

中央肥胖 就是...

女

性腰圍

80

厘米
(約32吋)或以上 (cm)

男

性腰圍

90

厘米
(約36吋)或以上 (cm)

實踐健康生活方式，
由均衡飲食和恆常運動開始。

(只適用於亞裔成年人士)

衛生署健康教育專線

2833 0111



衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生防護中心網頁
www.chp.gov.hk



中央肥胖



衛生署
Department of Health