

骨关节

健康

白皮书

骨关节健康白皮书



AliHealth
阿里健康

CBNDATA
第一财经商业数据中心



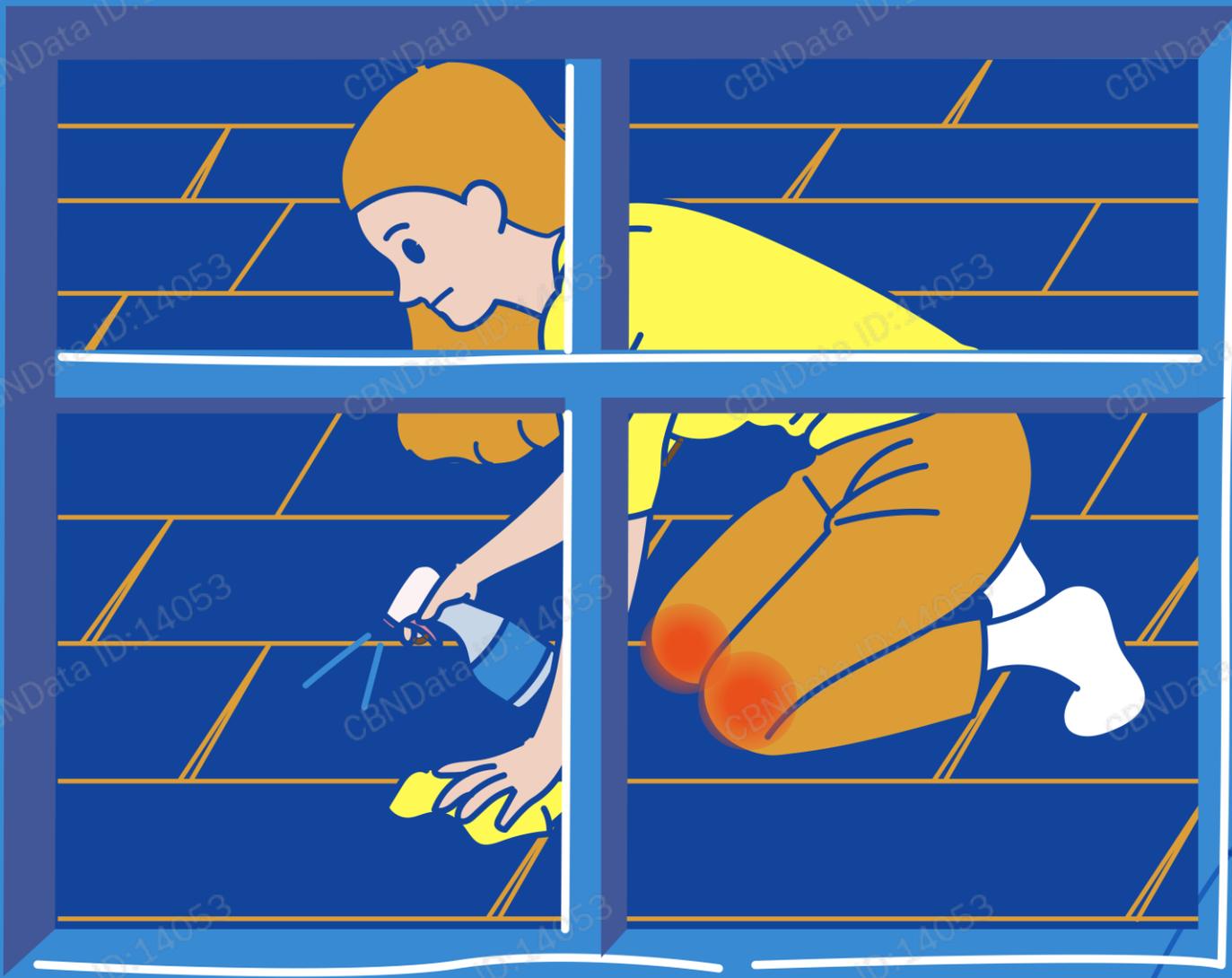
© 2020 CBNDATA. All rights reserved.



TABLE OF CONTENTS 目录



- 第一部分：国民骨关节健康状态概览 ····· 3
- 第二部分：生活状态及骨关节问题洞察 ····· 7
- 第三部分：线上骨关节护理消费趋势 ····· 24
- 第四部分：骨关节健康知识 ····· 30



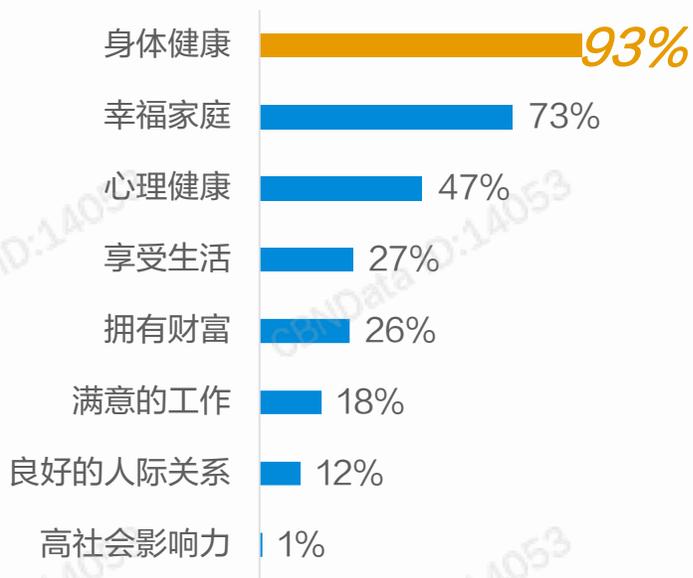
01

国民骨关节 健康状态概览

消费者健康意识强，骨关节不适已是前十大健康困扰

随着国民健康意识的不断提升，身体健康成为了国民最重视的问题。在众多健康问题中，较易被忽视的骨关节问题已悄然位居前十大困扰。根据调查显示，13%的受访者已确诊存在骨关节问题，骨关节健康不容忽视。

国民各生活态度重视程度



数据来源：丁香园&健康报社《2019国民健康洞察报告》

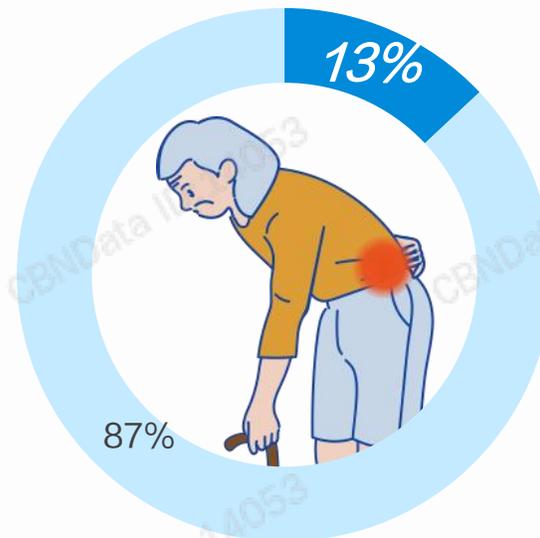
国民健康困扰 Top 10



数据来源：丁香园&健康报社《2020国民健康洞察报告》

骨关节问题组成渗透率

■ 确诊骨关节问题 ■ 未确诊骨关节问题



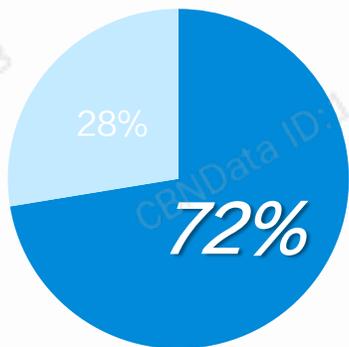
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否确诊存在骨关节的问题？N=1500

关节不适已成常态，正确的骨关节护理知识尚未普及

骨关节不适已成为国民常见问题，72%的未确诊人群都存在多种关节不适情景。大多关节不适人群都已有了积极呵护关节的态度，但仍然有9%人群未引起重视，认为关节不适只是疲劳引起的小问题。虽然他们知道关节要补，但是不知道正确的养护方式。仅有20%受访者知道氨糖和软骨素是有效的保健品，而63%受访者却误以为是骨骼缺钙所导致。

未确诊骨关节问题受访者
关节不适覆盖率

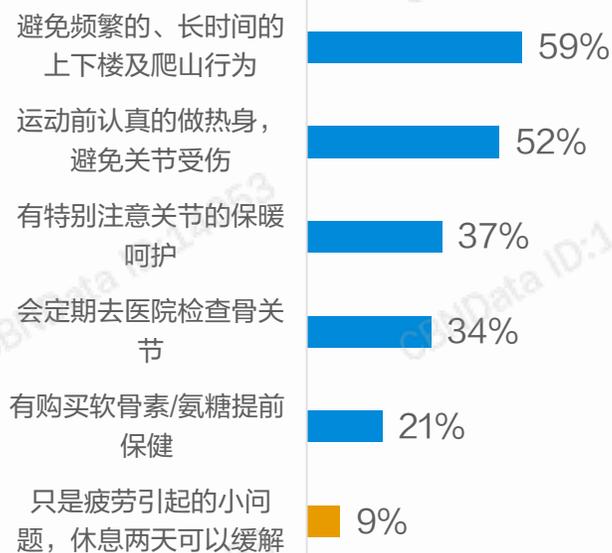
■ 存在关节不适 ■ 无任何不适



骨关节不适人群平均存在**2.7**种不适情景

数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否存在以下关节不适？ N=1303

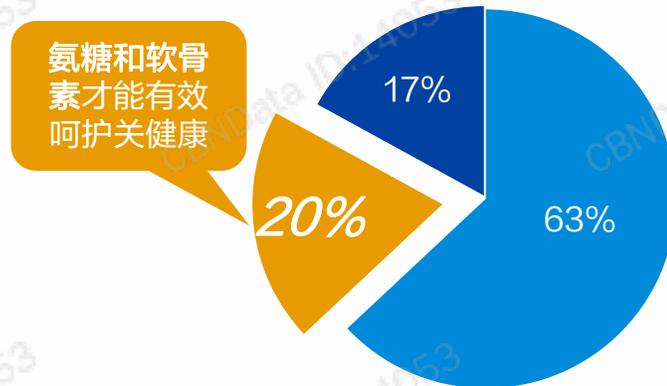
关节不适人群的骨关节护理态度



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您对关节不适的态度如何？ N=1303

骨关节护理补剂认知

■ 钙元素/维生素D
■ 氨糖/软骨素
■ 胶原蛋白/鱼油/姜黄素/透明质酸



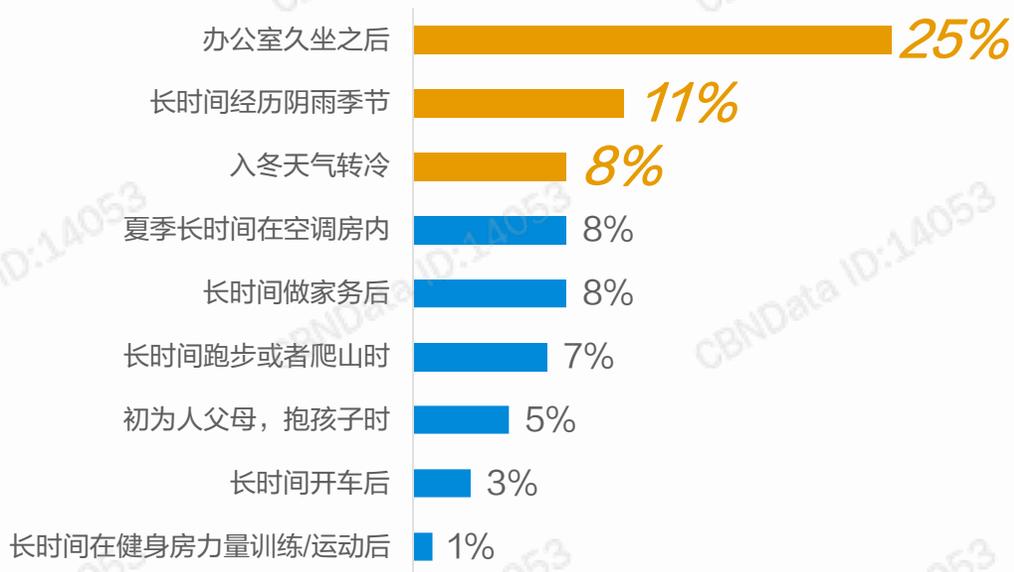
氨糖和软骨素才能有效呵护关节健康

数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您觉得为了避免关节不适的情况，需要补充以下哪种营养？ N=1500

腰部、膝盖和颈椎关节最常感到不适

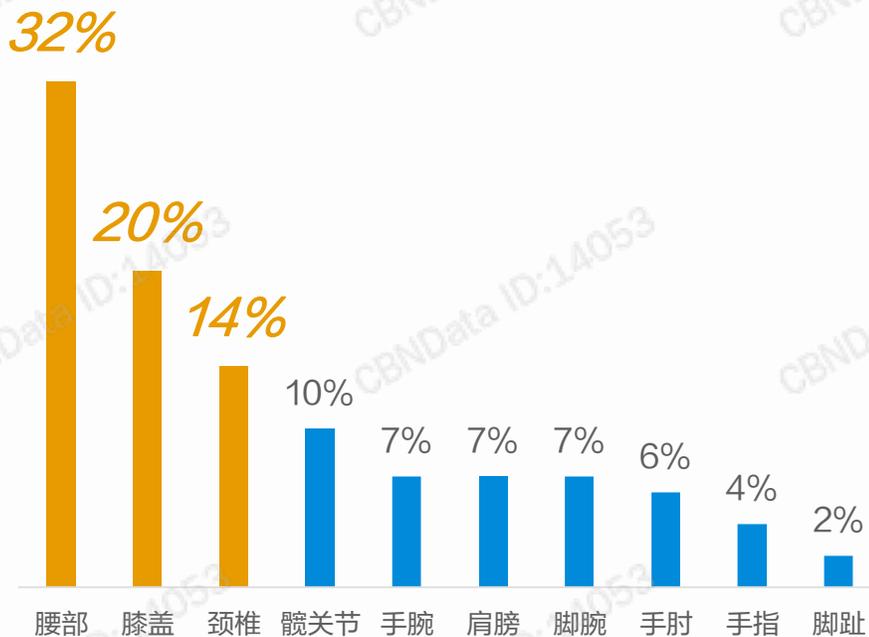
关节问题的感知与生活习惯及气候息息相关，调查研究发现，长时间在办公室久坐、长时间的阴雨季节和入冬时的气候转冷最常有明显的关节不适感体现。其中，腰部、膝盖和颈部是最容易产生关节不适的三大部位。

第一次出现骨关节不适场景



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
 数据说明：您在以下什么场景第一次感到关节不适？ N=1500

最易产生不适的关节



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
 数据说明：您以下哪个关节经常出现不适的情况？ N=1500

02

生活状态及 骨关节问题洞察



那些需要重点养护关节的人群，你在其中吗？

年龄、生活习惯、居住环境各异的人群，都存在不同的关节健康困扰。根据研究调查显示，中老年人、白领上班族、运动爱好者、超重人士、湿寒地区和家务劳动人群关于自己骨关节健康程度自评分均不高于平均水平3.29分。

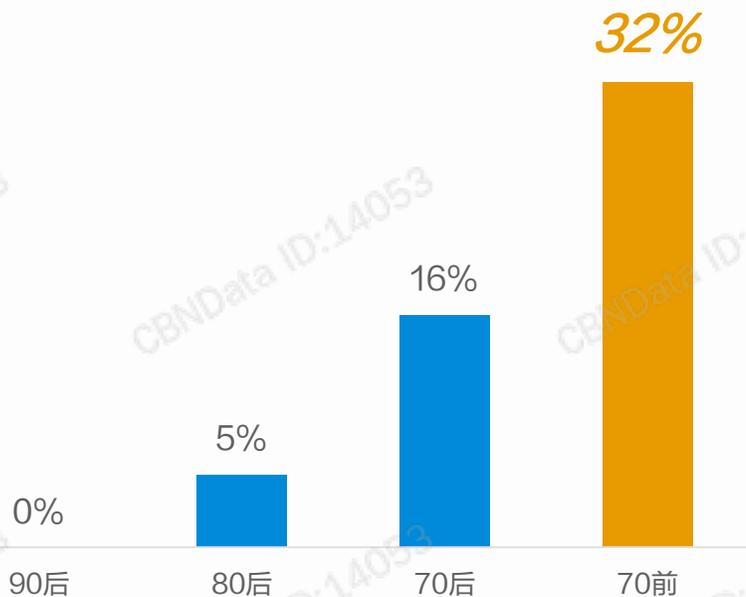


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：请根据您自己骨关节健康状况，用1-5分打分？ N=1500

中老年人 | 积极呵护关节，抵挡岁月的攻击

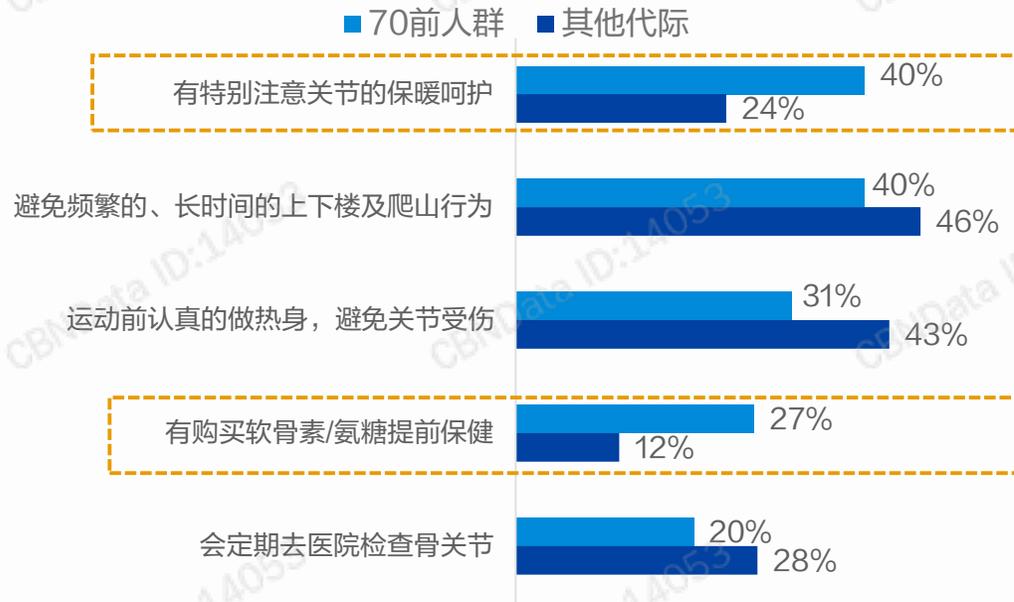
伴随着岁月的侵袭，骨关节更容易变得脆弱。调查研究发现，随着年龄的增长，骨关节问题确诊比例急剧上升。其中32%的中老年人（70前人群）已确诊存在关节问题。相比于年轻人们，中老年人更积极护理关节的健康。他们更关注关节的保暖呵护，也更有购买软骨素和氨糖来提前保健的意识。

分代际骨关节问题确诊比例



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否确诊存在骨关节的问题？ N=1500

骨关节护理态度



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您对关节不适的态度如何？ N=1500

中老年人可尽量避免手提重物、下蹲站起，以免产生关节不适

相比其他代际人群，中老年人的膝盖、髌关节、手腕、肩膀及手肘关节更易产生不适的情况。因此，他们常在拿提重物及下蹲站起的时候感到不适。他们的关节不适感知也同样在寒冷、阴雨的天气更明显。

70前人群骨关节不适场景

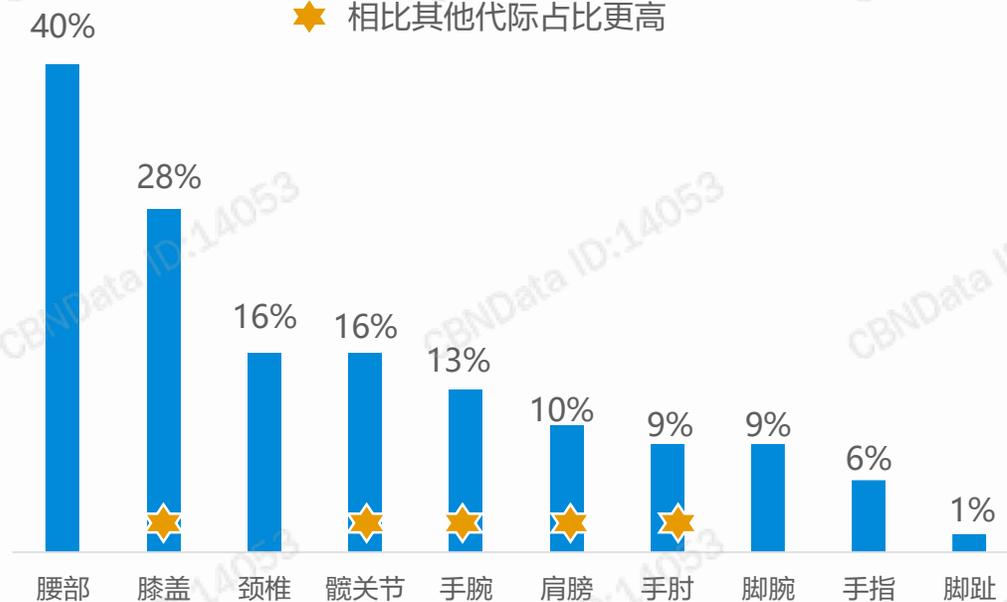
★ 相比其他代际占比更高



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否存在以下关节不适？ N=375

70前人群最易产生不适的关节

★ 相比其他代际占比更高



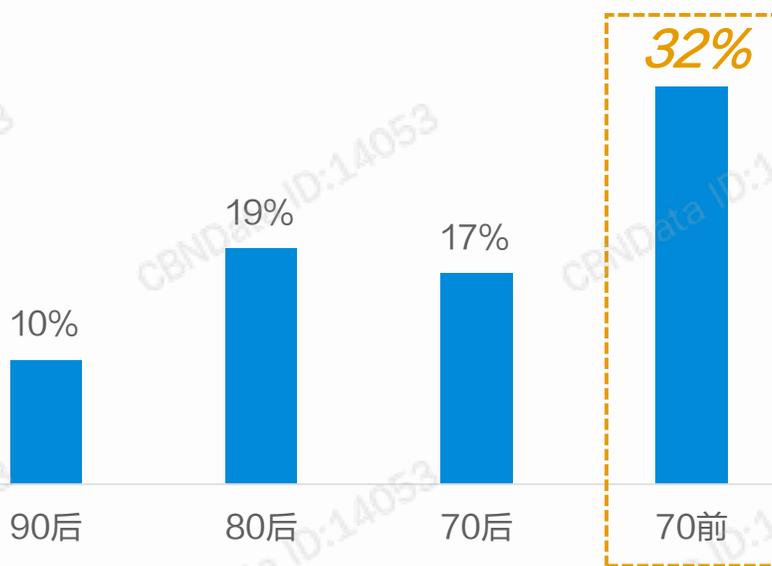
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您以下哪个关节经常出现不适的情况？ N=375

中老年人关节护理知识更充沛，行动更迅速

更多中老年人具有正确的补护骨关节知识，但仍有68%的中老年人群有待被科普正确的关节护理知识。并且在护理关节的行动上中老年人比年轻人更迅速，氨糖购买的渗透率更高。但目前也仅有27%的中老年人下单购买了氨糖。

骨关节护理补剂认知

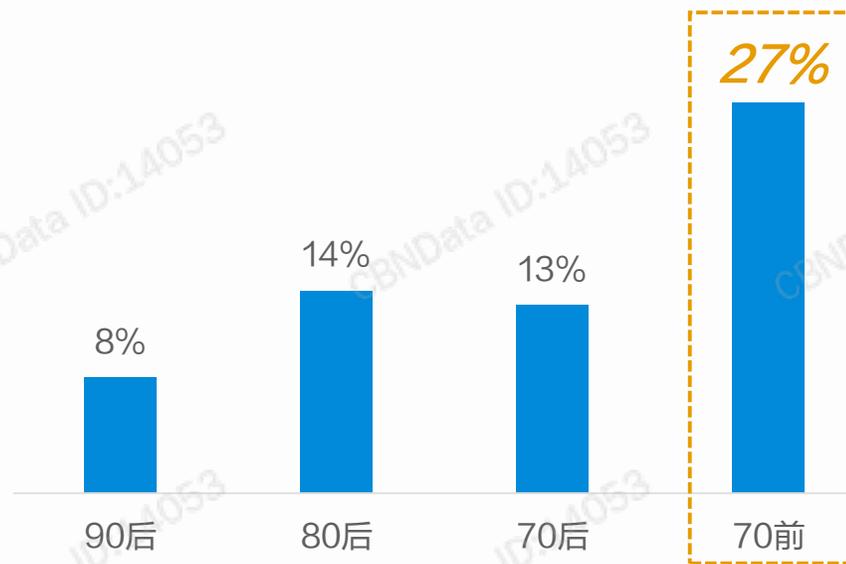
■ 应补充氨糖/软骨素



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

数据说明：您觉得为了避免关节不适的情况，需要补充以下哪种营养？ N=1500

氨糖购买渗透率



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

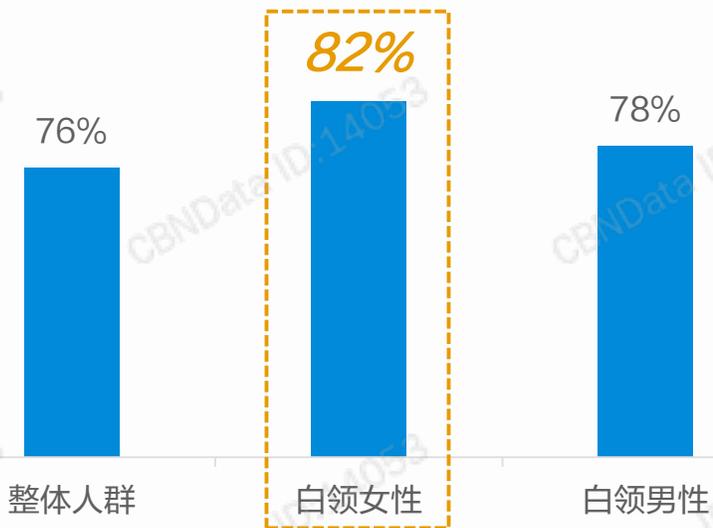
数据说明：您对关节不适的态度如何？ N=1500

白领上班族 | 近八成都市白领易存在骨关节不适

不良的生活习惯容易产生关节的不适情况，久在办公室的白领上班族相比整体人群，存在骨关节不适的比例更高，尤其是白领女性占比更高，不适人群已经高达82%。白领男性相比女性较不注重正确的生活习惯及姿势。

骨关节不适人群覆盖率

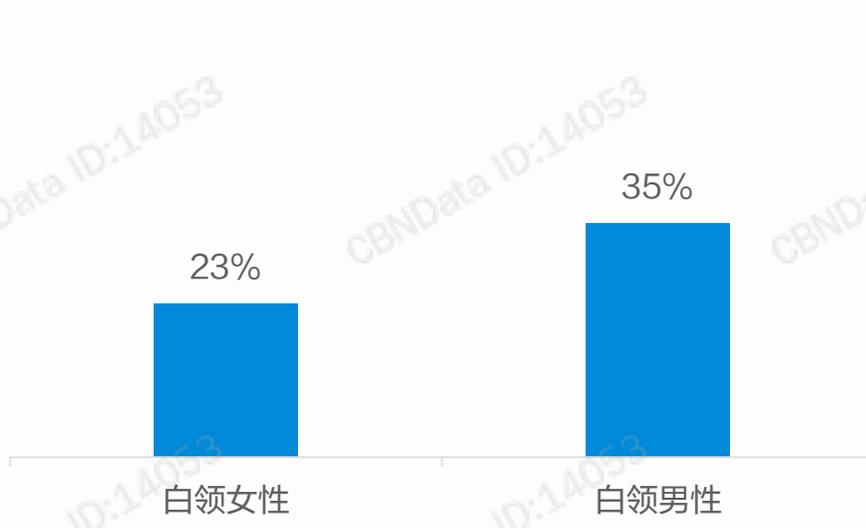
■ 存在骨关节不适



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否存在以下关节不适？ N=1500

不良生活习惯及姿势知识自测

■ 无法说出三种及以上对关节造成不良影响姿势或习惯

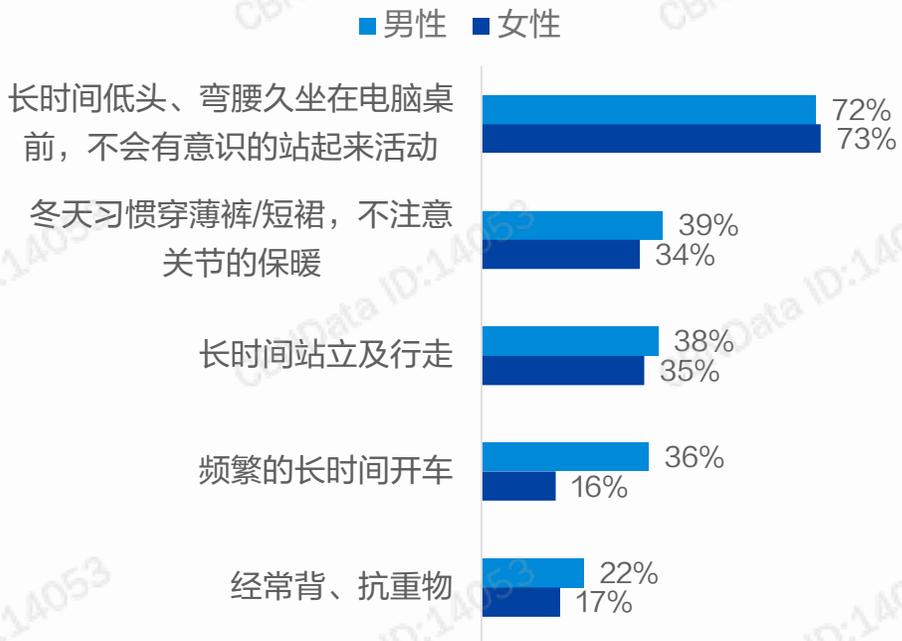


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否能说出三种及以上会对关节造成不良影响的姿势或习惯？ N=648

白领女性颈椎、腰部和膝盖关节不适情况更为明显

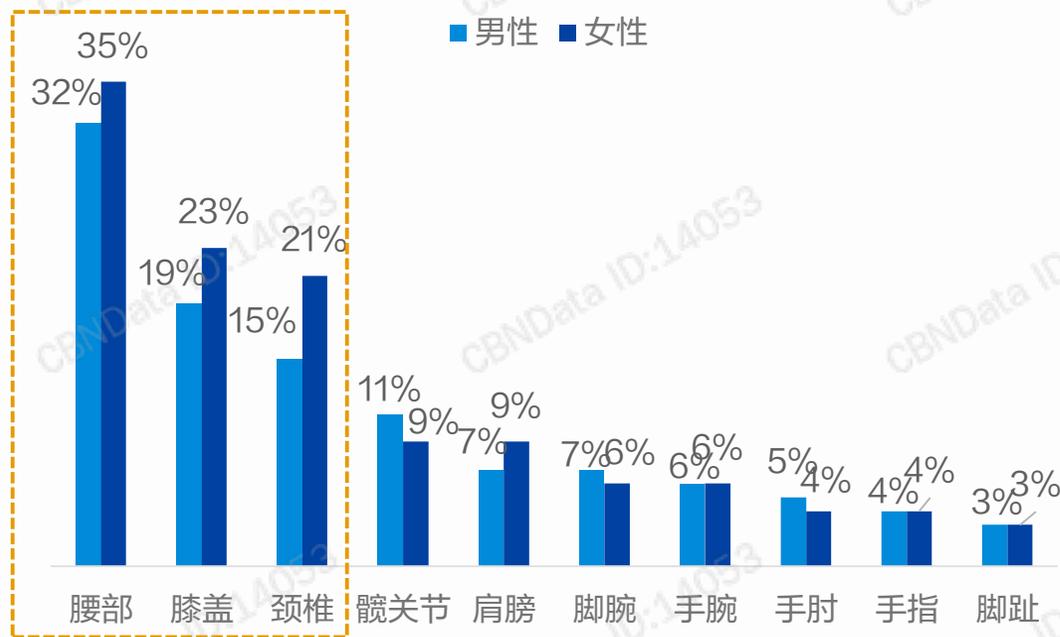
长时间低头和弯腰久坐在电脑桌前，不愿意站起来活动是白领上班族们的通病。相比白领男性，白领女性更多会感到腰部和颈椎不适，可能与她们更常低头久坐在电脑桌前有关。

白领人士常见不良生活习惯



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否有以下习惯？ N=648

白领人士最易产生不适的关节



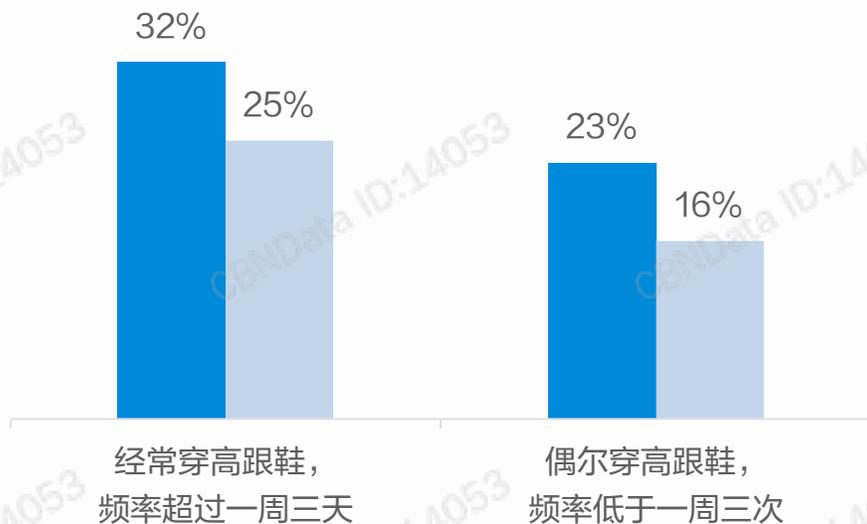
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您以下哪个关节经常出现不适的情况？ N=648

频繁穿高跟鞋女性更多感到膝盖不适

相比白领男性，女性的膝盖不适情况也更普遍。基于工作需求，55%女性会日常上班穿高跟鞋，其中32%白领女性需要一周穿三次以上。频繁穿高跟鞋易对膝盖产生压力，相比于不穿高跟鞋的白领女性，高频穿高跟鞋人群更多的感觉到膝盖关节的不适。

白领女性穿高跟鞋渗透率

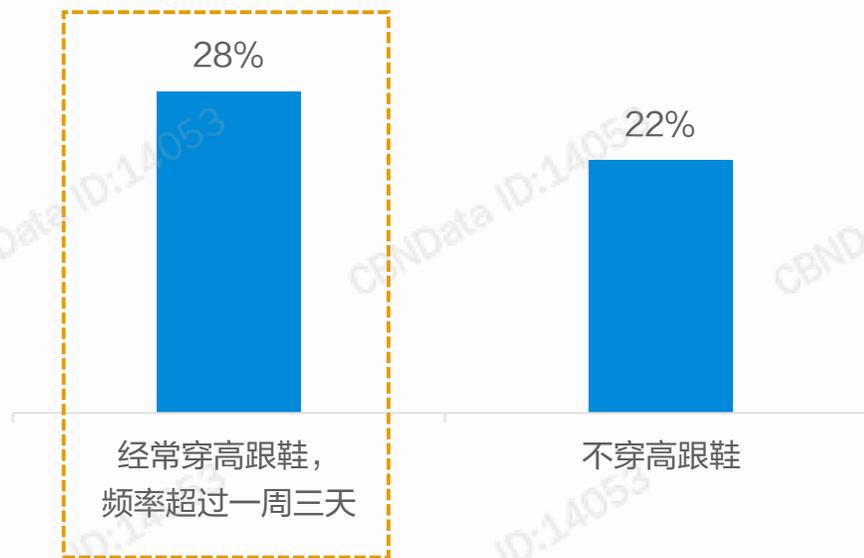
■ 白领女性 ■ 整体女性



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否有以下习惯？ N=341

白领女性膝盖经常感觉不适占比

■ 膝盖经常感觉不适



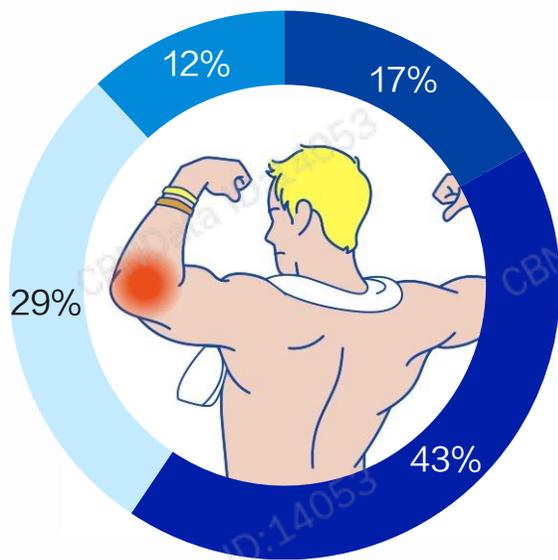
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您以下哪个关节经常出现不适的情况？ N=341

运动爱好者 | 运动爱好者需更关注腰部和膝盖的关节防护

随着国民运动浪潮的兴起，83%的受访者已经养成日常运动的好习惯，其中每周运动高达三天以上的运动爱好者们占据41%。但不正确的运动方式易受伤，相比无运动习惯人群，运动爱好者们在腰部和膝盖关节上更常感觉到不适。

日常运动频率

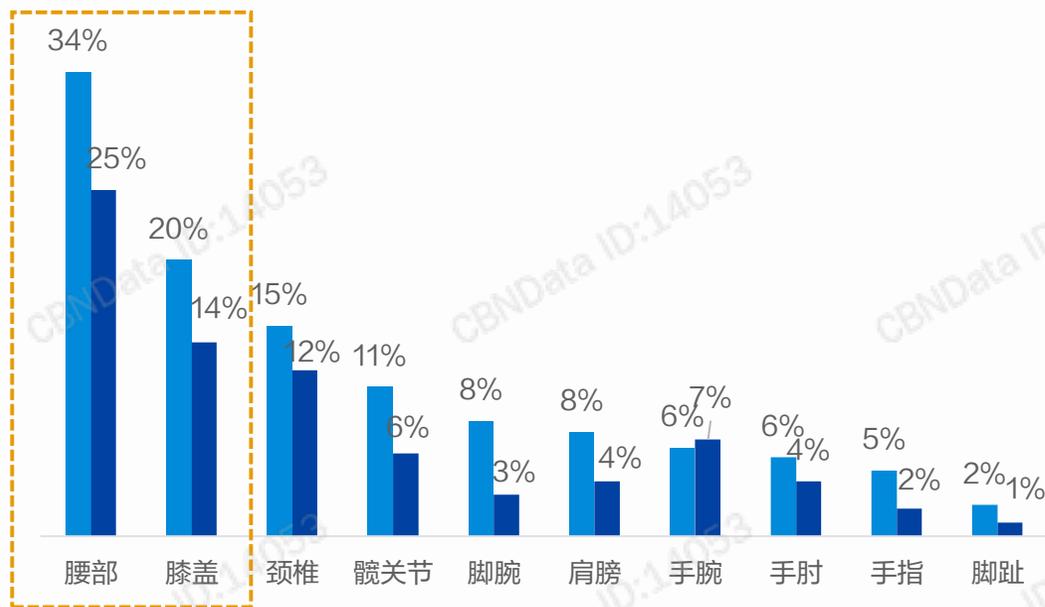
- 几乎没有
- 有，平均每周运动 1-2天
- 有，平均每周运动 3-4天
- 有，平均每周运动 5-7天



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您平时有运动的习惯吗？ N=1500

经常运动人士最易产生不适的关节

- 每周运动3天以上
- 无运动习惯

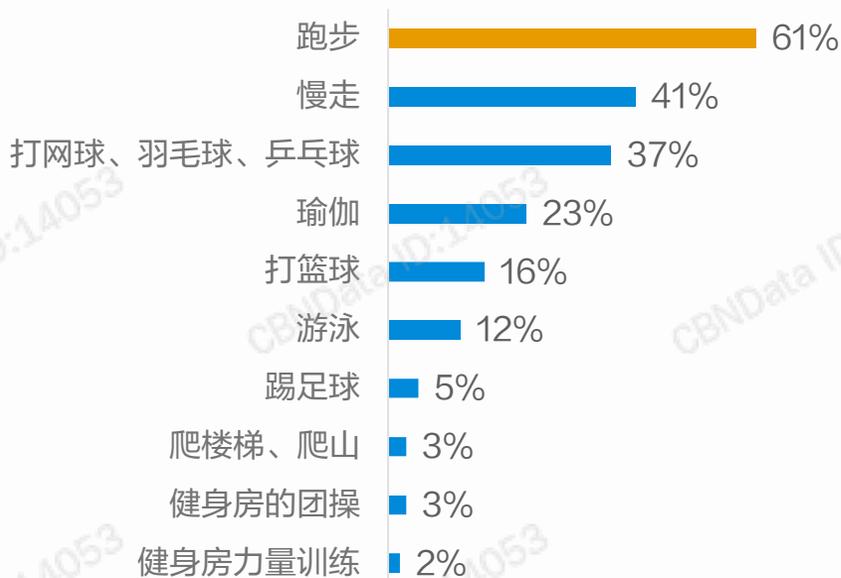


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您以下哪个关节经常出现不适的情况？ N=1500

大众最爱的跑步易产生关节不适，健身房力量训练最常关节受伤

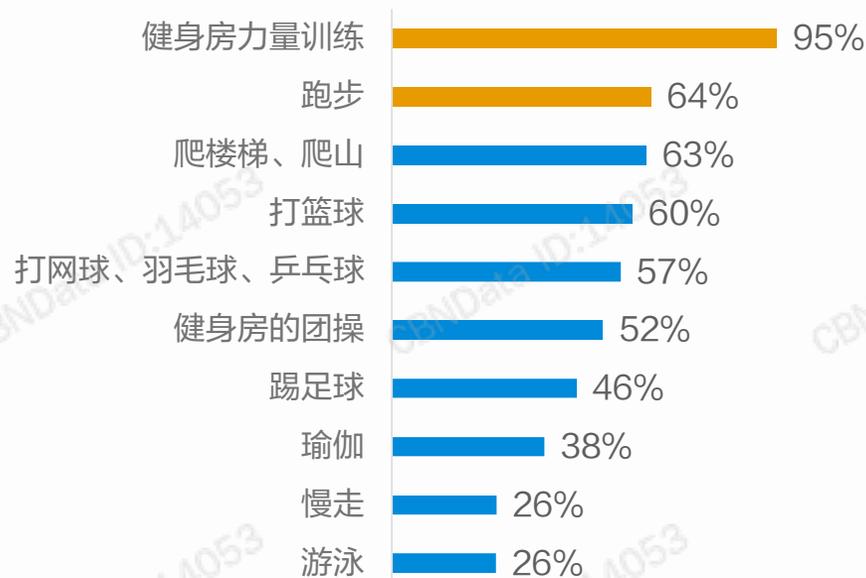
在各类型的日常运动中，跑步最受大众的青睐。但是跑步也同样极易产生关节不适，热爱跑步的人群中有64%曾经有过关节不适或受伤。健身房力量训练最容易导致关节问题，近95%训练者都出现过关节不适或受伤。

日常各类型运动渗透率



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您平时会做哪些运动？ N=1251

各类型运动发生关节不适或受伤比例



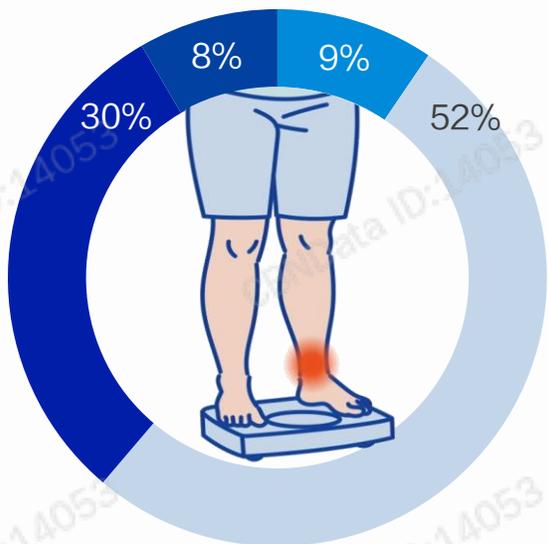
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您在做什么运动时，曾有过关节不适或受伤？ N=1251

超重人士 | 超重人士对关节护理意识较为浅薄

肥胖已是当代人重要的健康问题，38%受访者存在过重及肥胖的困扰。相比整体人群，超重人士对关节呵护的意识相对浅薄。11%的超重人士认为骨关节不适仅是疲劳引起的小问题，且他们之中有购买氨糖提前保健、运动前认真做热身的比例也相对更低。

BMI体重指数分布

■ 偏轻 ■ 标准 ■ 过重 ■ 肥胖



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

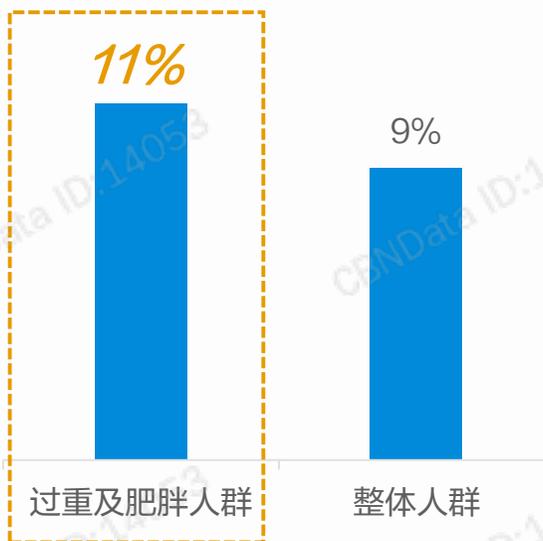
数据说明：您的身高和体重？ N=1500

基于BMI指数计算，>28为肥胖，24-28为过重，

18.5-24为标准，>18.5为偏轻

骨关节不适态度

■ 只是疲劳引起的小问题，休息两天就可以缓解

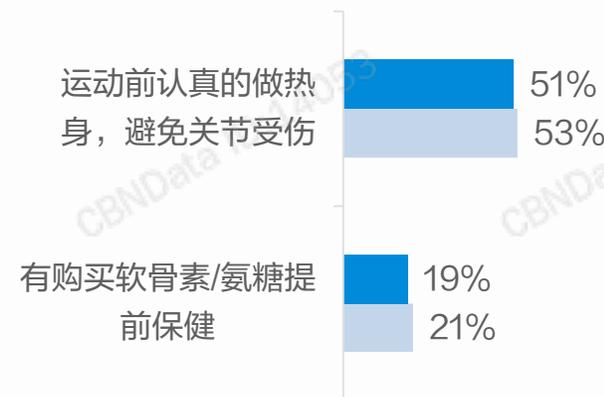


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

数据说明：您对关节不适的态度如何？ N=431

骨关节不适护理态度

■ 超重及肥胖人群 ■ 整体人群



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

数据说明：您对关节不适的态度如何？ N=431

超重人士的下肢膝盖和髌关节更易产生不适

下肢的膝盖和髌关节是超重人士相对更易产生不适的部位，因此他们在下蹲站起、小跑或快走等场景中，更常产生关节的不适情况。这可能与体重过高给关节带来更大的压力有关。

过重及肥胖人群骨关节不适场景

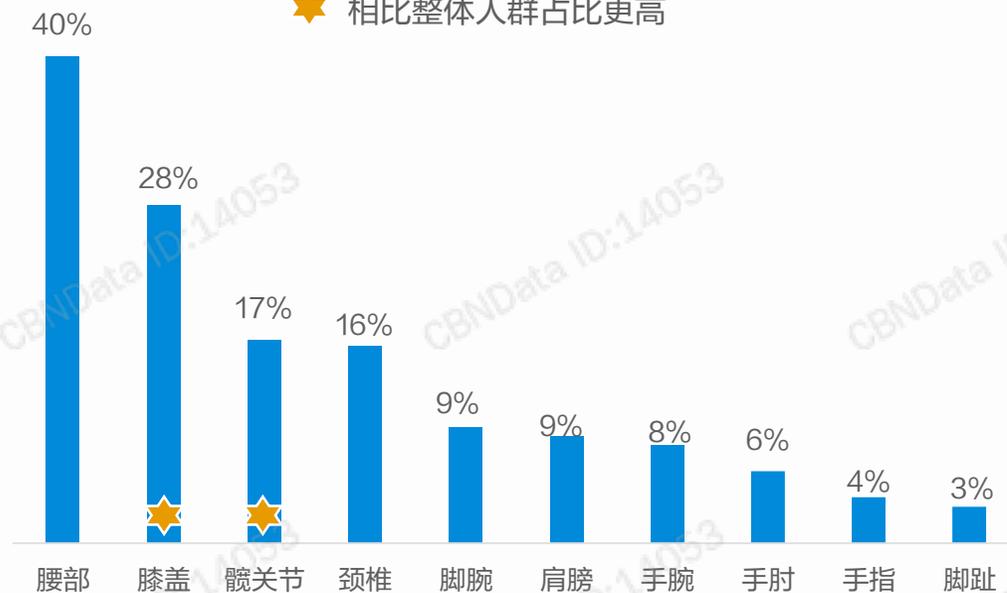
★ 相比整体人群占比更高



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您是否存在以下关节不适？ N=431

过重及肥胖人群最易产生不适的关节

★ 相比整体人群占比更高

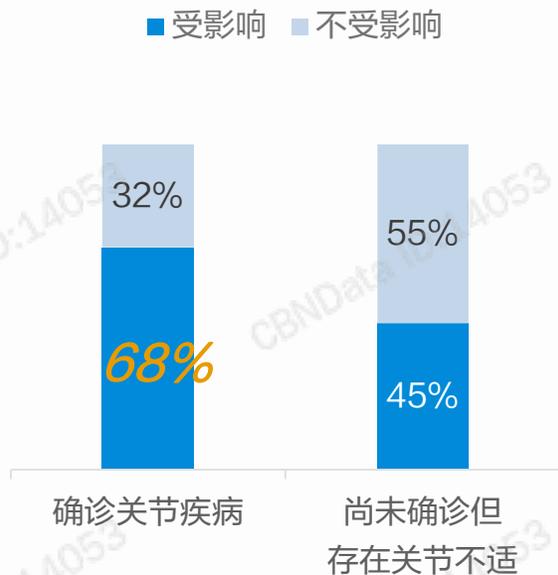


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您以下哪个关节经常出现不适的情况？ N=431

寒湿地区 | 关节问题感知易受气候加剧，湿度变化影响最大

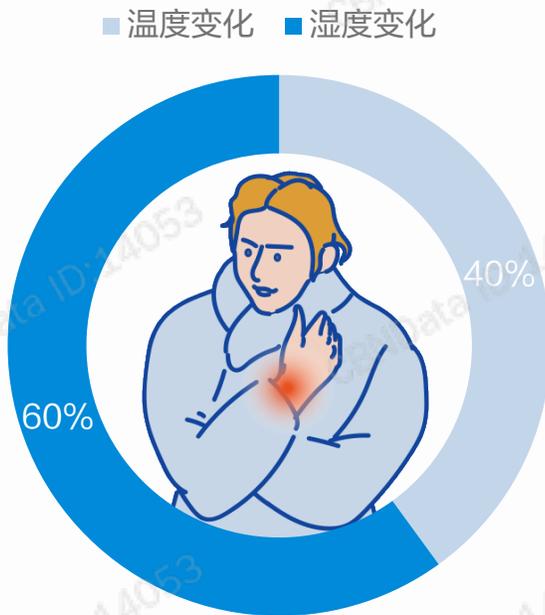
气候变化易引起关节不适的状态加剧。调查显示，68%的关节问题患者表示关节不适感会随着气候变化而加重。其中湿度变化是加重关节不适感的最主要因素。伴随着低温的高湿度气候，最常导致关节不适的感知。

关节不适随气候变化加重



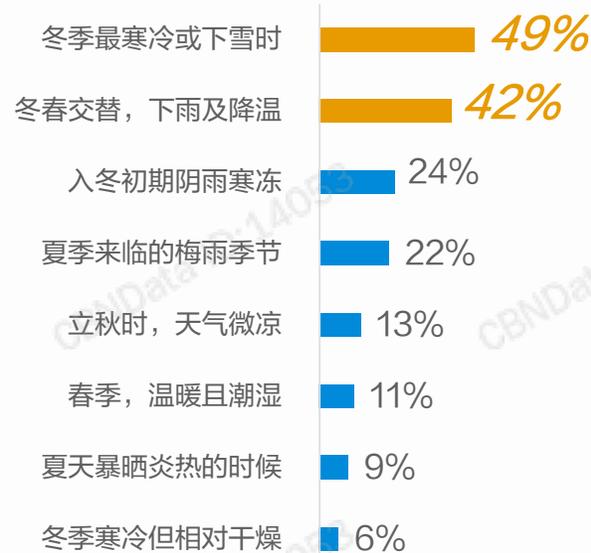
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您觉得您的骨关节不适会随着气候变化而加重吗？ N=1140

影响关节不适气候因素



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您的骨关节不适对以下哪种气候因素感知更明显？ N=1140
大数据·全洞察

最常感知关节不适气候



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：以下哪种气候您最常感到关节不适？ N=1140

西北、西南、华南及东北居民关节不适受气候影响更大

西北、西南、华南及东北地区居民表示关节不适的感知更易随着气候变化而加剧，入冬期和冬春交替易下雨的季节、春季温暖却潮湿的气候都最容易导致他们的关节不适感加强。

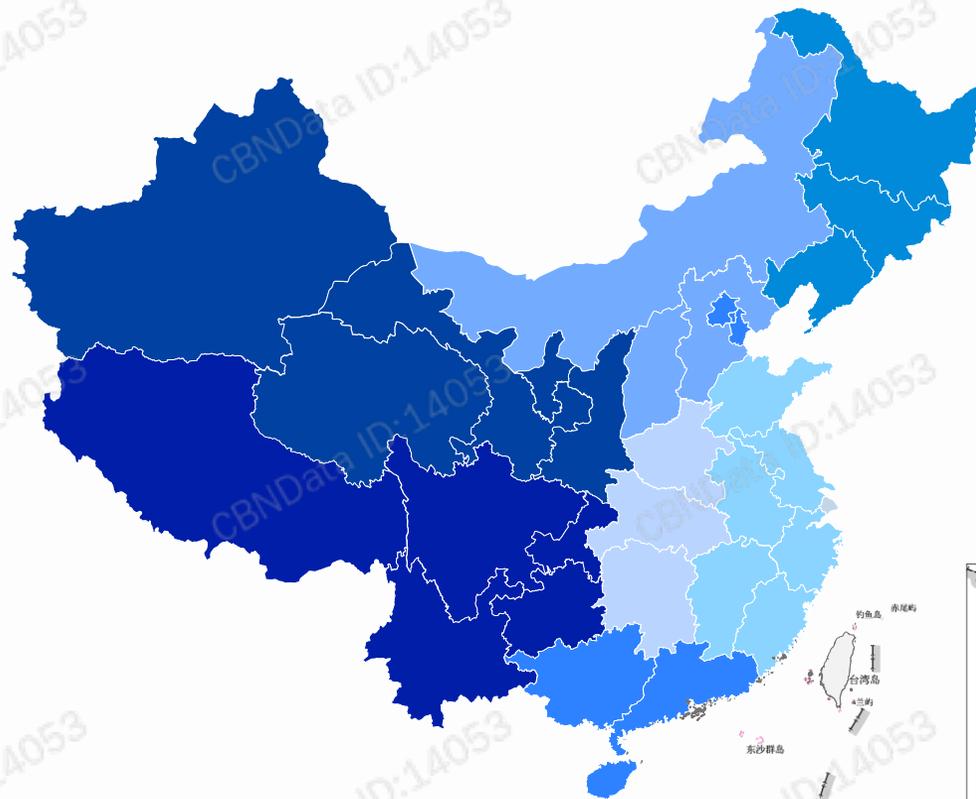
- 49% 华北居民**
关节不适受气候影响加剧

更易在“立秋时，天气微凉”气候感到关节不适
- 56% 西北居民**
关节不适受气候影响加剧

更易在“春季，温暖且潮湿”气候感到关节不适
- 56% 西南居民**
关节不适受气候影响加剧

更易在“入冬初期阴雨寒冻”气候感到关节不适
- 54% 华南居民**
关节不适受气候影响加剧

更易在“春季，温暖且潮湿”气候感到关节不适



★ 全国51%受访者表示关节不适受到气候影响加剧，其中标记地区的比例高于全国平均水平

★ **51% 东北居民**
关节不适受气候影响加剧

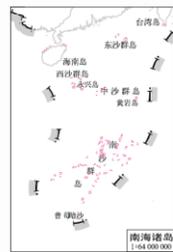
更易在“冬春交替，下雨及降温”气候感到关节不适

42% 华中居民
关节不适受气候影响加剧

更易在“夏季来临的梅雨季节”气候感到关节不适

43% 华东居民
关节不适受气候影响加剧

更易在“冬春交替，下雨及降温”气候感到关节不适



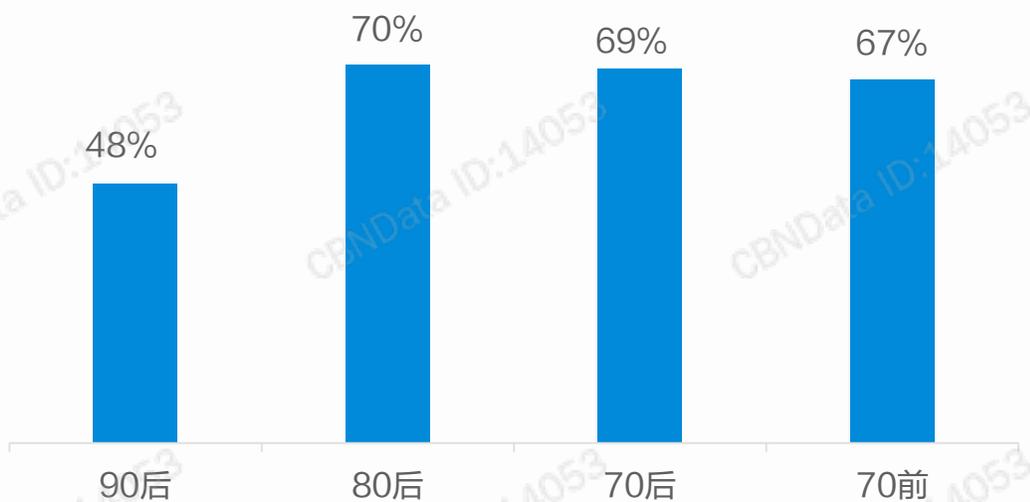
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

数据说明：您觉得您的骨关节不适会随着气候变化而加重吗？N=1140；以下哪种气候您最常感到关节不适？N=1140
更易产生关节不适气候根据TGI计算得出，TGI= 特定气候中某地区人数占比/全国平均人数占比-1；大于0表示易受到影响

家务劳动 | 关节不适易发生在家务劳动场景

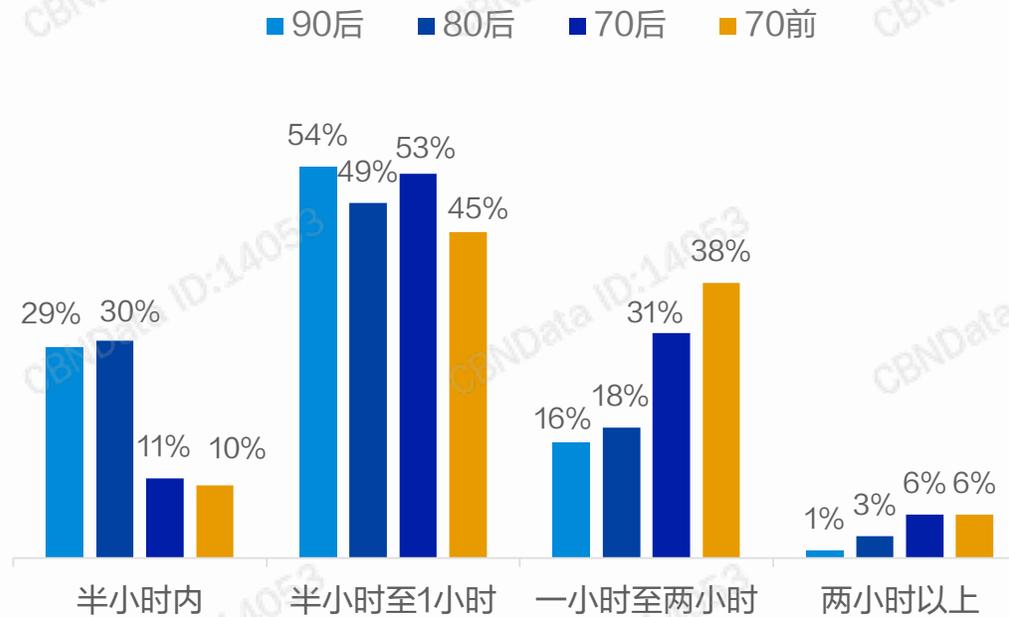
近7成的80后、70后及70前人群在家务劳动中曾产生过不适的情况，可能与他们每日长时间的做家务有关。他们每天的家务时间主要集中在半小时至一小时之间，70后及70前做家务更频繁，超过三成会花费一小时至两小时。

家务劳动中曾产生关节不适比例



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您在以下哪种场景中最常感到关节不适？ N=1500

平均每日做家务时长



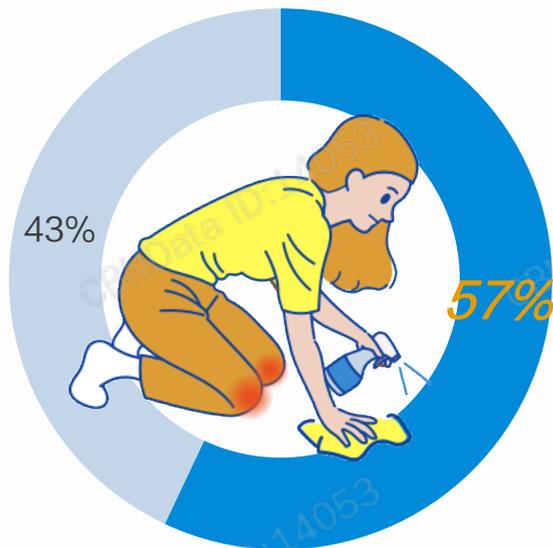
数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您平均每天花费多少时间做家务？ N=1500

家务劳动时关节保护意识不足，年轻90后及80后更薄弱

大众在家务劳动场景对保护关节的意识较为薄弱，57%受访者从来没有特别注意过。较年轻的90后及80后对做家务易伤关节的概念更薄弱，78%的90后从没有在做家务时特别去保护自己的关节。

家务劳动时关节保护态度

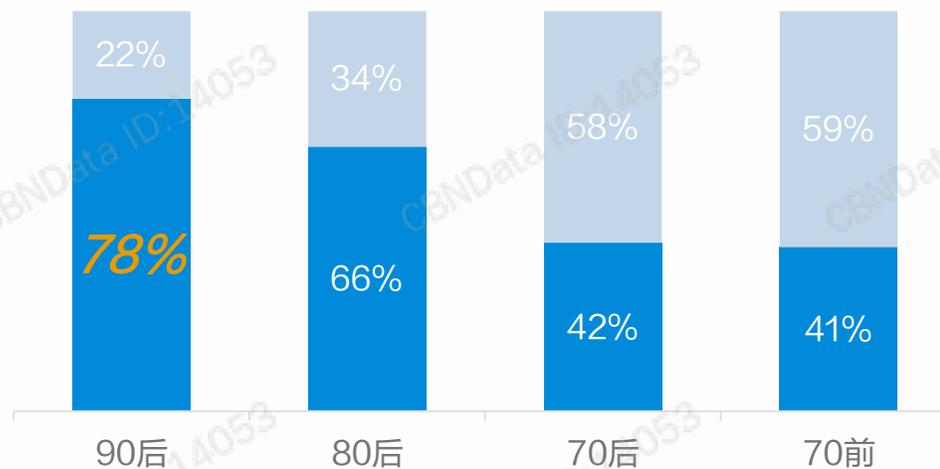
■ 从来没有特别注意过 ■ 会尽量避免伤关节的姿势



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您在做家务时会有意识的保护关节吗？ N=1500

家务劳动时关节保护态度

■ 从来没有特别注意过 ■ 会尽量避免伤关节的姿势

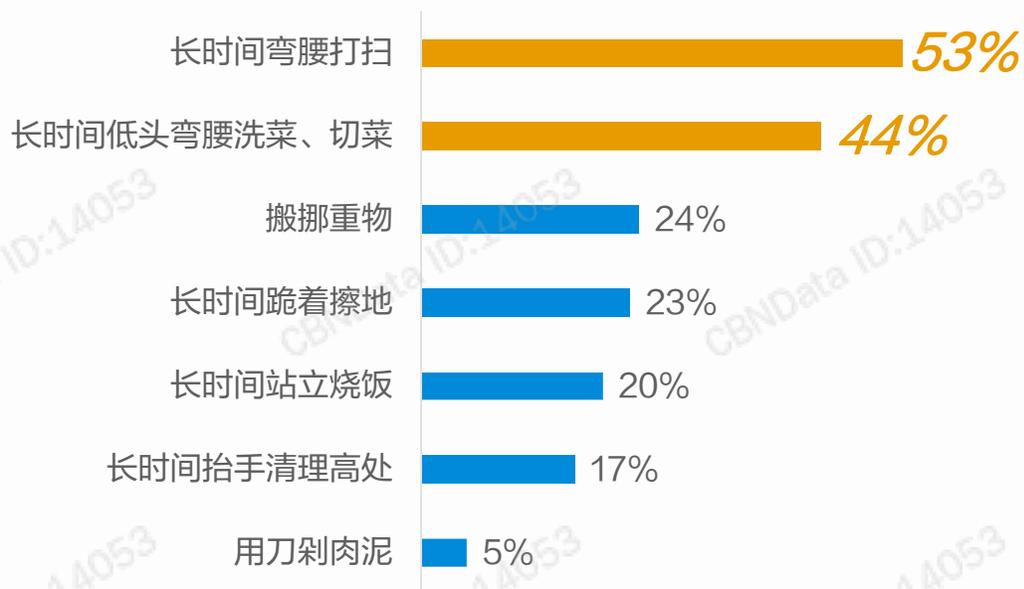


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您在做家务时会有意识的保护关节吗？ N=1500

日常弯腰打扫、洗切菜最伤关节，做家务超一个小时容易感到不适

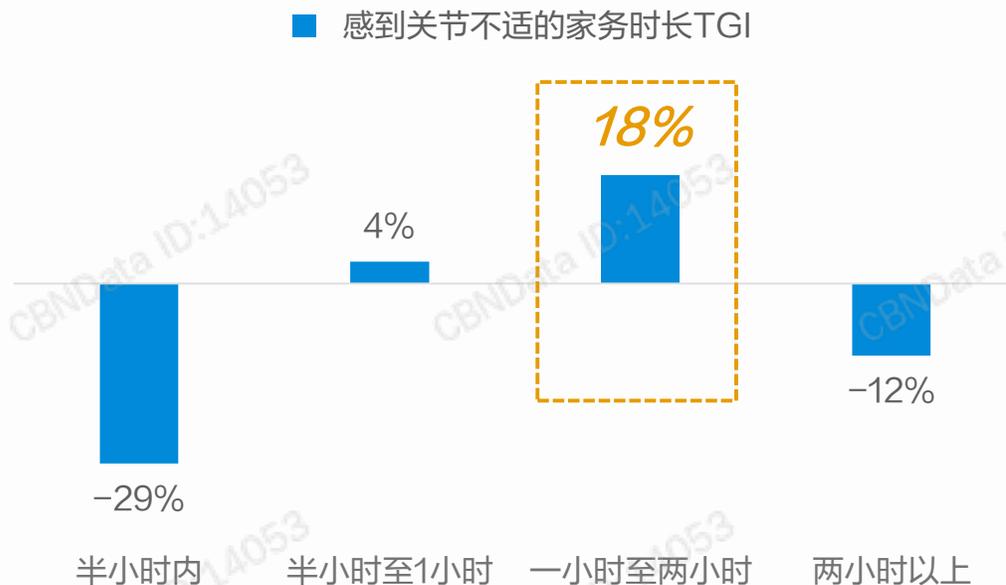
在各类型的家务劳作中，最频繁的日常弯腰打扫卫生、低头弯腰洗切菜是最易导致关节不适情况的场景。调研发现，更多人的家务时长在一小时至两小时更容易感觉到关节的不舒适。

各类型家务场景发生关节不适比例

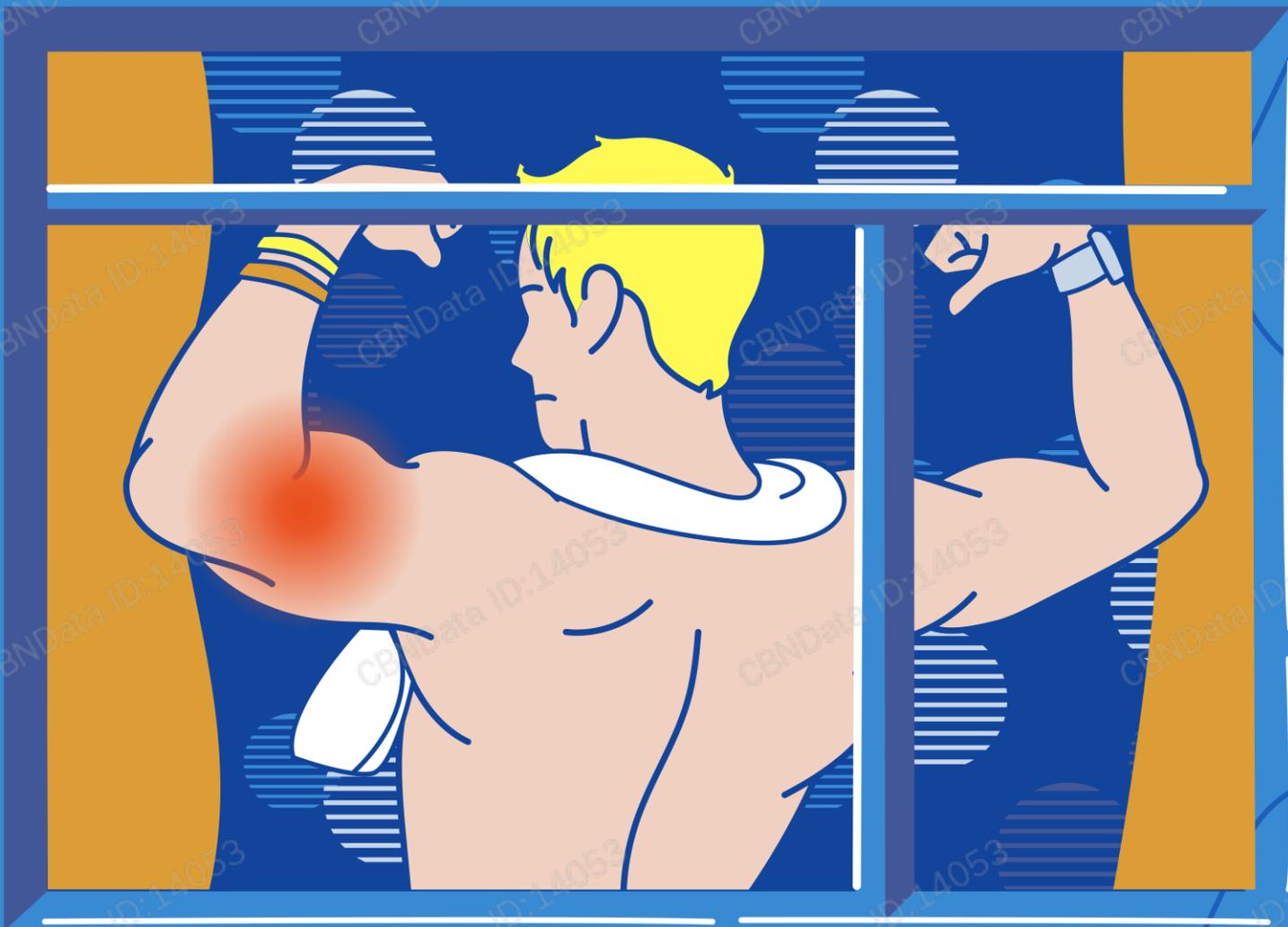


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
 数据说明：您在以下哪种场景中最常感到关节不适？N=1500

易产生关节不适的家务时长



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
 数据说明：您大约在做多久的家务后开始感到关节受力不适？N=1120
 易产生关节不适的家务时长根据TGI计算得出，TGI = 特定时长易产生不适人数占比/特定时长做家务的人数占比-1；大于0表示易感到不适



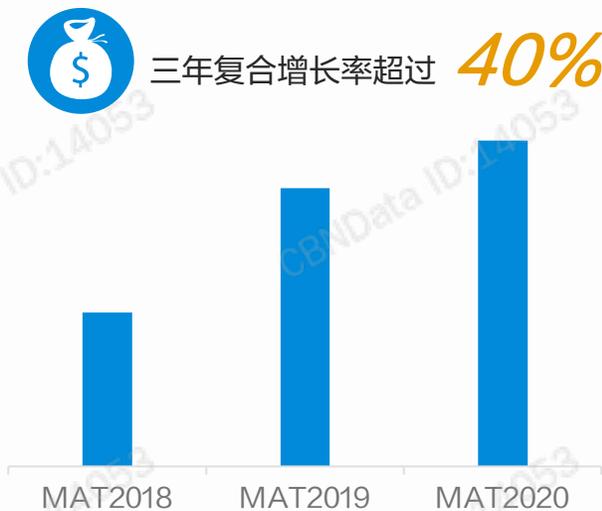
03

线上骨关节 护理消费趋势

骨关节护理用品市场全面爆发，市场发展潜力巨大

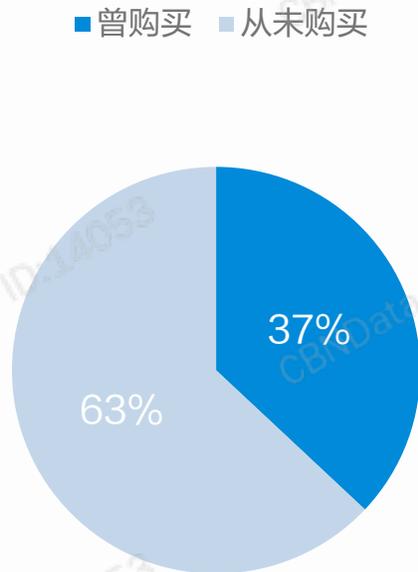
随着国民对于关节护理意识的增强，线上骨关节护理相关用品近三年复合增速已超过40%。整体市场尚未饱和，还有63%消费者并未开始骨关节护理消费，存在巨大蓝海。当下的护理先锋们以自主搜索了解产品为主，其中30%消费者除自己购买外，也会给家人和朋友一起购买。

MAT2018- MAT2020 线上骨关节护理用品消费趋势



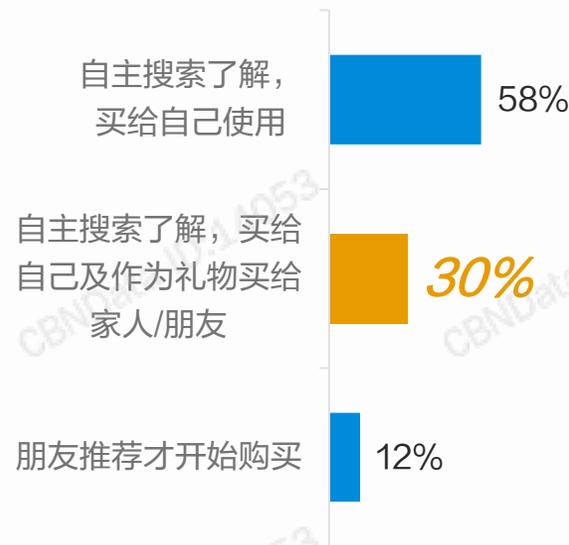
数据来源：CBNDATA消费大数据
数据说明：骨关节护理品包含氨糖、关节按摩仪、关节贴、关节发热护具、关节运动护膝产品等产品。

骨关节护理用品消费渗透率



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您有曾选购过骨关节护理用品吗？ N=1500

骨关节护理用品消费者购买起因

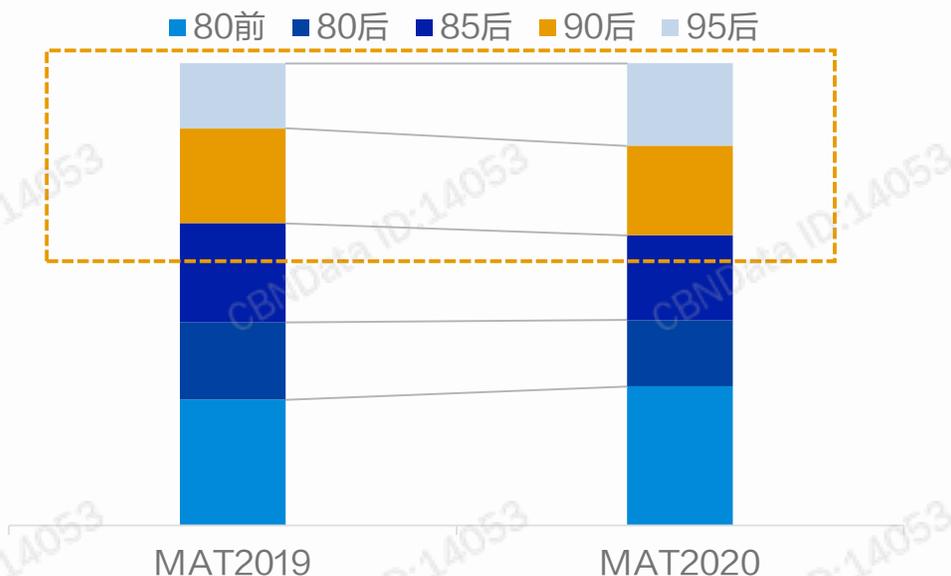


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您有曾选购过骨关节护理用品吗？ N=556

养生浪潮袭来，年轻代骨关节护理消费崛起

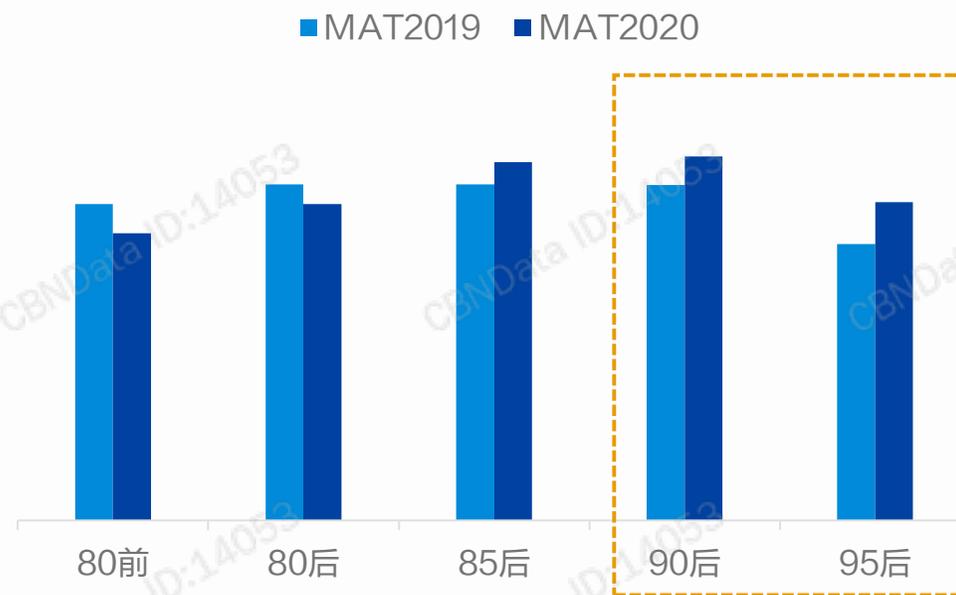
年轻的90后及95后也纷纷加入骨关节护理大军，消费占整体人群约四成。其中90后人群最舍花钱，跨各个代际人均消费最高；95后人群为关节健康投资意识上升最快，消费升级速度较其他代际更高。

MAT2019- MAT2020 线上骨关节护理品
分代际消费占比



数据来源：CBNDATA消费大数据

MAT2018- MAT2020 线上骨关节护理品
人均年消费趋势



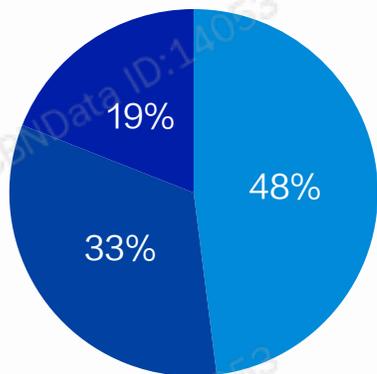
数据来源：CBNDATA消费大数据

关节健康防范于未然，氨糖产品最深入人心

当下消费者关节健康防范意识强烈，48%以提前防护为主要目的。但依旧存在33%人群防范意识淡薄，仅存在疼痛时才想到关注。在众多护理方式中，85%成受访者最为偏好补充氨糖和软骨素来呵护关节健康。

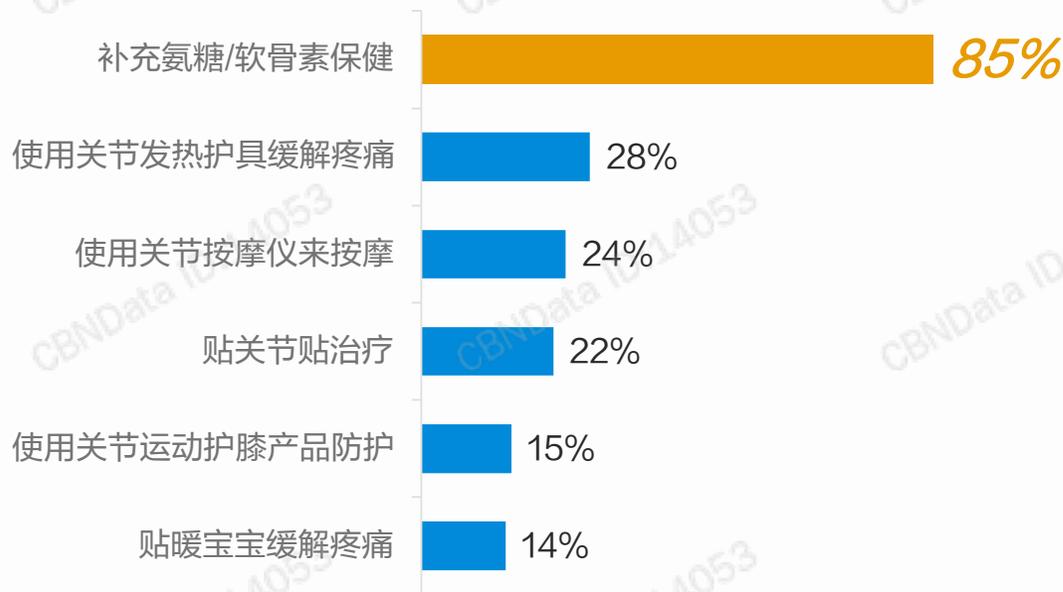
骨关节护理用品消费者护理态度

- 以预防为目的的提前购买
- 等存在疼痛时，以短期治疗为目的
- 长期存在关节不适，日常保养作用



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您选购骨关节护理品的习惯是如何？ N=556

骨关节护理用品消费者护理方式偏好

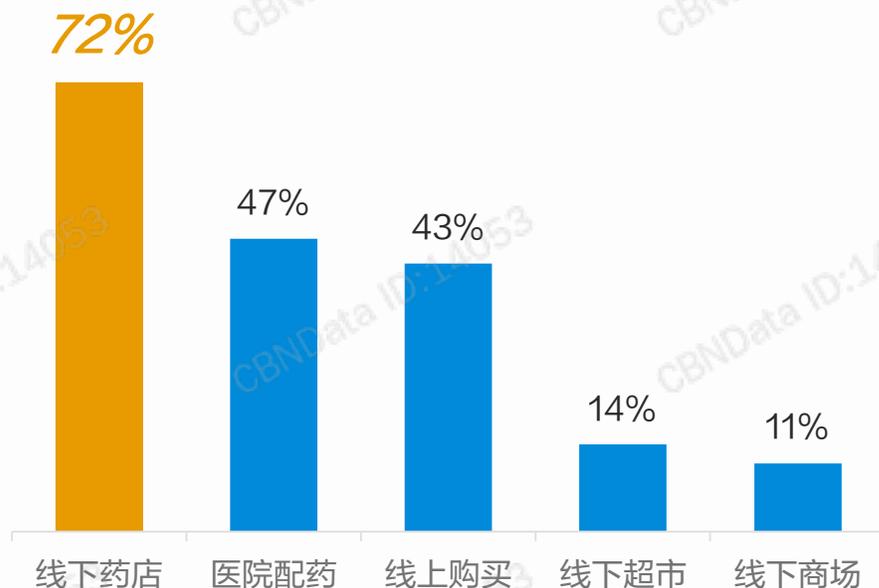


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您更偏好哪种方式应对骨关节不适？ N=556

专业药店采购、坚持长期补充氨糖的习惯已经养成

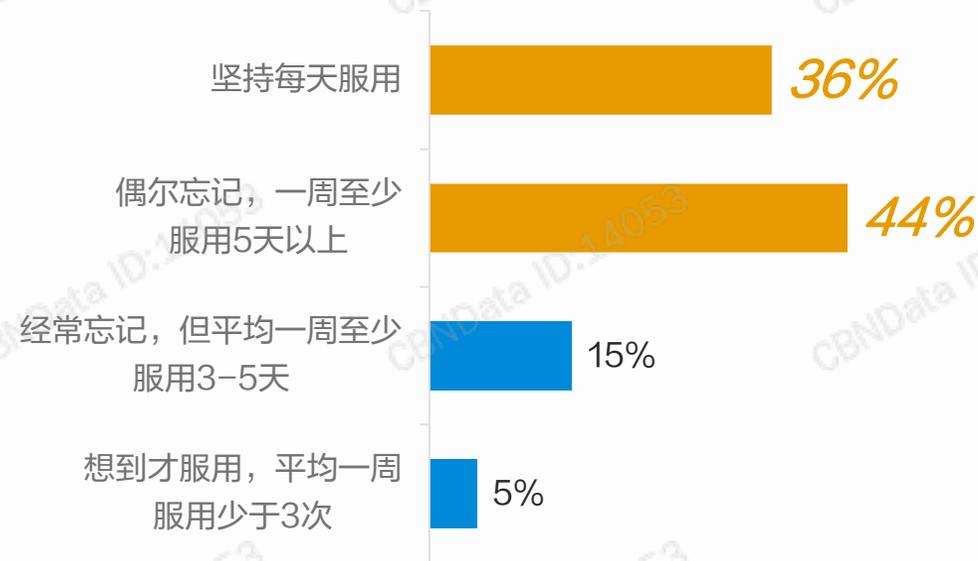
为能随时得到专业的建议，72%的氨糖消费者偏好在线下药店购买。补充氨糖的消费者已经养成良好的长期补充习惯，80%的消费者会坚持每周补充至少五次以上。

氨糖消费者购买渠道



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您一般通过什么渠道购买氨糖？ N=235

氨糖消费者补充频率

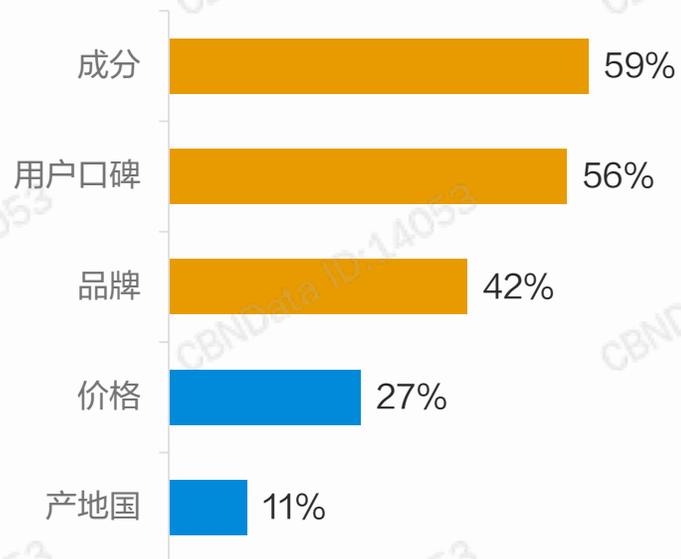


数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据
数据说明：您补充软骨素/氨糖的频率如何？ N=235

品质健康追求，护理用品全面消费升级

品质生活追求下的消费者，在选购骨关节护理用品时，最关注的是产品的成分、用户的口碑及品牌。在关节健康这件大事上，只有27%会以价格作为选购决策因素，在此背景下，各类型的骨关节护理用品均呈现消费升级的趋势。

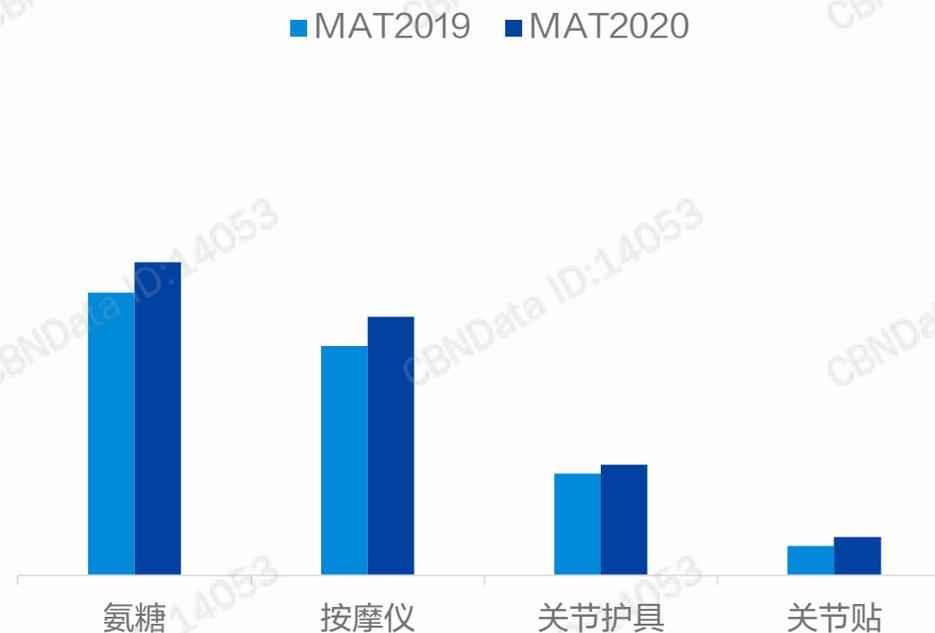
骨关节护理用品选购因素



数据来源：2020年8月CBNDATA调研数据

数据说明：您选购骨关节护理品最主要的决定因素是什么？ N=556

MAT2018– MAT2020 线上骨关节护理品件单价



数据来源：CBNDATA消费大数据



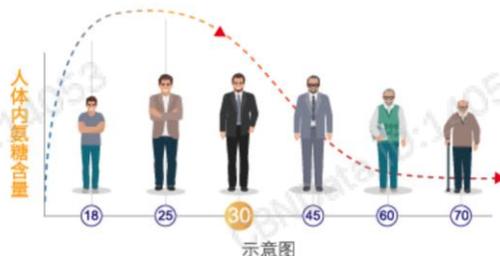
04

骨关节健康知识

资料来源：骨关节健康知识由品牌方整理提供

骨关节保健小建议

01 随着年龄的增长，30岁以后体内氨糖不断流失，直线下降，导致软骨受损^[1]，我们需要为骨关节提供充足的营养，富含胶原的食物以及补充钙质食物，都会有助于骨关节健康^[2]。



02 氨基葡萄糖主要存在于虾、蟹等壳中，在日常饮食中，氨基葡萄糖的摄入量极微甚至没有，主要以膳食补充剂的形式摄入^[3]。

03 肥胖使膝关节不适风险增加**3倍**，而即使是超重（未达到肥胖），也能使风险增加2倍^[4]，肥胖者应在科学的指导下，适度减肥。有研究发现，如果体重能减少5千克，膝关节的不适症状会明显改善^[5]。口服氨糖及硫酸软骨素可增加软骨基质含量^[6]。

04 在非负重状态进行合理的关节肌肉锻炼，增强肌肉力量和关节稳定性^[6]，减少加重关节负担的不合理运动，避免长时间爬楼梯、爬山^[7]，进行适量的有氧运动，如步行、有氧、骑自行车等^{[6][7]}。



骨关节保健小建议

05 重复地使用关节可能产生关节不适，工作中需要跪或蹲的动作，会让膝关节不适的风险增加^[4]，**长期口服氨糖常用剂量每天不应低于1500mg**，持续8周以上显效，使用一年以上疗效更稳定^[6]。

06 膝关节不适的人，尽量少上下楼梯、少登山，少久站、少提重物，避免膝关节的负荷过大而增加不适感^[8]。**氨糖能促进关节滑膜合成透明质酸**，提高关节免疫能力^[9]。

07 夏日不贪凉，冬日勤保暖^[2]，坚持常用热水洗脚对减少膝关节不适大有益处^[5]。

结束语

关节寿命是有限的，请重视自己和家人的关节健康。根据**中国营养学会推荐**，**每日摄入1500mg氨糖，长期养护关节^[3]**。对于骨关节炎引起的疼痛，可局部涂抹外用非甾体抗炎药，如**双氯芬酸二乙胺乳胶剂等^[10]**。**呵护关节，随心而行！**



参考文献： [1] 黄玉生,周芹, 刘新宇等, 氨基葡萄糖的骨关节保健作用,2010, 第一届世界脊柱健康联盟大会暨第八届中华脊柱健康论坛。 [2]周一海, 护好关节 行动自如 安享晚年,江苏卫生保健: 今日保健, 2016;0(9):40-41。 [3]中国营养学会.中国居民膳食营养素参考摄入量(2013版).p618-619。 [4]杨毅峰, 黄建, 骨关节炎的流行病学研究进展[J].医学综述。2017,23(103):497-501+506。 [5]冯智英.解密膝关节痛[M].清华大学出版社:北京,2018:127-138。 [6] 中华医学会风湿病学分会.骨关节炎诊断及治疗指南.中华风湿病学杂志.2010;14(6):416-419。 [7] 周谋望,岳寿伟,何成奇等,《骨关节炎的康复治疗》专家共识.中华物理医学与康复杂志.2012;34(12):951-953。 [8]骨关节炎诊疗指南(2018年版)[J].中华骨科杂志,2018,38(12):705-715 [9] 叶智超.氨糖疗法与骨关节健康《健康大视野》2013;21(11):453。 [10]中国骨关节炎疼痛管理临床实践指南(2020年版)

快来为自己的关节测试一下吧!

疼痛

1. 在平坦的地面上行走
2. 上楼梯或下楼梯
3. 晚上，在床上打扰你睡眠的疼痛
4. 坐着或躺着
5. 挺直身体站立



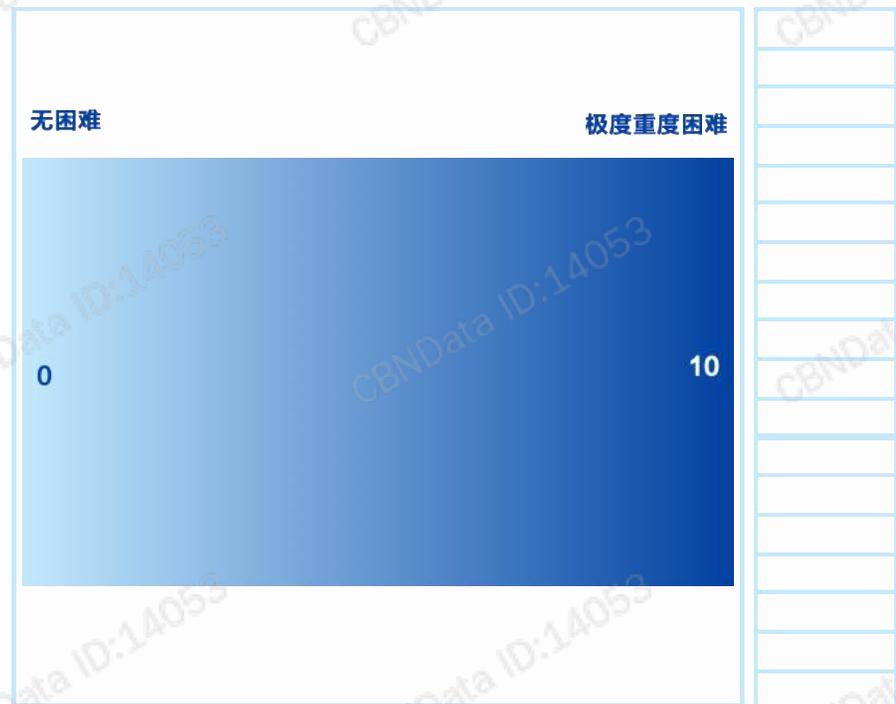
僵硬

6. 您的僵硬状况在早晨刚起来时有多严重
7. 您的僵硬状况在以后的时间内坐、卧或休息之后有多严重



进行日常生活

8. 上楼梯
9. 下楼梯
10. 由坐着站起来
11. 站着
12. 向地面弯腰
13. 在平坦的地面上行走
14. 进出小轿车或上下公共汽车
15. 出门购物
16. 穿上您的短袜或长袜
17. 从床上起来
18. 脱掉您的短袜或长袜
19. 躺在床上
20. 进出浴缸
21. 坐着的时候
22. 在卫生间蹲下或站起来时
23. 做繁重的家务活
24. 做轻松的家务活



参考文献：

1.American College of Rheumatology, Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index (WOMAC) , <https://www.rheumatology.org/11-Am-A/Rheu/Research/Clinician-Resea/Western-Ontario-McMaster>
本资料并非广告。本资料旨在向且仅向医疗保健专业人士提供科学信息。如果您不是医疗保健专业人士，请勿阅读或传播其中的内容。

DATA COVERAGE 数据说明

数据来源：CBNData消费大数据

CBNData消费大数据汇集阿里巴巴消费大数据、公开数据及多场景消费数据，全方位洞察消费特征和行业趋势，助力商业决策。

合作伙伴：



天猫营养学院是一档提供专业有趣互动性强的营养知识和一站式的产品解决方案的全新健康IP

鸣谢本次合作调研药店：



SYPM. 漱玉

具体指标说明：

- 消费数据时间段：2017.4.1-2020.3.31

用户研究数据：

- 本报告中消费者调研数据来自CBNData在2020年8月，对中国消费者骨关节相关问题进行的针对性调研。
- 调研有效样本数量：N=1500，针对25岁以上人群。
- 为保证调研结果不会因样本结构而产生差异，我们对用户所在省份及年龄指定了配额。
- 白领人士指金融/银行/证券/保险，商业/贸易，计算机/通讯/互联网，政府机构及公共服务业，教育/科研，创意/广告/传媒，法律服务，生产和市场服务（代理/中介等）工作人群。

为了保护消费者隐私和商家机密，本报告所用数据均经过脱敏处理。



COPYRIGHT DECLARATION 版权声明

■ 本数据报告页面内容、页面设计的所有内容（包括但不限于文字、图片、图表、标志、标识、商标、商号等）版权均归上海第一财经数据科技有限公司（以下简称“我司”）所有。

凡未经我司书面授权，任何单位或个人不得复制、转载、重制、修改、展示或以任何形式提供给第三方使用本数据报告的局部或全部的内容。

任何单位或个人违反前述规定的，均属于侵犯我司版权的行为，我司将追究其法律责任，并根据实际情况追究侵权者赔偿责任。

ABOUT US 关于我们

报告作者：孙晓桢

视觉设计：邹文佳

联系我们：Data@dtcj.com

商务合作：BD@dtcj.com

加入我们：JOB@dtcj.com

■ 第一财经商业数据中心介绍：

关于**第一财经商业数据中心（CBNData）**成立于2015年，是由第一财经和阿里巴巴共同发起成立的国内领先的消费大数据研究机构、数据传播服务商和金融资讯运营服务商。

依托阿里巴巴和第一财经的优势资源，CBNData以科技为驱动，以场景为延展，面向市场全面输出数据服务、内容服务、整合营销服务、MCN整合运营服务四大核心能力。

CBNData始终致力于用数据驱动商业，用内容连接用户，以“数据+媒体”的倍增效应，全面提升中国商业世界的运行效率。

FOLLOW
US
关注我们

更多数据 扫码关注



CBNDATA官网



CBNDATA官方微信号

CBNDATA

第一财经商业数据中心

大数据 · 全洞察

