

2012年

中国企业家 健康绿皮书

GREEN PAPER ON THE HEALTH
OF CHINESE ENTREPRENEURS

清华大学公共健康研究中心

地址: 北京市海淀区清华大学医学院
电话: 010-6279.4936
传真: 010-6279.4536

《中国企业家》杂志社

地址: 北京市朝阳区安慧里四区中国五矿大厦8层
电话: 010-6492.1616
传真: 010-6492.4322
网址: <http://www.iceo.com.cn>

爱康国宾健康体检管理集团

地址: 北京市东城区灯市口大街50号好润大厦7层
电话: 010-5811.1222
传真: 010-5811.1221
网址: <http://www.iKang.com>



一个阶层的生意与生活
中国企业家
CHINA ENTREPRENEUR

爱康国宾™

360° 健康全管理

C 目录 Contents

导言	01
调查研究方法	02
健康研究结果	04
一、健康状况的描述性研究	05
二、企业家健康自评	12
三、企业家健康消费理念	17
结论与建议	18

I 导言 Introduction

企业家的健康：

企业家是企业和国家宝贵的社会财富。
企业家的健康，是不容忽视的社会问题。

自2011年始，清华大学公共健康研究中心、《中国企业家》杂志社、爱康国宾健康体检管理集团共同合作，对中国企业家的健康问题开展跟踪研究，以期唤起企业家自身、以及全社会对中国企业家健康问题的关注。2011年12月《中国企业家健康绿皮书（2011年）》发布。

《中国企业家健康绿皮书（2011年）》在9354份企业家体检数据基础上分析发现，中国企业家面临冠心病、脑血管疾病、高血压、糖尿病、肥胖等疾病风险的威胁，男性企业家、40岁以上健康风险较高，生活无规律、工作负荷较大、缺乏运动是企业家健康问题三大诱因。

对中国企业家健康的追踪研究依然在继续，2012年企业家健康绿皮书在体检数据、问卷调查、个案访谈的基础上持续关注中国企业家的健康状况。

+ 调查研究方法 METHODOLOGY

调查研究方法

本研究的分析对象为企业家。经济学家、管理学家阐述的“企业家”这一概念的内涵与其职能紧密联系。在社会学看来，企业家是有机会、能力和动机利用“结构洞”的个体。本项研究所论及的“企业家”是广义范围内，从事企业经营管理工作的人员，既包括企业家，也包含企业管理者（企业高管）。

本研究使用的体检数据来自爱康国宾健康体检管理集团的体检数据库。作为一家大型连锁体检中心，爱康国宾健康体检管理集团提供的体检服务覆盖44个中国城市。在研究体检数据的过程中，我们随机抽取了8个城市的爱康国宾体检中心在2011年9月至2012年9月期间做出的11,527份企业家体检报告，男性占56.6%（N=6524），女性占43.4%（N=5003），男女合计平均年龄为43.34岁。在8个城市中，来自北京的样本数量是3412份，占总样本的比例是29.6%；来自上海的样本数量是1195份，占总样本的比例是10.4%；来自成都的样本数量是2120份，占总样本的比例18.4%；来自南京的样本数量是1870，占总样本的比例是16.2%；来自杭州的样本数量是1456份，占总样本的比例是12.6%；来自广州的样本量是401份，占总样本的比例是3.5%；来自深圳的样本数量是413份，占总样本的比例是3.6%；来自福州的样本数量是660，占总样本的比例是5.7%。

在分析体检数据过程中，我们集中关注了异常检出率较高的13项指标。为了获得能够反映企业家健康状况的综合指标，我们对血脂异常、脂肪肝、超重&肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、尿酸升高这八项特别值得关注的指标进行汇总性分析。

最终收回196份有效问卷，填答者的平均年龄43.58岁，其中男性占61.8%；初婚者的占36.9%，再婚者占23.2%，离异者占23.8%；大学本科以上占48%。这个问卷的基础是国内外学术界常常使用的生命质量简自评量表，即Short Form-36量表。该量表一共包括36个问题，自评得分值为0-100分，得分越高越好。具体问题涉及到如下8类：1）躯体活动功能（英文缩写为PF）、2）躯体功能对角色功能的限制（RP）、3）躯体疼痛（BP）、4）健康总体自评（GH）、5）活力（VT）、6）社会功能（SF）、7）情绪对角色功能的限制（RE）、8）心理健康（MH）。本次研究分析表明，SF-36内部一致性Cronbach's α 系数为0.92，说明该量表运用于企业家人群具有很高的可信度。这与多项针对中国人群的研究结果相一致[1, 2]。另外SF-36中，第一个问题通常可作为自我健康评级（Self-Rated Health SRH）独立项来进行研究，许多研究发现，这一测量指标可对未来的健康状况（死亡率、患病率、身体机能等）作为有效预测[3, 4]。这一问题为：“总体来说，您认为自己的健康状况如何？”。本次研究对SF-36的8个分量表，以及SRH独立项均进行统计分析。在这个量表的基础上，我们设计的问卷还包括有关健康生活方式、工作支持、工作好竞争心理等问题。

为了更为深入地了解情况，我们还选取了7名企业家开展深入访谈，通过电话或面对面访谈的方式询问与健康相关的生活习惯、健康意识、心理状态、工作压力等问题。深入访谈的目的是丰富我们对体检结果和问卷结果分析的理解。

一、健康状况的描述性研究

1、体检指标异常检出率总排序：

8成企业家检出至少有一项指标异常。统计结果表明(见表1)，1万余人次体检结果中，颈椎异常检出率最高，占60.2%，体重肥胖超重、血脂异常的企业家分别为48.6%、40.2%。

在对血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、血尿酸升高这八项指标进行分析后发现(N=11470)，85.1%企业家被检出至少有一项指标异常，检出至少两项指标异常的为61.9%，至少3项指标异常的为41.3%，有23.8%人约检出有4项指标异常。

表1：体检指标异常检出率基本状况

体检指标异常检出率顺位排序 (由高至低)	检出率	检出人数	参检人数	关联疾病 (常见或高发的慢性疾病)
颈椎异常	62.3%	3673	5891	颈椎病
肥胖或超重	48.6%	5368	11039	肥胖，冠心病，高血压，糖尿病，脑血管病
屈光不正	41.3%	3423	8292	近视，远视，散光
血脂异常	40.2%	4498	11181	冠心病、脑血管病、动脉粥样硬化
脂肪肝	39.0%	4397	11282	脂肪肝，肝硬化
骨质减少及疏松	36.5%	1902	5216	骨质疏松
痔疮	29.2%	3087	10584	痔疮
幽门螺杆菌阳性 (呼气检测)	23.9%	603	2521	慢性胃炎、胃溃疡、胃部肿瘤
甲状腺异常	21.4%	2369	11082	甲状腺功能亢进，甲状腺功能减低，甲状腺炎，甲状腺肿瘤
转氨酶升高	19.0%	2126	11179	脂肪肝，肝炎，肝硬化、肝脏肿瘤
血压正常高值	16.1%	1797	11191	高血压、冠心病、脑血管病
血尿酸升高	14.6%	1478	10139	痛风、肾病、冠心病
血压增高	13.3%	1486	11191	高血压
空腹血糖增高	11.0%	1246	11359	糖尿病、冠心病、脑血管病
慢性咽炎	无数据			慢性咽炎
与性别关联的异常指标				
乳腺增生	63.6%	3132	4922	乳腺增生
慢性宫颈炎	无数据			宫颈病变
前列腺增生	20.3%	1309	6448	前列腺增生
前列腺异常 (除增生外)	28.3%	1824	6448	前列腺炎，前列腺肿瘤

+ 健康研究结果 FINDINGS

2、年龄差异:

29岁以下年龄组的企业家,也有7成检出至少一项指标异常

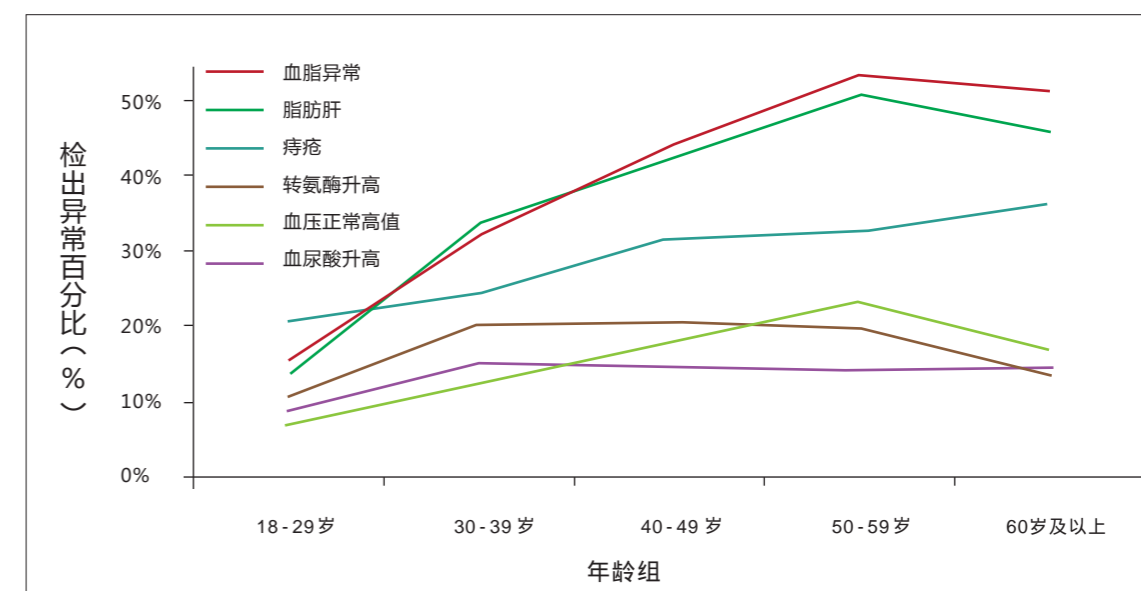
分年龄组统计分析发现,在血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、尿酸升高这八大健康风险中(N=11466),随着年龄升高,至少有一项指标异常的检出率也显著上升($\chi^2=750.013, p=0.000$): 29岁以下为59.7%, 30-39岁为80.6%, 40-49岁为88.2%, 50-59岁为93.9%, 60岁及以上为96.2%。值得关注的是,即使对于29岁以下年龄组的企业家,也有74.0%被检出至少一项指标异常。

尽管几乎所有的指标异常检出率都随着年龄的增长而显著上升(参见表2),但有几项指标值得引起关注,如图1所示。在血脂异常、脂肪肝、血压正常高值、尿酸升高、转氨酶升高这几项指标上,异常检出率呈现倒U型趋势,即低年龄级和60岁以上年龄组检出率较低。

表2: 体检指标异常检出率的年龄分布

体检指标检出率 顺位排序	18-29岁	30-39岁	40-49岁	50-59岁	60岁及以上	显著性检验 χ^2 (p)
肥胖或超重	23.6%	42.3%	51.1%	59.7%	63.6%	451.469 0.000
血脂异常	14.9%	32.5%	43.7%	53.5%	51.4%	417.274 0.000
脂肪肝	13.8%	33.9%	42.0%	50.9%	46.3%	105.749 0.000
骨质减少及疏松	22.8%	31.6%	34.8%	41.9%	51.4%	417.274 0.000
痔疮	20.8%	24.6%	31.7%	33.1%	36.1%	105.793 0.000
幽门螺杆菌阳性	19.2%	23.0%	23.2%	23.1%	35.2%	15.942 0.003
甲状腺异常	11.3%	15.4%	21.4%	31.6%	32.0%	295.876 0.000
转氨酶升高	10.7%	20.2%	20.8%	19.6%	13.8%	67.231 0.000
血压正常高值	7.0%	12.8%	17.4%	23.7%	16.9%	161.632 0.000
尿酸升高	9.2%	15.2%	15.0%	14.4%	14.6%	16.521 0.000
血压增高	2.7%	6.6%	12.3%	21.3%	36.6%	756.544 0.000
空腹血糖增高	1.4%	4.7%	10.9%	21.4%	23.6%	581.840 0.000

图1: 异常检出率随年龄呈倒U形趋势的体检指标



3、性别差异:

9成男性至少一项指标检出异常,女性则为7成

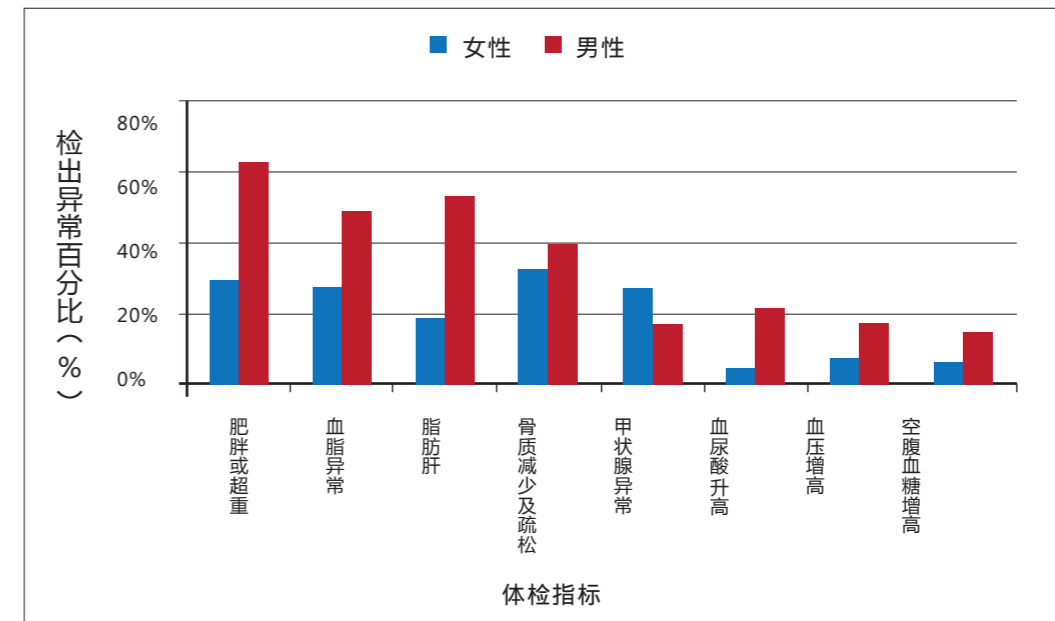
调查发现,男性企业家比女性企业家面临着更高的疾病风险。在对血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、尿酸升高八项指标进行合并分析后发现(N=11466),男性至少有一项指标异常的检出率显著高于女性($\chi^2=579.42, p=0.000$),为92.2%,女性为76.0%。

这种性别上的显著差异也几乎体现在所有异常指标率的检出率上(参见表3)。例如,在肥胖或超重检出率上,男性为63.0%,女性为29.7%;男性血脂异常的检出率是49.8%,女性是27.7%;在脂肪肝检出率方面,男性是54.3%,女性是19.1%;在骨质减少方面,男性检出率是39.5%,女性是32.6%。

表3: 体检指标异常检出率的性别分布

体检指标	女性	男性	显著性检验 (p)	χ^2
肥胖或超重	29.7%	63.0%	1206.206	0.000
血脂异常	27.7%	49.8%	555.416	0.000
脂肪肝	19.1%	54.3%	1438.172	0.000
骨质减少及疏松	32.6%	39.5%	26.178	0.000
痔疮	45.5%	16.3%	1072.157	0.000
幽门螺杆菌阳性	24.4%	23.6%	.197	0.652
甲状腺异常	27.3%	16.7%	180.888	0.000
转氨酶升高	6.4%	28.6%	877.563	0.000
血压正常高值	9.4%	21.3%	287.434	0.000
尿酸升高	4.3%	21.4%	569.911	0.000
血压增高	7.8%	17.4%	217.372	0.000
空腹血糖增高	6.3%	14.5%	191.085	0.000

图2: 八项体检指标异常检出率的性别差异图

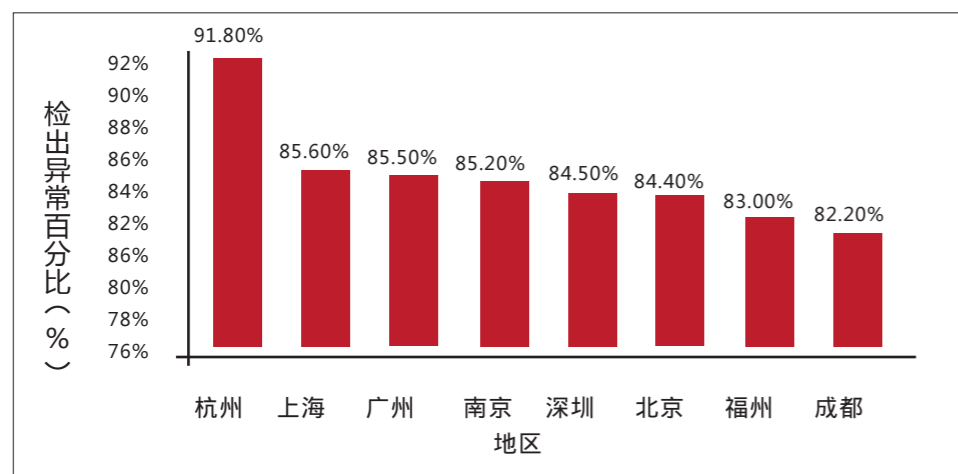


4、地区差异:

8 城市企业家至少一项指标检出异常均超 8 成,杭州最高达 9 成。

在血脂异常、脂肪肝、超重 & 肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、血尿酸升高这八项指标中 (N=11466), 统计数据表明地区间差异显著 ($\chi^2=69.80, p=0.000$), 杭州企业家至少一项指标异常检出率最高, 达 91.8%; 其次为上海, 检出率为 85.6%; 成都企业家显示健康状况要好于其它城市, 至少一项指标异常检出率为 82.2%(参见图 3)。

图3: 至少一项体检指标异常检出率的地区分布图



这种地区间的显著差异也体现在具体异常指标率的检出率上(参见表 4)。从图 4 可以看出, 在肥胖或超重、血脂异常、脂肪肝、骨质减少、血压增高这几项指标上, 杭州、上海、广州检出率均处于较高检出率水平, 指示这几座城市的患病风险更高。成都除了在肥胖或超重、血脂异常这两项指标上较高外, 其它异常指标的检出率上都低于其它城市。

图4: 八项体检指标异常检出率的地区差异图

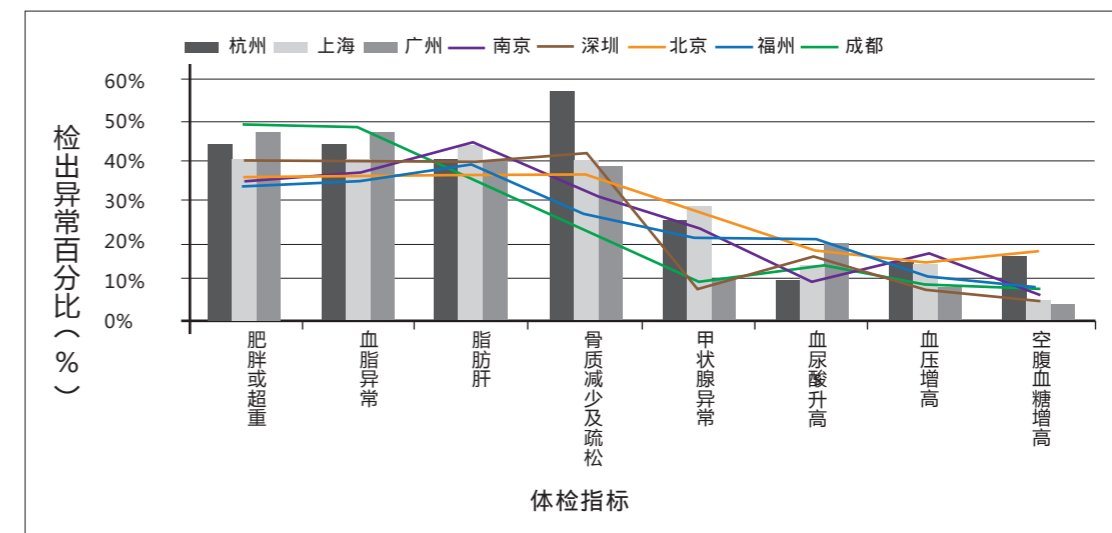


表4: 体检指标异常检出率的地区分布

体检指标	杭州	上海	广州	南京	深圳	北京	福州	成都	显著性检验 (p)	χ^2
肥胖或超重	43.8%	40.4%	47.4%	36.6%	39.5%	35.5%	34.9%	48.6%	65.557	0.000
血脂异常	43.8%	40.4%	47.4%	36.6%	39.5%	35.5%	34.9%	48.6%	124.096	0.000
脂肪肝	40.4%	43.8%	40.5%	43.8%	39.4%	36.0%	38.9%	35.8%	50.929	0.000
骨质减少及疏松	57.6%	40.2%	39.1%	32.1%	41.3%	36.4%	25.9%	22.4%	230.564	0.000
痔疮	36.8%	19.2%	14.5%	28.4%	26.8%	25.9%	22.7%	40.0%	274.680	0.000
幽门螺杆菌阳性	0.0%	33.5%	43.4%	7.6%	36.4%	26.6%	53.3%	42.1%	350.172	0.000
甲状腺异常	24.5%	28.4%	11.1%	22.5%	8.1%	27.4%	20.1%	9.1%	366.024	0.000
转氨酶升高	14.7%	12.4%	13.4%	19.9%	21.2%	20.9%	25.3%	20.5%	84.059	0.000
血压正常高值	19.7%	15.0%	13.0%	15.2%	14.8%	13.9%	12.7%	20.4%	64.246	0.000
血尿酸升高	10.3%	13.8%	20.1%	10.1%	16.5%	17.7%	20.1%	13.4%	93.147	0.000
血压增高	15.1%	14.6%	8.7%	17.2%	8.1%	14.1%	11.2%	8.6%	89.844	0.000
空腹血糖增高	16.6%	5.8%	4.5%	6.5%	5.4%	17.2%	6.7%	7.5%	316.961	0.000

二、企业家健康自评

1、基本状况：

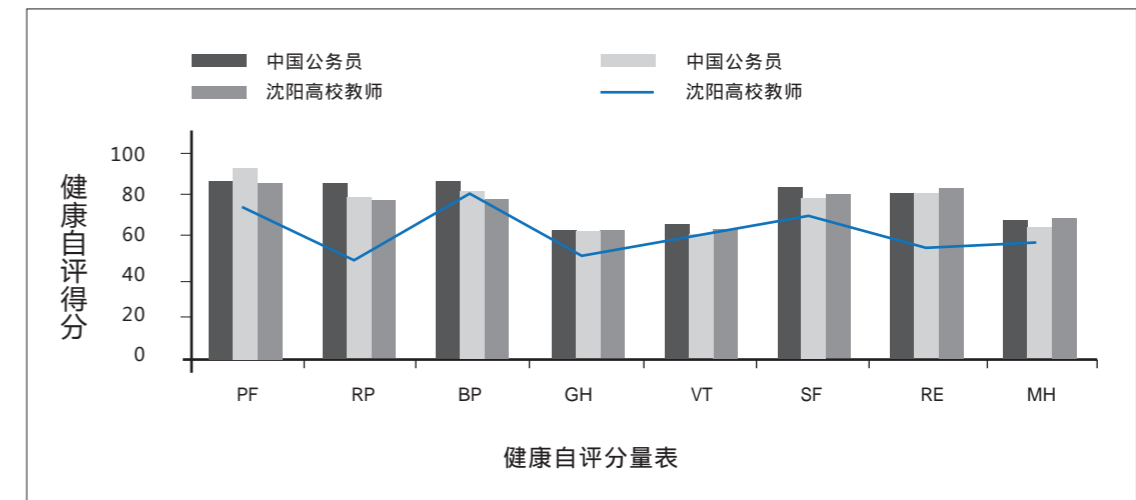
企业家健康自评整体低于其他职业人群

在对健康相关生命质量自评量表 SF-36 进行统计分析后，我们在目前对我国针对其他群体的 SF-36 健康自评研究中，选取了几类人群自评得分与企业家得分相比较：中国公务员、北京市三级甲等医院 40 岁以下无任何基础疾病青年医生、以及沈阳高校教师三类人群。健康自评得分均值比较后发现，我们所调查的企业家在所有分量表的自评得分均低于其他几类人群，提示企业家人群健康自评整体较低。

表6：中国企业家SF-36健康自评得分与其他人群比较

	中国企业家	中国公务员	北京三级甲等医院青年医师	沈阳高校教师
PF 躯体活动功能	73.71	86.55	93.03	85.81
RP 躯体对角色功能的限制	51.32	86.78	78.99	78.42
BP 躯体疼痛状态	79.70	84.70	81.89	76.72
GH 总体健康状态	50.82	61.84	63.05	63.41
VT 自我感觉的活力	59.677	66.65	61.33	63.35
SF 社会功能	69.43	82.90	79.26	80.66
RE 情绪对角色功能的限制	56.02	81.54	80.50	82.51
MH 心理健康	58.23	67.88	64.72	69.01

图5：中国企业家与中国其他职业群体SF-36健康自评得分比较



* RP：躯体活动功能； RP：躯体功能对角色功能的限制； BP：躯体疼痛； GH：健康总体自评； VT：活力；
 * 参照2011年由清华大学公共健康研究中心、《中国企业家》杂志社、爱康国宾健康体检管理集团共同发布的《中国公务员健康绿皮书》中的数据。
 SF：社会功能； RE：情绪对角色功能的限制； MH：心理健康（MH）。

二、健康自评影响因素自评

我们采用自我健康评级 (Self-Rated Health SRH) 独立项作为健康评价的变量：“总体来说，您认为自己的健康状况：非常好，很好，好，一般，差”，我们将“一般”和“差”归为一类，编码为“0”，表示健康较差；将“好”、“很好”、“非常好”合并为一类，编码为“1”，表示健康较好。

1、性别差异：

男性企业家健康自评显著优于女性企业家

尽管从体检数据来看，女性企业家健康水平高于男性企业家，但从 SF-36 健康自评问卷各分量表得分情况来看，男性对自身健康的评价却高于女性。

表6：不同性别SF-36分量表得分情况

	男性	女性	F 检验 (p)
PF	74.96	71.93	0.76 (0.384)
RP	53.91	46.48	1.58 (0.210)
BP	80.07	79.40	0.05 (0.818)
GH	51.11	50.69	0.03 (0.868)
VT	59.19	60.63	0.49 (0.485)
SF	68.63	71.08	0.807 (0.370)
RE	57.26	54.76	0.187 (0.666)
MH	57.26	59.89	1.58 (0.211)

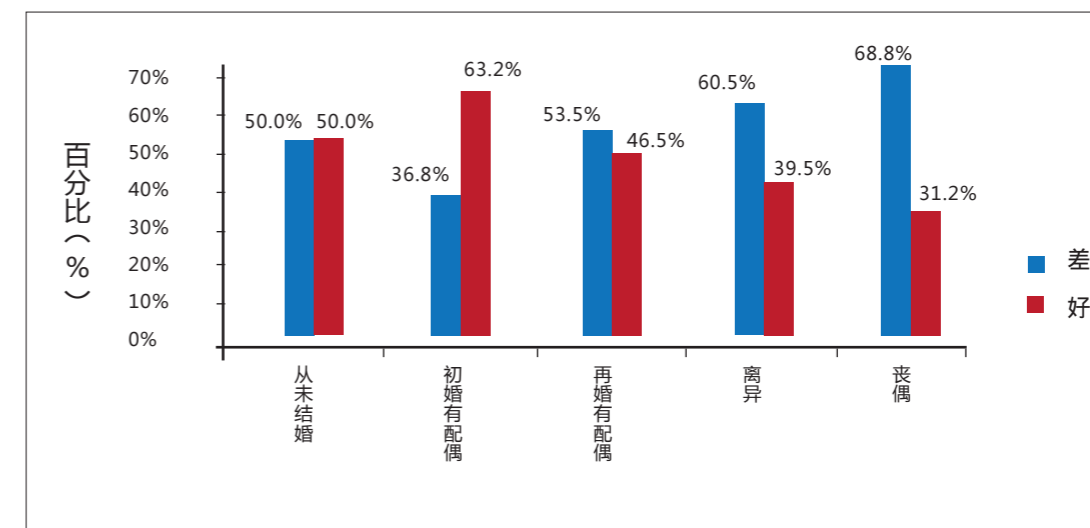
2、婚姻差异：

稳定的婚姻有利于企业家健康

婚姻状况下的企业家健康自评有显著差异 ($\chi^2=9.108, p=0.058$)。初婚有配偶人群健康自评为“好”的比例最高，达 63.2%；健康自评为“差”比例最高的人群为丧偶人群，为 68.8%；整体看来，离婚人群，无论是否再婚，其健康自评为“差”的比例都超过了 50%，甚至都高于从未结婚的人群，特别是离异一直未婚的人群健康自评为“差”的比例达 60.5%。

这一结果可能提示，婚姻对企业家的健康有重要的保护作用；而离婚本身，无论是否再婚，都可能对企业家的健康产生不利影响。

图6：不同婚姻状况下企业家健康自评分布



3、工作支持对企业家健康自评的影响：支持有利于企业家健康

我们建立“所获支持”对“健康评价”（1=好，0=差）的二分类logistic回归分析模型，其中年龄、性别作为控制变量。结果表明在各模型中两个因素均具有统计显著意义，表明所获支持得分每增加一分，健康评价增加15%（OR=1.150，p=0.05，95%CI:0.999-1.324）。由此可见，工作支持感的提升可以有益于企业家的健康水平。

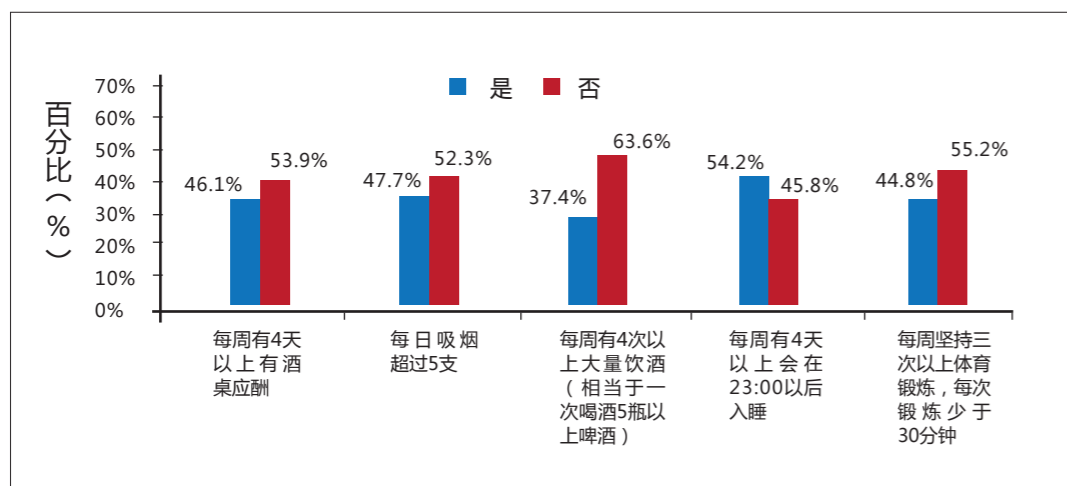
4、好竞争心理对企业家健康自评的影响：好竞争不利于企业家健康

我们建立“好竞争情绪”对“健康评价”（1=好，0=差）的二分类logistic回归分析模型，其中年龄、性别作为控制变量。“好竞争心理”量表主要由4个问题组成，如“自己应该是工作的主导者”、“大多数工作都应该做到最好”、“认同时间就是金钱”、“认同竞争是工作的常态”等。结果表明在各模型中两个因素均具有统计显著意义，表明好竞争心理得分每增加一分，健康评价降低22%（OR=0.78，p=0.023，95%CI:0.629-0.967）。由此可见，好竞争情绪可能不利于企业家的健康水平。

5、日常生活方式对企业家健康自评的影响：健康生活方式有利于企业家健康

我们设置了9个问题调查人们的日常健康生活习惯，包括饮食（如：是否每周有4天吃宵夜、是否每周有4天上有有酒桌应酬、是否周末能坚持锻炼）、饮酒（是否每周有4次以上大量饮酒（相当于一次喝5瓶以上啤酒）、吸烟（是否每日吸烟超过5支）等，选项为1和0，再将所有变量选项相加得到变量“日常良好生活方式得分”（负向问题反向计分）。我们建立“日常良好生活方式得分”对“健康评价”（1=好，0=差）的二分类logistic回归分析模型，其中年龄、性别作为控制变量。结果表明每增加一种健康生活方式（或减少一项不良生活方式），健康评价增加30%（OR=1.31，p=0.01，95%CI:1.058-1.611）。

图7：不健康生活方式状况

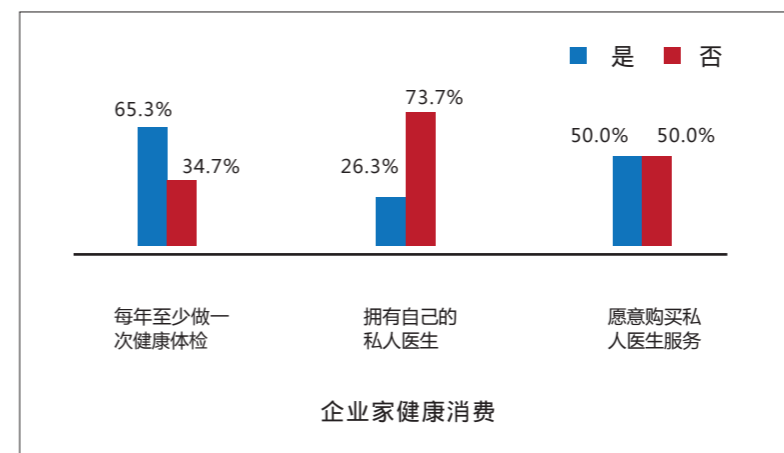


三、企业家健康消费理念：健康体检是常态，健康服务定制是方向

在对企业家健康消费行为及理念的调查中，我们发现，65.3%的企业家能够每年至少做一次健康体检，这说明大多数企业家对自身健康较为关注，也具备了一定的健康风险意识。但值得关注的是，依然有1/3的企业家并没有实现每年一次的健康体检行为，说明即使在经济条件允许的可能下，依然有一部分人群会忽略采取健康防御措施。

在购买私人医生服务方面，拥有私人医生的人群仅26.3%，但有购买私人医生服务意愿的企业家已达50%，说明购买私人医生服务、为自身定制专门权威的、专业的医疗服务，已成为企业家们正在考虑并逐步接受的新型健康消费方式。

图8：企业家健康消费



+ 结论与建议

CONCLUSION AND SUGGESTIONS

结论与建议

本研究初步探索了我国企业家健康的基本状况，结果表明，在血脂异常、脂肪肝、超重&肥胖、骨质减少、血压增高、空腹血糖增高、甲状腺异常、血尿酸升高八项指标中，85.1%企业家被检出至少有一项指标异常，表明我国企业家健康水平不容乐观。其中在我国企业家中体检异常率排名前三项的为：肥胖或超重，血脂异常，脂肪肝。研究发现了企业家群体健康的几点差异：

- 第一，年龄与性别健康差异，总体上年龄越高健康状况越差，男性健康差于女性；
- 第二，地区的健康差异，成都企业家健康水平优于其它城市；
- 第三，与其他群体的健康差异，健康自评差于国内其他职业群体。以下几项研究结果特别值得关注与讨论。

尽管大部分数据表明，人们的健康水平随着年龄的上升而趋于更差，但几项体检指标（血脂异常、脂肪肝、血压正常高值、血尿酸升高、转氨酶升高）随年龄的倒U型分布值得反思，这一发现与以往多项关于其他人群的研究结果一致。其原因一方面可能因为老年人较中年人具备了较强的解决挫折的能力和经历，减压能力更强，并且对健康更加关注；另一方面可能在于中年层的企业家正处于人生攀升的重要时期，在生活方式、生活压力、工作压力、健康风险意识等方面比其他年龄层企业家面临更多的健康风险，特别是工作和生活中所遇到的竞争激烈、人际关系紧张、工作及家庭问题压力较大有关。

体检指标异常检出率提示男性比女性健康状况更差，但健康自评得分提示女性健康自评得分比男性更低。这一悖论形成的原因可能是复杂的，例如相对于女性，男性健康自评更涉及健康客观状况本身，而女性对自身健康的评价除了受健康客观状况的影响之外，还可能受更多其它与健康无关的因素的影响，如慢性压力感受、紧张情绪、生活关系等；另外我们的个案访谈资料表明女性对女性养生和美容的关注度远高于男性，这也可能导致她们对健康的标准高于男性，从而影响其健康自评得分。

本研究测量了工作支持感对我国企业家健康的影响，进一步验证了提升工作中所获支持将显著有益于企业家健康水平。另外，多项国外研究均表明生活方式影响对健康存在显著的影响，本研究进一步验证了坚持少烟少酒、作息规律、参加锻炼等良好的日常生活方式将显著提升企业家健康状况。

由数据结果我们可以看出，慢性疾病风险是企业家人群的主要健康问题，特别是中年群体可能是“健康”→“亚健康”→“疾病”的高风险人群。根据以上研究发现，我们建议，对于企业家的健康管理，除了《2011年企业家健康绿皮书》所倡议的“提高健康风险意识；主动分散工作压力，重视心理健康；营造全社会重视企业家健康的氛围”外，我们进一步建议如下：

1、提高健康风险意识，特别是男性企业家的健康风险意识，倡导男性企业家的健康生活方式。

从各项体检指标的检出率来看，相对于女性企业家，男性企业家在慢性非传染性疾病风险更高，比女性更可能是“健康”→“亚健康”→“疾病”的高风险人群；另一方面，他们健康自评却高于女性，其原因之一是男性企业家健康风险意识较低。因此，针对我国男性企业家人群，应特别关注提高健康风险意识，倡导健康生活方式。

提高男性企业家风险意识。男性健康意识较女性更低，对健康问题的敏感性较弱，可能直接导致男性企业家较难发现自身存在的健康问题，甚至知道存在一定健康问题时也由于是慢性健康问题而非性命攸关问题，致使他们不予重视而错失预防治疗的良好时机。因此应倡导男性企业家提高健康意识，特别是普及男性企业家体检指标异常率较高的相关疾病风险知识，例如肥胖、血压高、血糖高、转氨酶高、脂肪肝等异常指标可能带来的潜在疾病风险，提高自我防病意识，防患于未然。

倡导男性企业家开展健康的工作与生活方式。男性企业家在血脂异常、脂肪肝、肥胖或超重、空腹血糖增高、血压增高等多项指标上均显著高于女性，这些指标大多与日常生活方式、饮食习惯密切相关。因此应在男性企业家群体中提倡健康工作、生活方式和氛围，号召烟酒有度，减少应酬，合理膳食，劳逸结合，加强体育锻炼。

2、关注企业家家庭幸福，维持并稳固家庭对企业家健康的保护机制

数据表明，婚姻对企业家健康有重要的保护作用，一直处于正常婚姻中的企业家，有更好的健康自评，可见家庭安定圆满可以为企业家健康、特别是心理健康产生重要的保护机制。在我们的访谈中也发现，许多企业家都将家人特别是配偶视为对自己健康影响最重要的人。由此可见，家人是企业家健康维护、监督、管理的重要他人，一方面家人在日常生活上给予关怀和照顾，营造健康的生活氛围、监管健康生活方式，另一方面家人在企业家健康危机时是重要的照顾者和扶助者。

3、为企业家开发新型健康维护方式，量身定制权威专业的医疗服务模式

定期体检目前已成为大部分企业家常态性的健康选择，或者说已是企业家群体健康维护系统的“标配”。对于以亚健康状态为主要特征、以慢性疾病风险为主要健康问题的企业家群体而言，定期体检可以起到疾病风险早发现早预防早警示的作用；至于预防方案和干预措施的具体制定与实施，应针对不同个体开展针对性强、效果显著的健康维护策略，这需要相关健康管理专业机构的追踪与跟进。调查中发现有一半企业家愿意购买私人医生服务，这意味着企业家群体的新型健康消费需求业已产生，定制式的专业医疗服务模式将为企业家群体建构更为效的健康屏障。