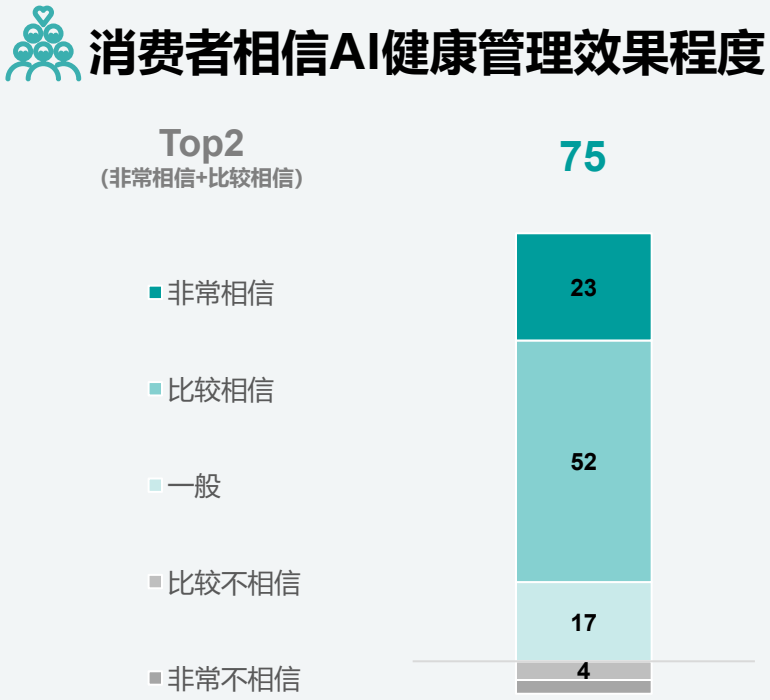
G1. 在参与本次调查前，您对“人工智能（AI）用于辅助健康方面的应对或管理人工智能（AI）辅助与健康相关的应对及管理”这一概念的了解程度是?

# 消费者对AI赋能健康管理持积极态度

## 消费者对AI健康管理的态度 %




## 消费者相信AI健康管理效果程度 %



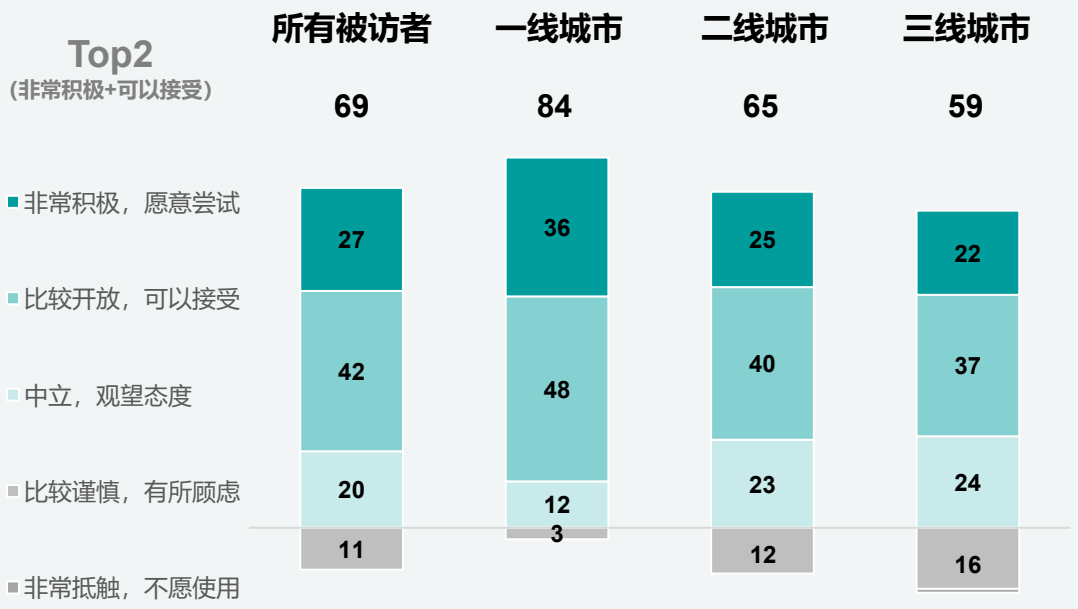



基数：所有被访者 N=3000

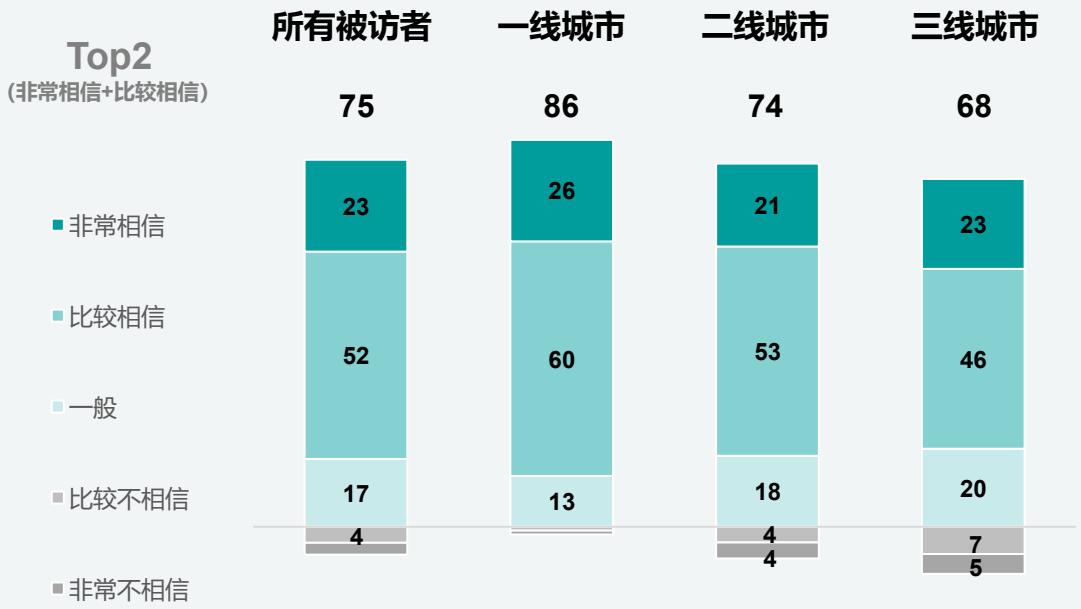
G3. 总体而言，您对人工智能（AI）用于辅助健康方面的应对或管理人工智能（AI）辅助与健康相关的应对及管理的态度是?
G4. 在多大程度上，您相信AI将显著改善和提升健康相关应对及管理的效果?

# 高线城市更具AI健康管理发展潜力

## 不同城市级别人群对AI健康管理的态度 %




## 不同城市级别人群对AI健康管理效果的信任程度 %



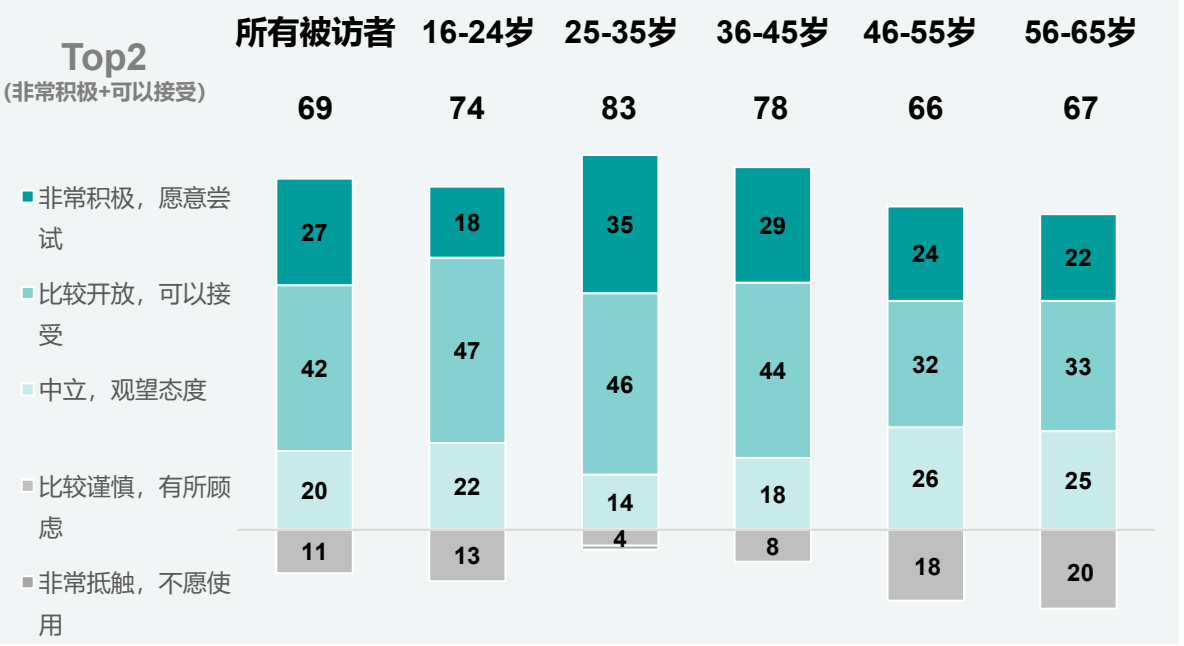



基数：所有被访者 N=3000

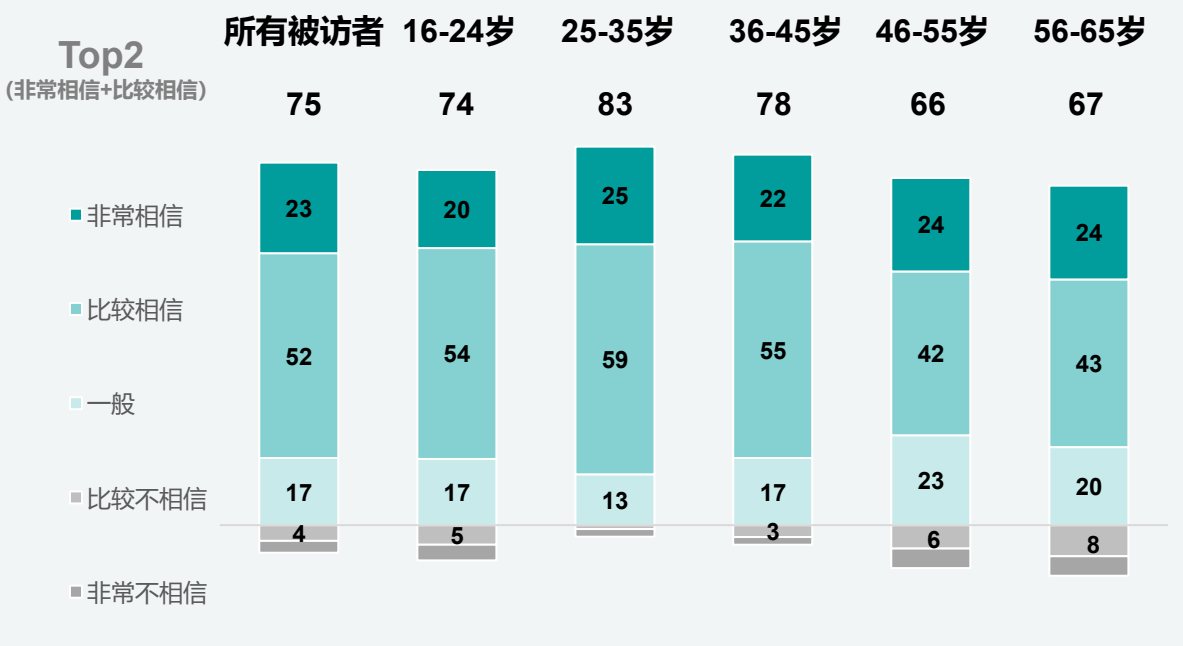
G3. 总体而言，您对人工智能（AI）用于辅助健康方面的应对或管理人工智能（AI）辅助与健康相关的应对及管理的态度是?

# 25–45岁成为AI健康管理核心潜力人群

## 不同年龄段人群对AI健康管理的态度 %




## 不同年龄段人群对AI健康管理效果的信任程度 %

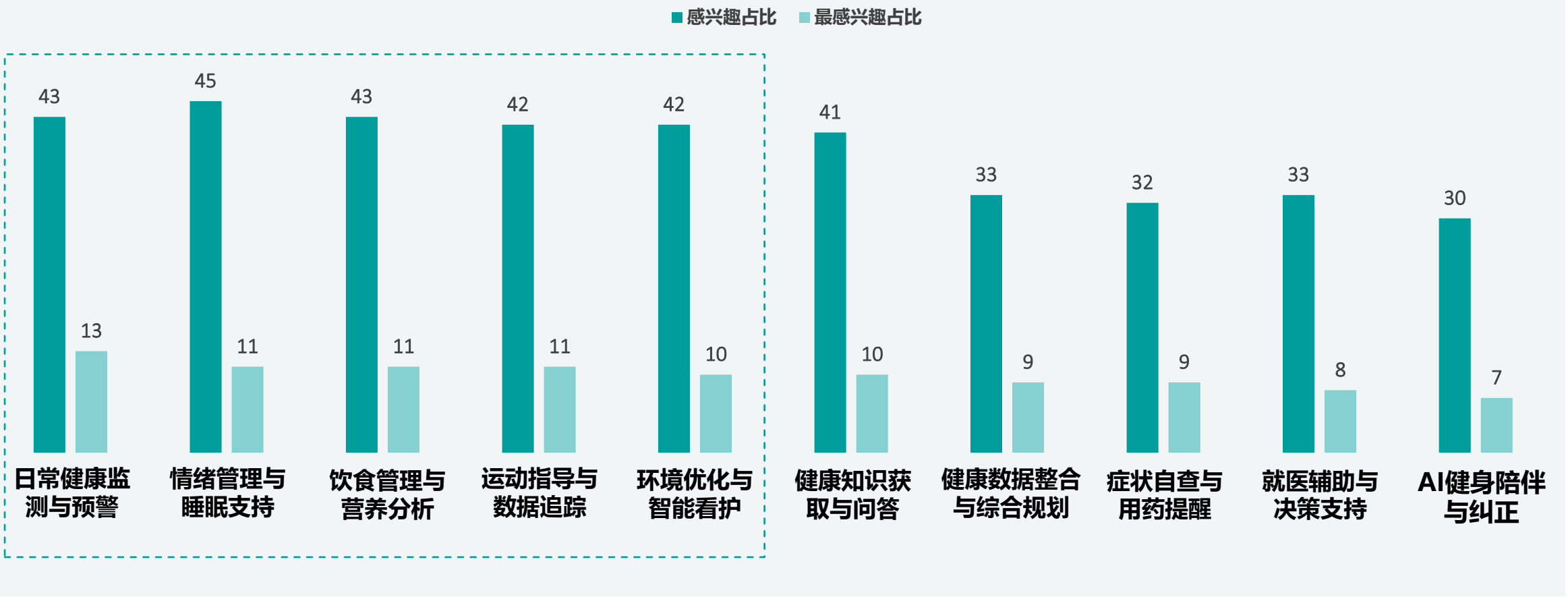





基数：所有被访者 N=3000

G4. 在多大程度上，您相信AI将显著改善和提升健康相关应对及管理的效果?

# AI健康管理场景兴趣分布图



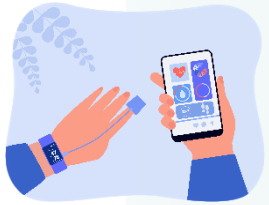

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

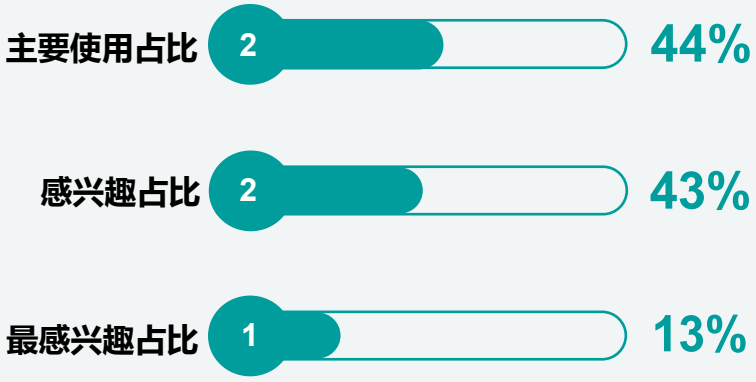
G9.AI健康管理具体应用-感兴趣

AI赋能健康管理场景

# - 日常健康监测与预警



### 当前使用以及感兴趣比例




备注：此处的1/2等数字，指的是该健康管理场景在对应题目所有场景中的排名

### 感兴趣分项






- *“健康监测设备能实时跟踪你的心率和血压，发现异常及时报警”*
- *“AI可以根据个人的健康数据提供个性化的健康建议和预警，帮助用户更好的了解自己的健康状况”*
- *“穿戴设备的实时数据，实现健康状况的动态监测，比如对高血压患者的血压波动进行实时预警，实现提前预防，早治疗”*

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：健康管理高频使用者 N=1498；所有城市被访者 N=3000

G8.AI健康管理具体应用—主要使用；G9.AI健康管理具体应用—感兴趣；G10.AI健康管理具体应用—最感兴趣

AI赋能健康管理

# - 情绪管理与睡眠支持



## 当前使用以及感兴趣比例

主要使用占比 4 36%

感兴趣占比 1 45%

最感兴趣占比 2 11%

备注：此处的1/2等数字，指的是该健康管理场景在对应题目所有场景中的排名

## 感兴趣分项

使用情绪管理APP记录情绪日记 16%

通过心理咨询APP进行疏导 17%

使用冥想APP进行正念指导 13%

通过冥想APP或大模型获取睡眠辅助 15%

- *“AI能通过自然语言处理技术，与用户进行交流互动，倾听用户的情绪倾述”*
- *“精确的感知我的需求和所处的环境进行调节我的情绪”*
- *“AI监测睡眠周期，定制遮光、温湿度调节+助眠音频方案”*

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：健康管理高频使用者 N=1498；所有城市被访者 N=3000

G8.AI健康管理具体应用—主要使用；G9.AI健康管理具体应用—感兴趣；G10.AI健康管理具体应用—最感兴趣

AI赋能健康管理

# - 饮食管理与营养分析




## 当前使用以及感兴趣比例

主要使用占比 3 38%

感兴趣占比 2 43%

最感兴趣占比 2 11%

备注：此处的1/2等数字，指的是该健康管理场景在对应题目所有场景中的排名

## 感兴趣分项

通过饮食APP进行食物识别与记录 18%

通过大模型或APP获取个性化食谱推荐 18%

使用饮食记录APP进行营养分析 19%

- *“饮食记录APP支持食物自动识别，自动估算热量和营养成分”*
- *“分析饮食记录生成营养报告，指出营养失衡问题并给出建议”*
- *“饮食记录软件帮你回顾一周营养情况”*

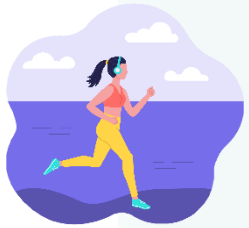
© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：健康管理高频使用者 N=1498；所有城市被访者 N=3000

G8.AI健康管理具体应用—主要使用；G9.AI健康管理具体应用—感兴趣；G10.AI健康管理具体应用—最感兴趣

AI赋能健康管理场景

# - 运动指导与数据追踪



### 当前使用以及感兴趣比例

主要使用占比 1 47%

感兴趣占比 3 42%

最感兴趣占比 2 11%

备注：此处的1/2等数字，指的是该健康管理场景在对应题目所有场景中的排名

### 感兴趣分项

| | |
|---|---|
| 通过健身APP或大模型制定个性化运动计划 | 18% |
| 利用运动手表或APP分析运动数据 | 18% |
| 使用专业康复APP进行运动康复指导 | 16% |

- *“虚拟健康教练定制运动计划，让你更健康”*
- *“智能运动手表把控运动强度，让锻炼效果更出色”*
- *“手表配备更先进的运动姿态识别功能，在运动过程中实时纠正错误姿态，减少运动损伤风险”*

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：健康管理高频使用者 N=1498；所有城市被访者 N=3000

G8.AI健康管理具体应用—主要使用；G9.AI健康管理具体应用—感兴趣；G10.AI健康管理具体应用—最感兴趣

# AI赋能健康管理
# - 家居智能

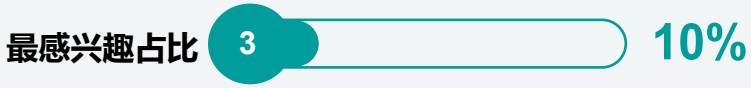


## 当前使用以及感兴趣比例










备注：此处的1/2等数字，指的是该健康管理场景在对应题目所有场景中的排名

## 感兴趣分项

| | |
|---|---|
| 通过智能家居系统管理室内空气质量 | 17% |
| 使用智能卧室设备优化睡眠环境 | 17% |
| 通过智能摄像头或传感器进行老人安全看护 | 19% |

- *“空气净化器根据我的呼吸健康数据，自动调节模式”*
- *“智能枕头能监测流口水情况，分析睡眠姿势是否合理”*
- *“通过智能摄像头或者传感器进行对老人的安全看护”*

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：健康管理高频使用者 N=1498；所有城市被访者 N=3000

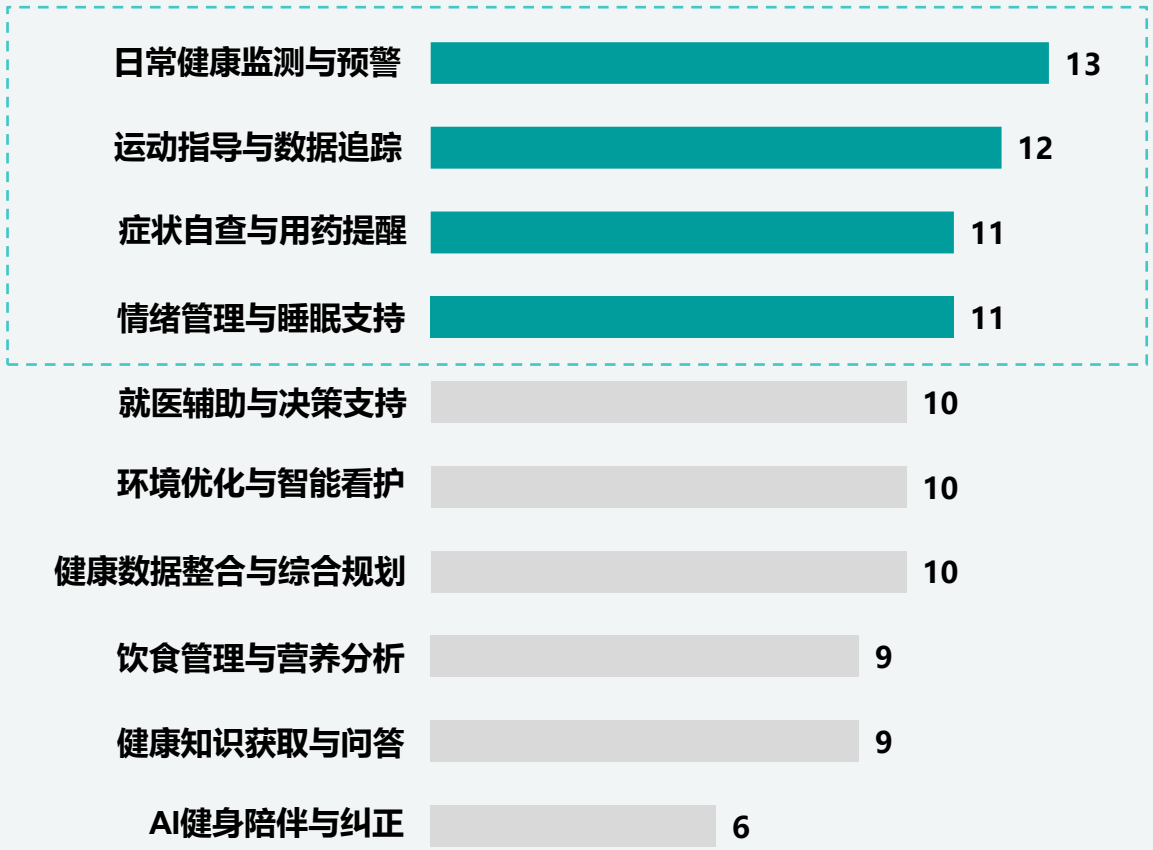
G8.AI健康管理具体应用—主要使用；G9.AI健康管理具体应用—感兴趣；G10.AI健康管理具体应用—最感兴趣

# 付费意愿分化，AI健康管理商业化潜力初显

## 消费者对AI健康管理付费的意愿

| | | |
|---|---|---|
| 2 | 愿意定期付费 | 26% |
| 1 | 愿意按次或按项目付费 | 39% |
| 3 | 只愿意使用免费的基础功能 | 22% |
| 4 | 无论如何都不愿意付费 | 13% |

## 愿意付费的被访者对具体付费场景的期望占比

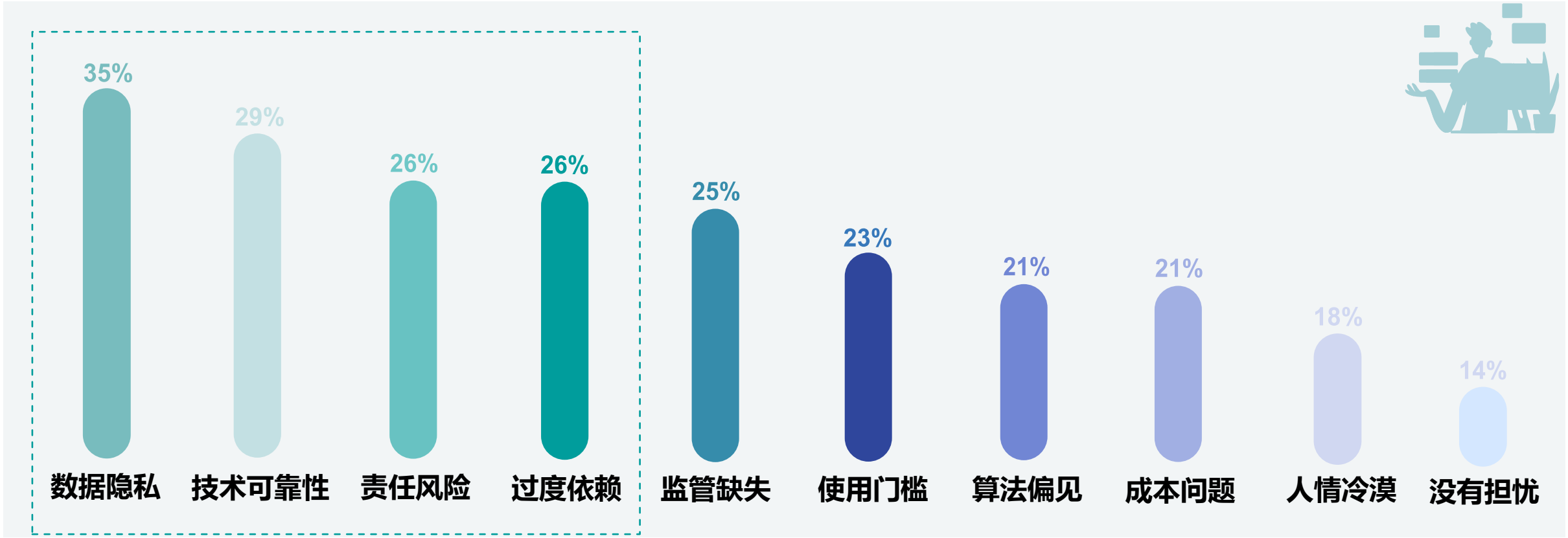



© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000；愿意付费的被访者 N=1957

G13.AI健康管理付费意愿；G14.具体付费场景

# 消费者对AI健康管理仍存多重顾虑




© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

G11.AI健康管理具体应用-担忧

# 数据隐私为AI健康管理首要担忧

2025年，有**35%**的消费者

表达了对AI健康管理应用中**数据隐私**的担心与顾虑

位居担忧程度的**第一**

- *“提供清晰的数据隐私开关，让我们自主决定分享哪些信息”*
- *“加强数据隐私保护，采用区块链技术加密健康数据，确保用户信息不泄露”*
- *“AI应用与辅助健康相关应对和管理需要更保护个人的隐私，但是又有更多的掌握使用人的健康信息和相关需求，让使用者提供信息能够物尽其用”*

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

G11.AI健康管理具体应用-担忧

# 技术可靠性成为第二大顾虑因素

有**29%**的消费者

表达了对AI健康管理应用中

**技术可靠性**的担心与顾虑

位居担忧程度的**第二**



- *“技术研发，聚焦精准性与适配性，突破技术瓶颈”*
- *“我的建议是把人工智能应用于辅助健康相关应对及管理时，要确保技术的成熟，减少犯错的可能性”*
- *“我的建议是把人工智能应用于辅助健康相关应对及管理时，要确保技术的成熟，减少犯错的可能性”*



基数：所有城市被访者 N=3000

G11.AI健康管理具体应用-担忧

# 责任风险担心，期待监管完善

另外，有**26%**的消费者

表达了对AI健康管理应用中**责任风险**的担心与顾虑

位居担忧程度的**第三**

- *“当AI出现误诊时，责任应有谁承担，这需要完善的法律和监管框架”*
- *“担心AI诊断出错导致健康风险，希望加强责任风险管理。”*
- *“觉得关于ai责任界定方面可以有更多有效的防护内容支持”*

© Ipsos | 2025中国成人健康管理洞察

基数：所有城市被访者 N=3000

G11.AI健康管理具体应用-担忧

# 过度依赖AI顾虑

同时，也有**26%**的消费者

表达了对AI健康管理应用中**过度依赖**的担心与顾虑

并列位居担忧程度的**第三**



- *“要加强人工智能的监管，防止过度依赖其在各个方面的应用”*
- *“我的建议是对于辅助健康可以让人工适当的干预一下，不要完全依赖人工智能，我觉得这样可能更合理”*
- *“智能AI运用于健康管理，是个非常好的助手，但是需要注意的是有个体化差异，还是不能完全依赖于AI”*



基数：所有城市被访者 N=3000

G11.AI健康管理具体应用-担忧

# AI赋能健康管理，10大场景



日常健康监测与预警

情绪管理与睡眠支持

饮食管理与营养分析

运动指导与数据追踪

环境优化与智能看护

健康知识获取与问答

健康数据整合与综合规划

症状自查与用药管理

就医辅助与决策支持

AI健身陪伴与纠正

# Thank you!

了解更多信息
欢迎关注益普索微信公众号

**Mingdy Li**　益普索中国资深研究总监

**Mingdy.li@ipsos.com**

© 益普索 Ipsos | 2024年版公司介绍