

香港特別行政區政府
衛生署
中醫藥規管辦公室
九龍觀塘巧明街 100 號
LANDMARK EAST 友邦九龍大樓 16 樓



THE GOVERNMENT OF THE HONG KONG
SPECIAL ADMINISTRATIVE REGION
DEPARTMENT OF HEALTH
CHINESE MEDICINE REGULATORY OFFICE
16/F, AIA KOWLOON TOWER, LANDMARK EAST,
100 HOW MING STREET,
KWUN TONG, KOWLOON.

本署檔號 OUR REF.: L/M(5) in DH CMRO/1-60/26 Pt.7
來函檔號 YOUR REF.:
電話 TEL.: 2121 1888
圖文傳真 FAX.: 2123 9566

致各中醫師/各中醫業界團體/機構執事先生：

特區政府推出首份《體重管理行動計劃》
共築健康活力香港

特區政府於 2026 年 3 月 4 日推出香港首份《體重管理行動計劃》(《行動計劃》)，銳意全方位推動全港體重管理，和市民一同共築健康活力香港。特區政府一直關注肥胖對市民健康帶來的不良影響，去年十月成立跨部門體重管理工作小組。工作小組提出的《行動計劃》中涵蓋五項方針和十五項具體目標，旨在透過匯聚多個政策局和部門的力量，促進中西醫協作，並以多元化的活動和策略分階段落實體重管理。現特函提醒各位中醫師留意《行動計劃》中各項體重管理的措施。

肥胖是導致多種非傳染病的風險因素，包括三高（糖尿病、高血壓、高血脂）、中風和多種常見癌症。根據衛生署 2020-22 年度人口健康調查顯示，本港過半成年人口屬超重甚或肥胖。然而，超重人士中，有逾六成認為自己體重過輕或「適中」，約四成被診斷超重或肥胖的人士在調查前 12 個月未採取體重管理行為。

中醫學自古提倡「治未病」，蘊含豐富的保健養生智慧。因此，中醫師在應診時可參考體重指標辨識超重或肥胖的人士，並融合中醫原則的體重管理，例如中醫飲食原則及養生運動的推廣，提升市民對體重管理的意識，使市民積極改變習慣和持續將體重管理成為生活的一部分。同時，

***我們要建設一個健康的香港
並立志成為國際知名的公共衛生監管機構***

中醫師可瀏覽以下網頁，以查閱體重管理相關資訊及《行動計劃》全文，共同踐行健康承諾：

- 衛生署「體重管理」專頁：

https://www.change4health.gov.hk/tc/weight_management/index.html

（掃描二維碼以瀏覽「體重管理」專頁）



- 有關《體重管理行動計劃》新聞稿：

<https://www.info.gov.hk/gia/general/202603/04/P2026030400313.htm?fontSize=3>

感謝各中醫師一直以來對疾病防控的支持，同心協力保障市民健康。衛生署在此呼籲中醫師響應《行動計劃》，攜手打造一個更健康、更有活力的香港。

衛生署署長

(林慕勤醫生



代行)

二零二六年三月十一日