

2025 中国成人健康管理洞察

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

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

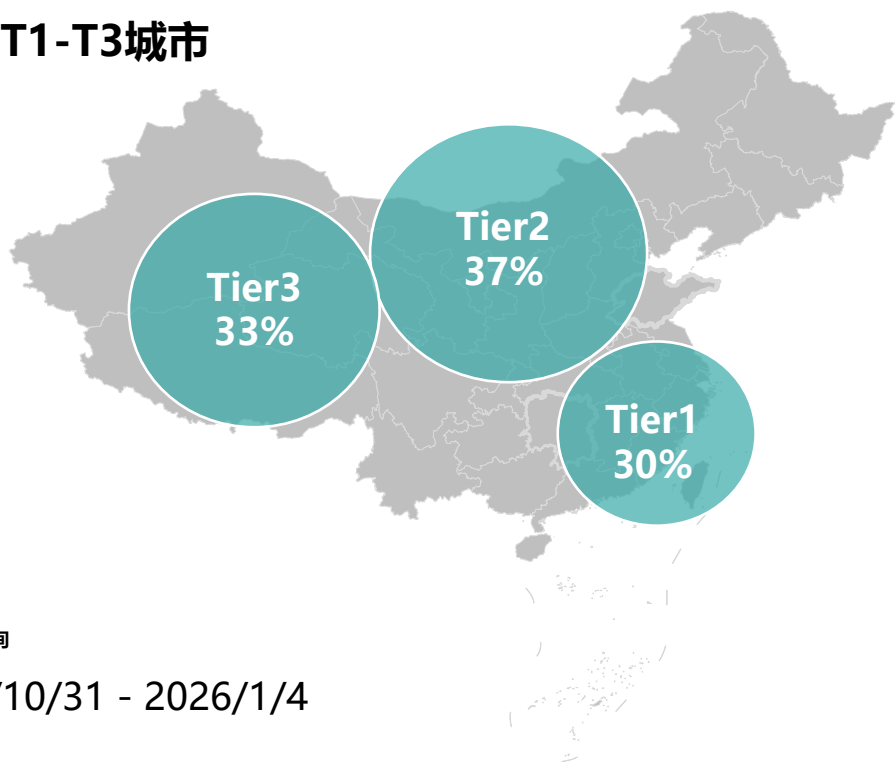
商战模拟，营销组合建模，ESG & 增长战略

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

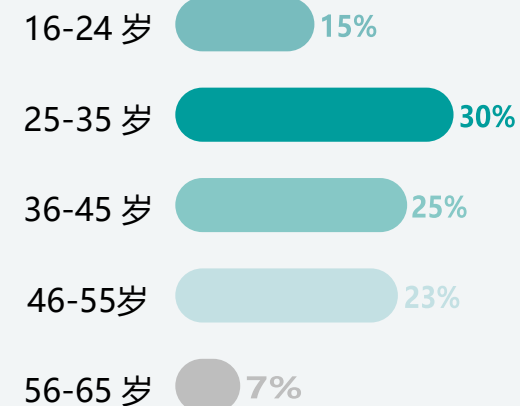


数据收集时间

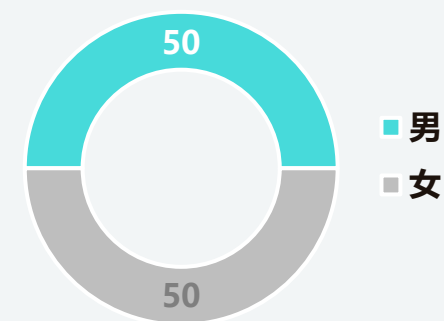
2025/10/31 - 2026/1/4

受访对象

年龄



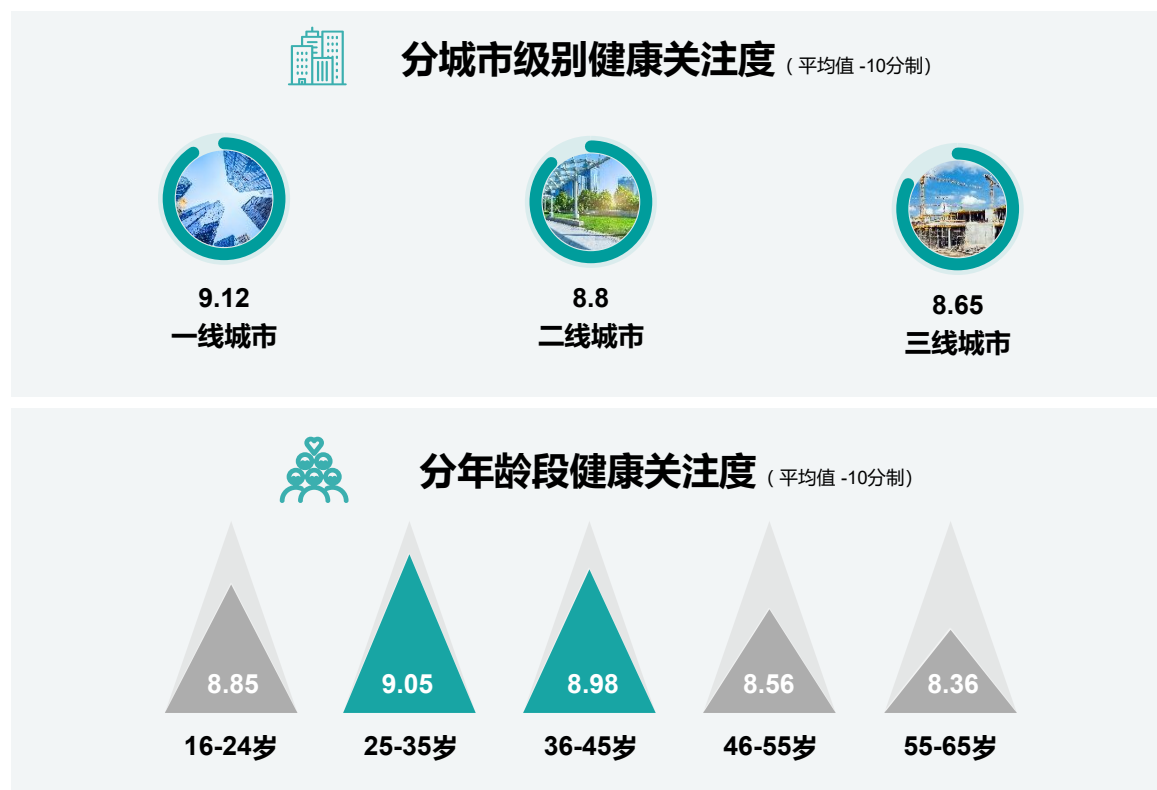
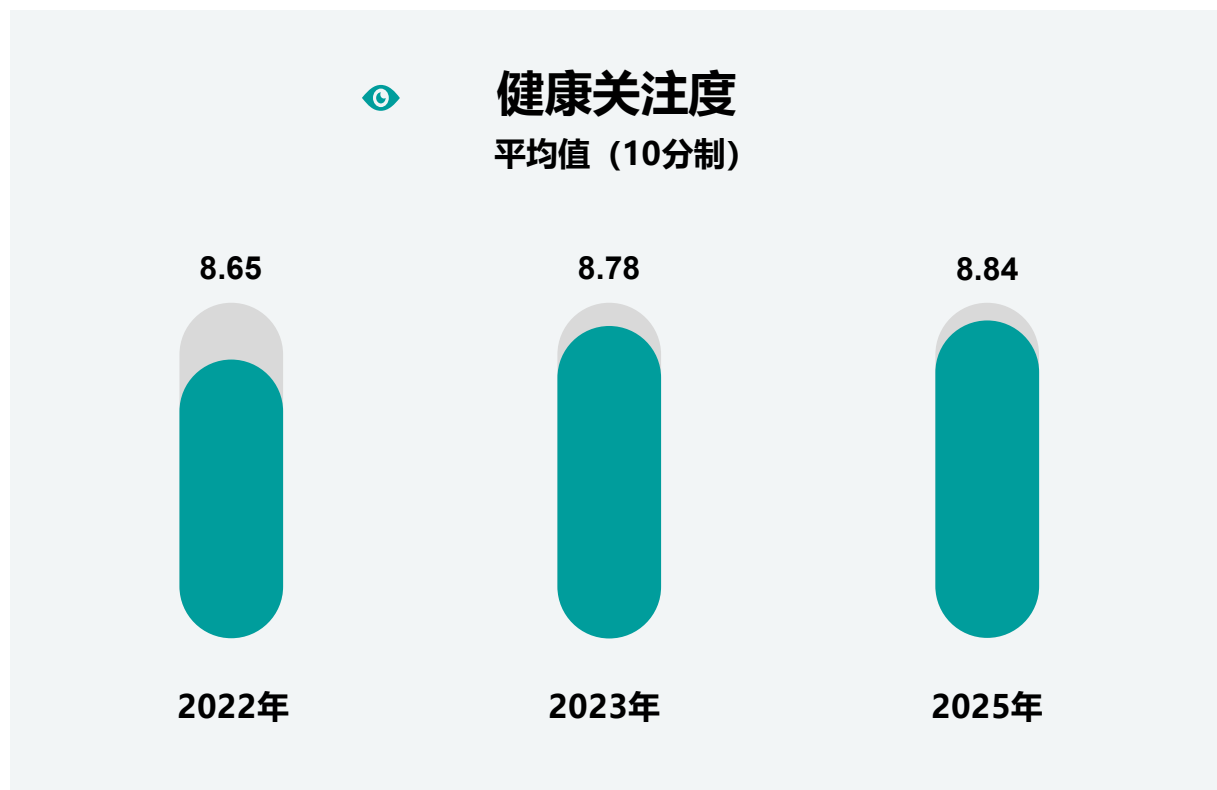
性别



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



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)

38%, #1



肠胃



36%, #2



免疫力



30%, #3



睡眠





多元健康关注点凸显



其他重点健康关注(从TOP4开始)



体能疲劳成跨代际健康痛点，全年龄段普遍关注

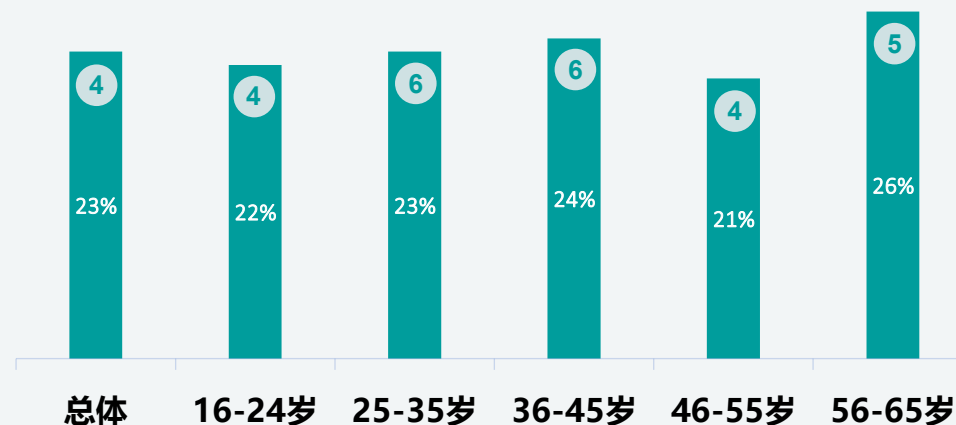


23% 消费者
关注**体能/体力不足/容
易疲劳**问题

相较2023年上升了**2%**

(健康关注 位列第4)

体能/体力不足/容易疲劳



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



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

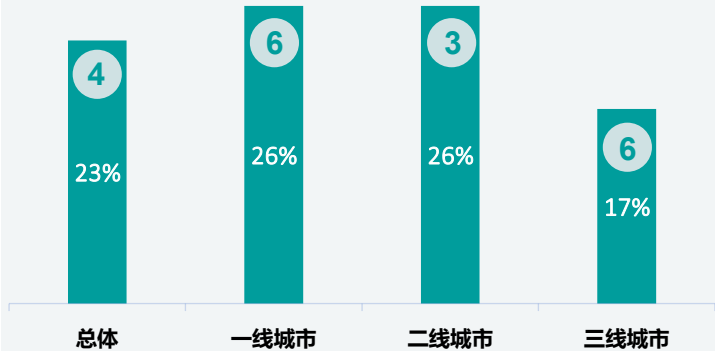
(健康关注 位列第4)

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

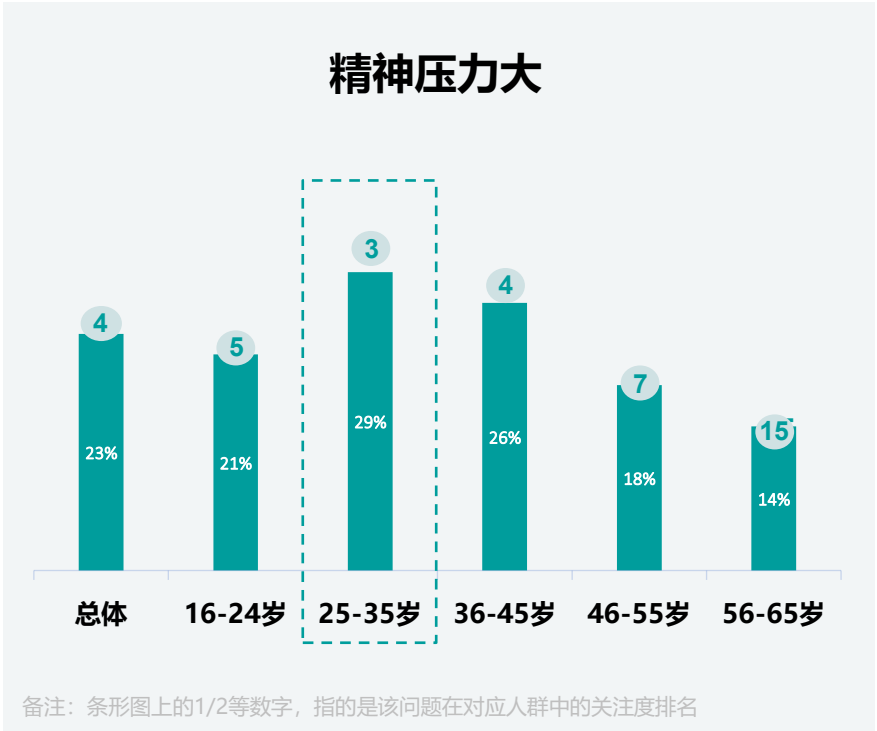
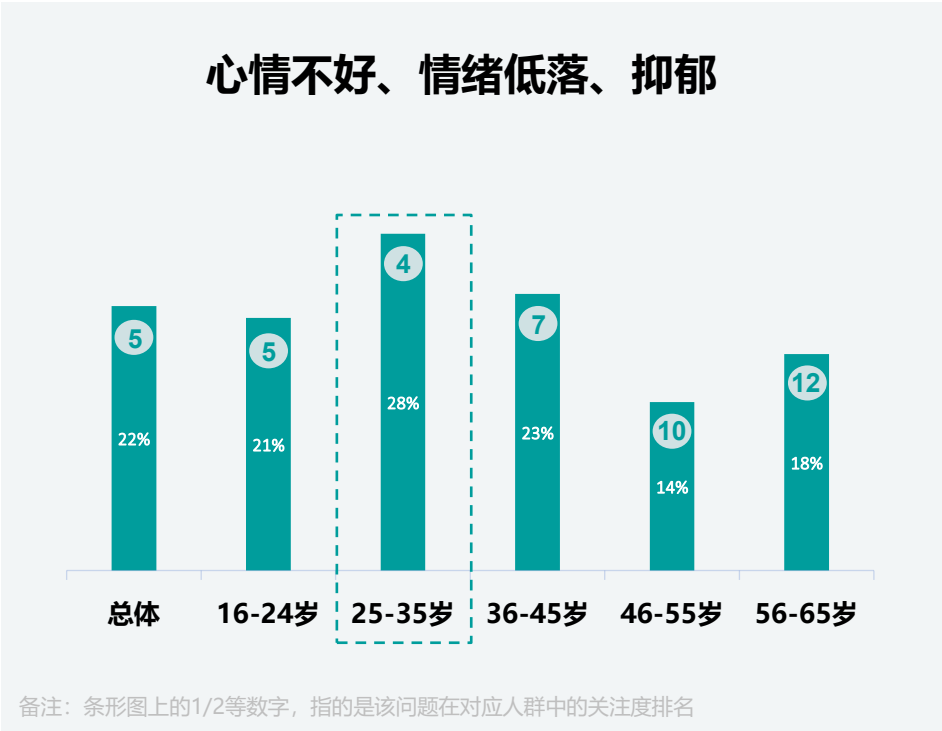
不同城市级别对头发/发质/头皮问题的关注度



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



情绪压力困扰中青年群体，心理健康需求凸显



(健康关注度TOP4&5)





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

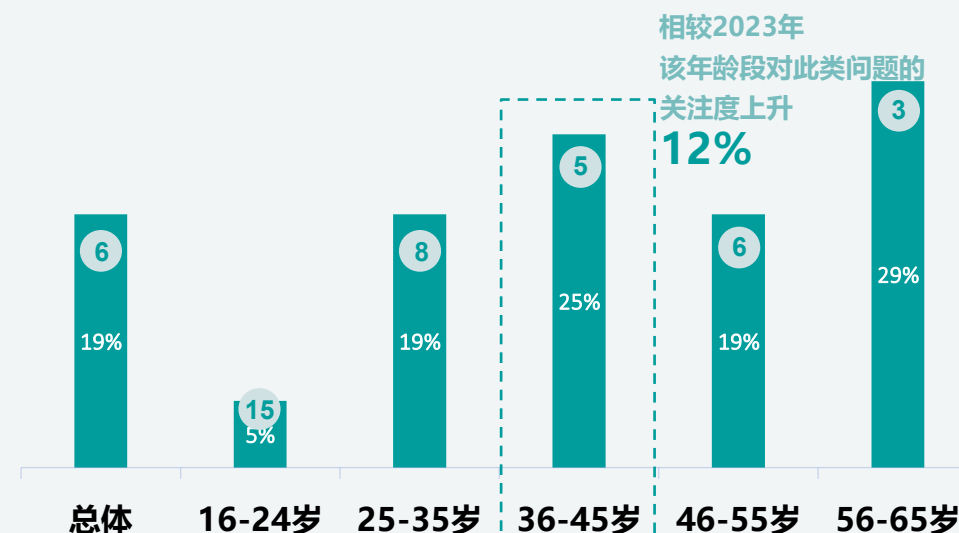


关注衰老/抗衰/变老问题

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



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

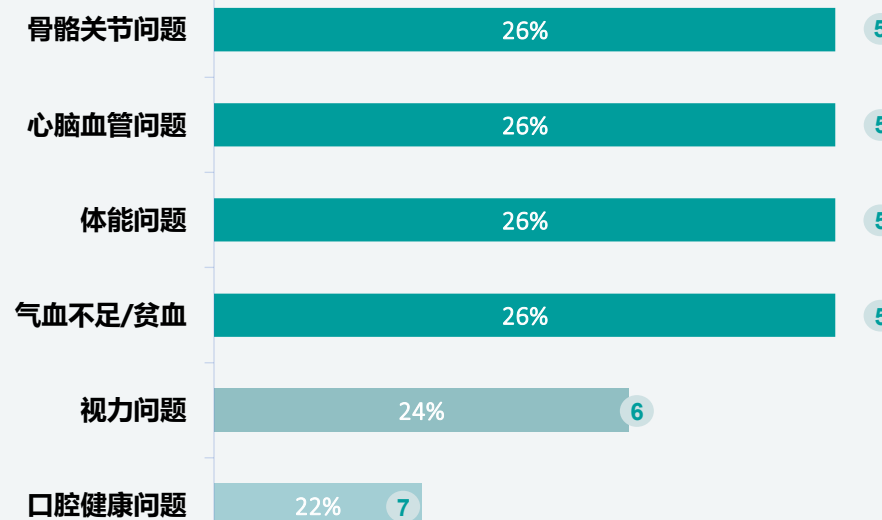
老年人群还重点关注



骨骼关节、心脑血管、气血
等问题

老年人群重点健康关注

(除睡眠、肠胃健康、免疫力、抗衰)



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



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

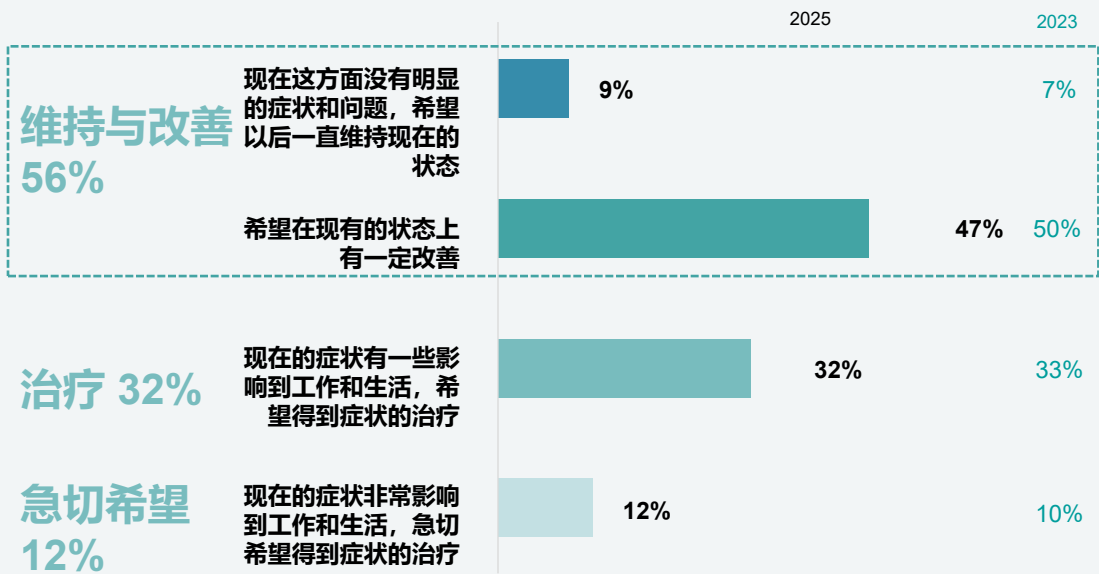
AI 赋能健康管理



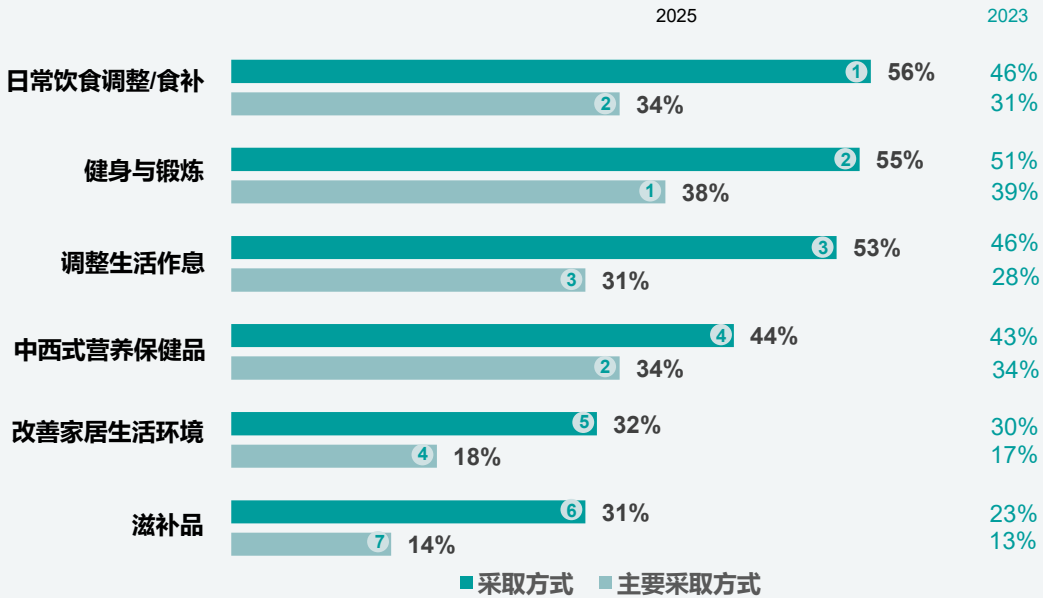
主动健康管理兴起，日常饮食成为改善首选



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

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

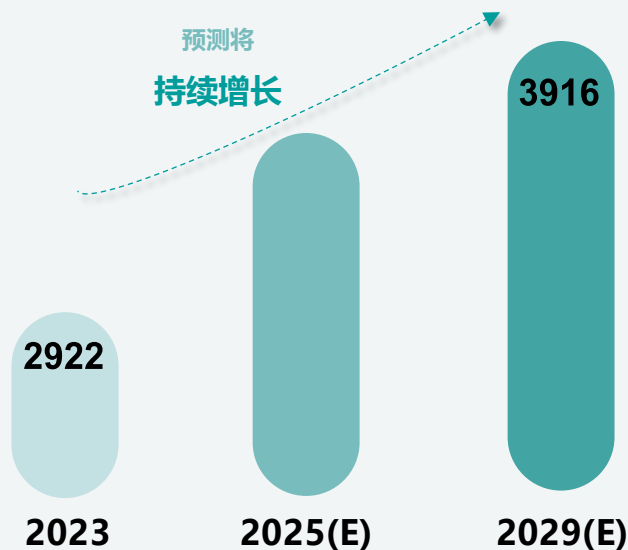
体检的方式改善自我健康

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

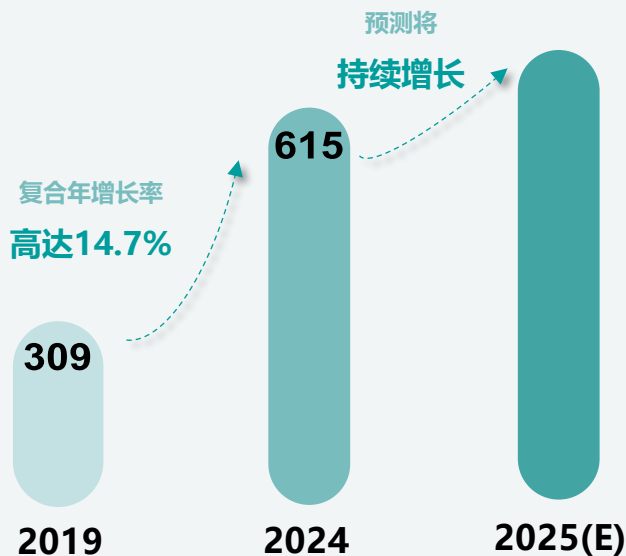
智能可穿戴设备受青睐，健康监测意识显著增强

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

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

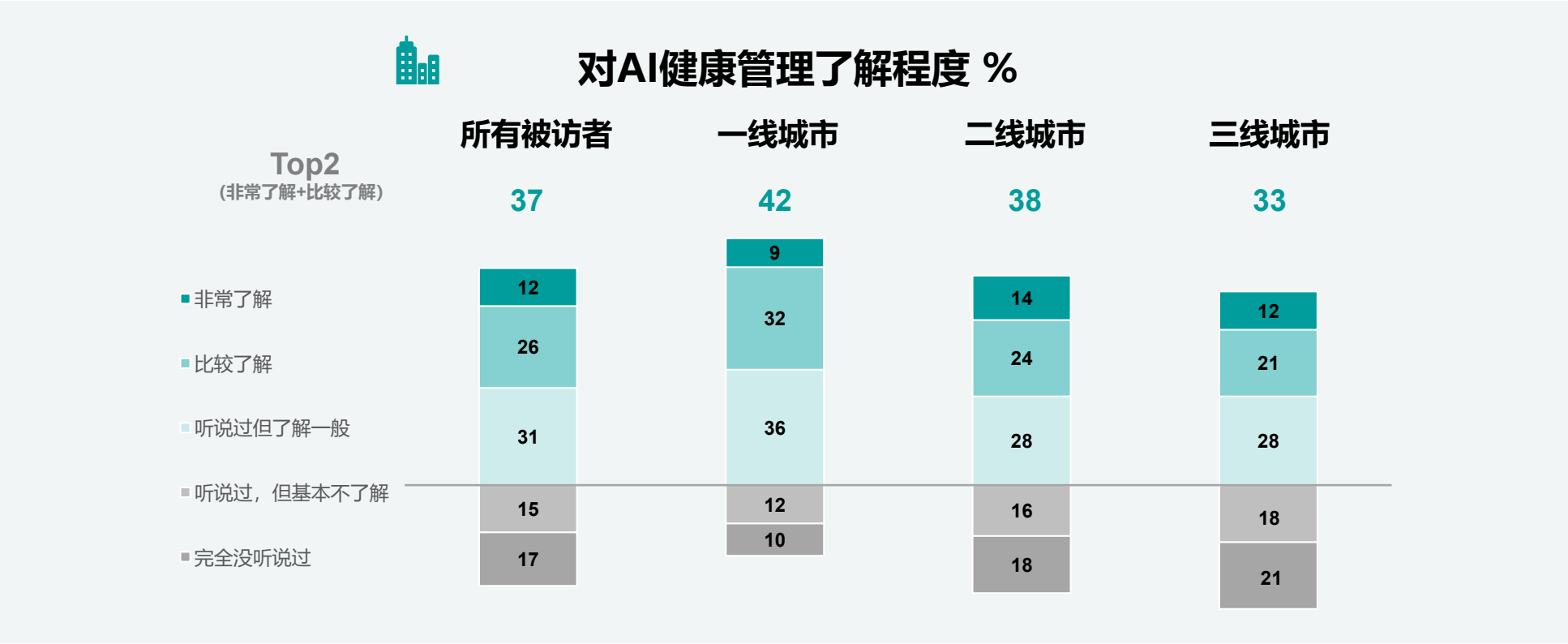
数据来源：《2025年中国家电健康趋势白皮书》

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





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 %

Top2
(非常积极+可以接受)

69

- 非常积极，愿意尝试
- 比较开放，可以接受
- 中立，观望态度
- 比较谨慎，有所顾虑
- 非常抵触，不愿使用

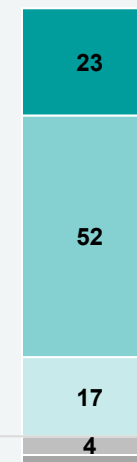


消费者相信AI健康管理效果程度 %

Top2
(非常相信+比较相信)

75

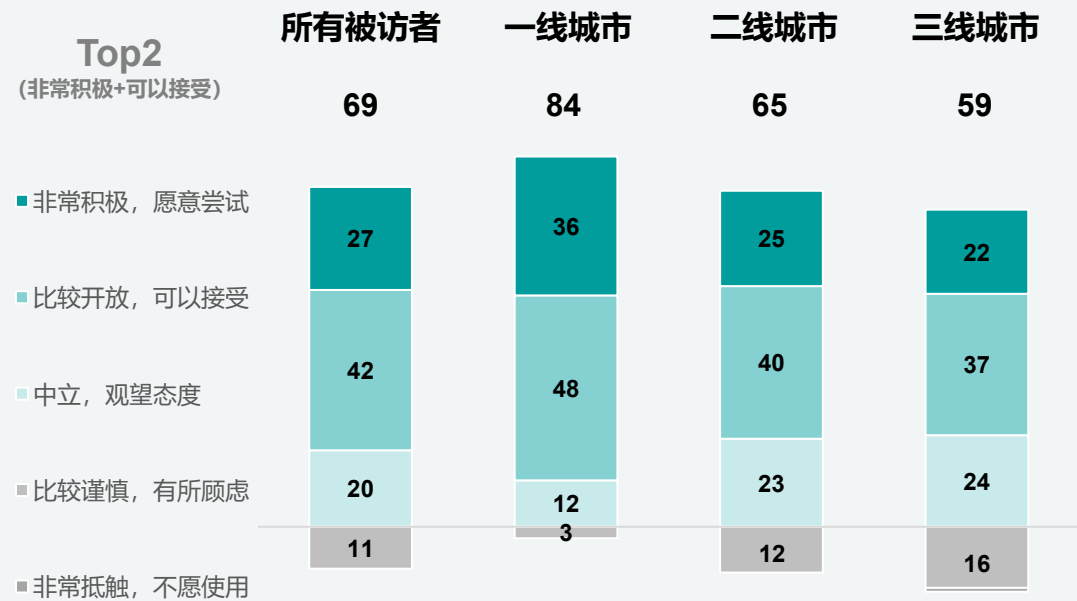
- 非常相信
- 比较相信
- 一般
- 比较不相信
- 非常不相信



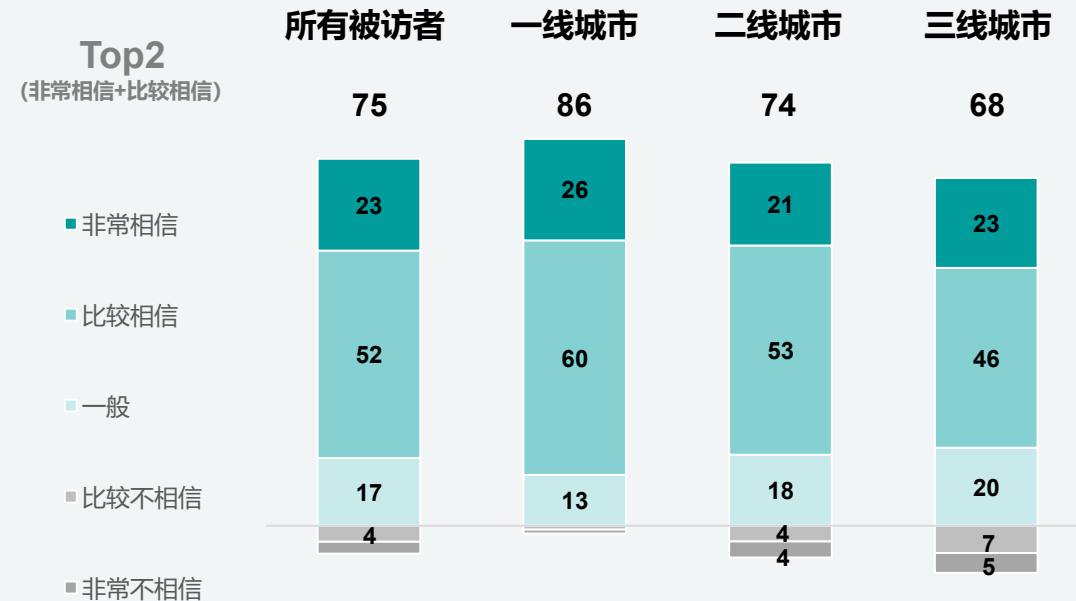


高线城市更具AI健康管理发展潜力

不同城市级别人群对AI健康管理的态度 %

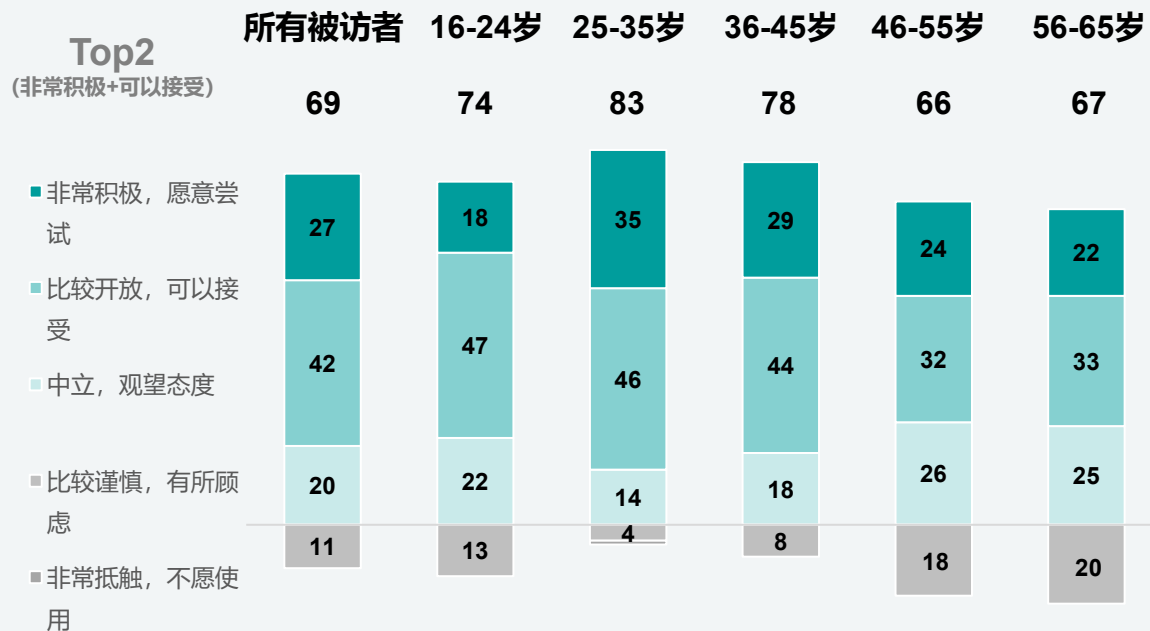


不同城市级别人群对AI健康管理效果的信任程度 %

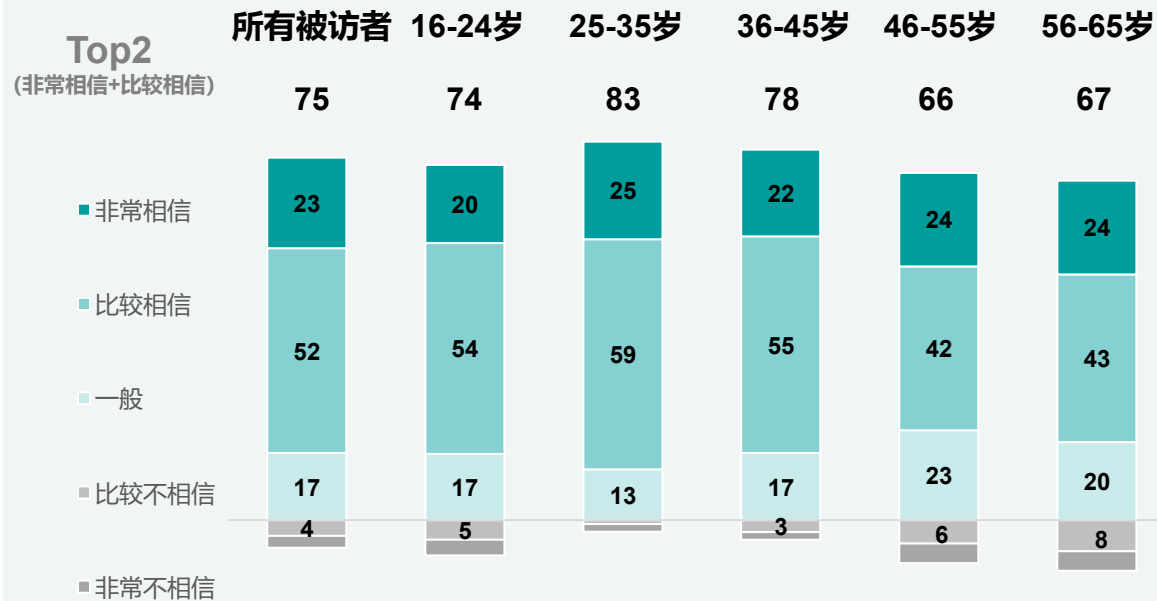


25-45岁成为AI健康管理核心潜力人群

不同年龄段人群对AI健康管理的态度 %



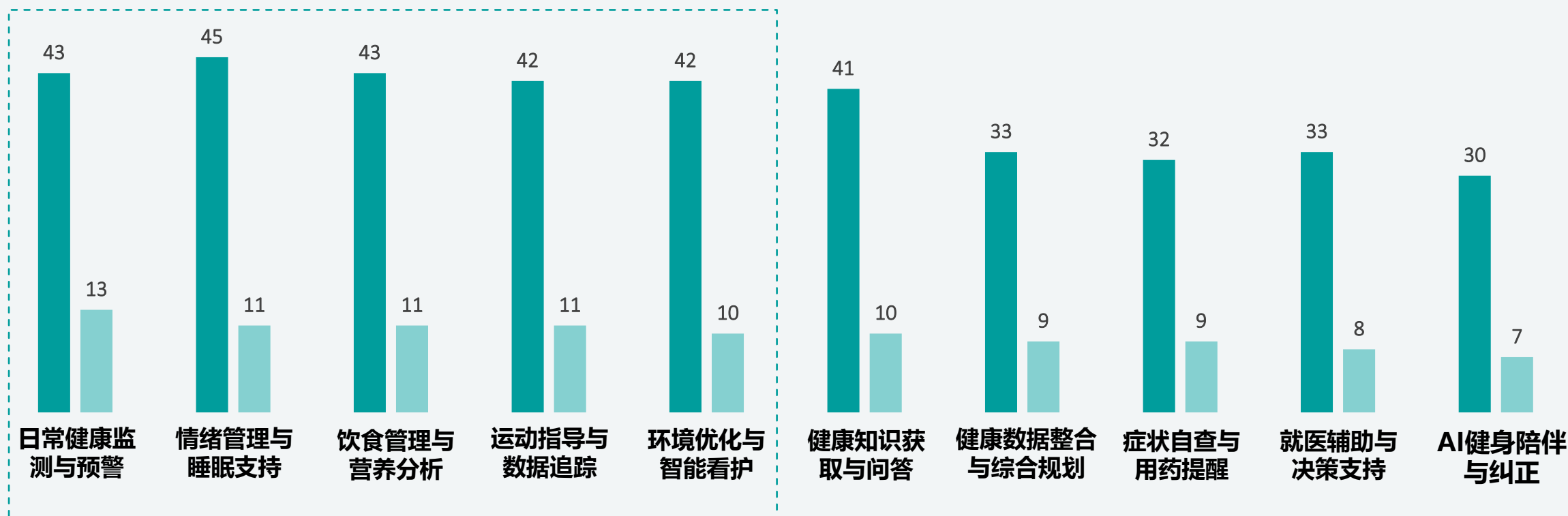
不同年龄段人群对AI健康管理效果的信任程度 %





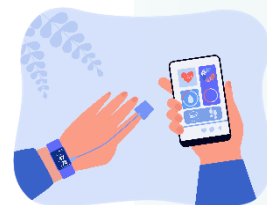
AI健康管理场景兴趣分布图

■ 感兴趣占比 ■ 最感兴趣占比

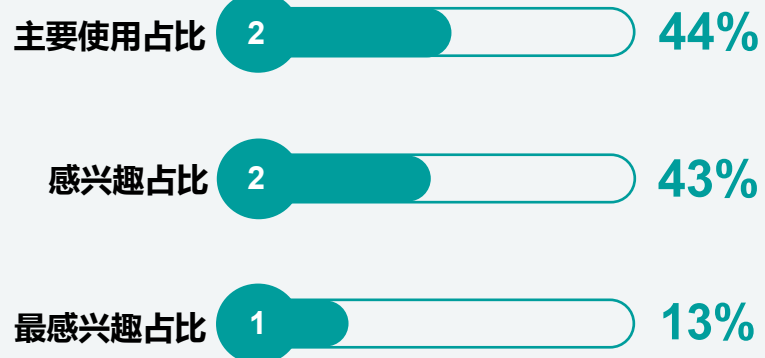


AI赋能健康管理场景

- 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



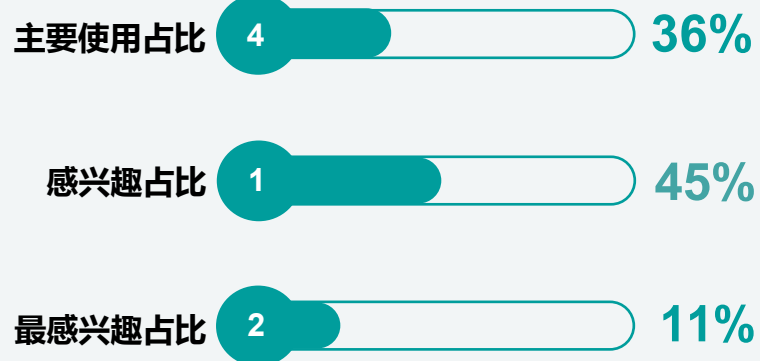
- “健康监测设备能实时跟踪你的心率和血压，发现异常及时报警”
- “AI可以根据个人的健康数据提供个性化的健康建议和预警，帮助用户更好的了解自己的健康状况”
- “穿戴设备的实时数据，实现健康状况的动态监测，比如对高血压患者的血压波动进行实时预警，实现提前预防，早治疗”

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



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



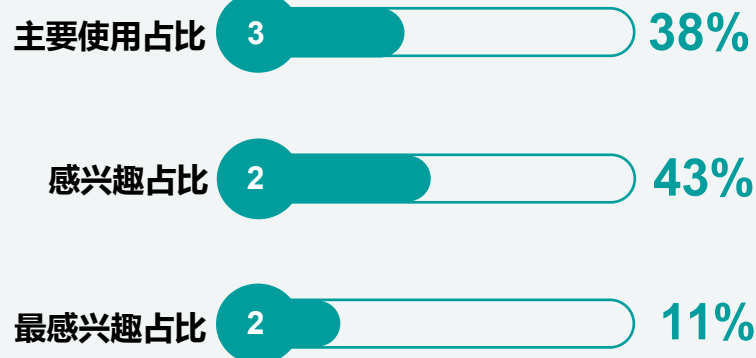
- “AI能通过自然语言处理技术，与用户进行交流互动，倾听用户的情绪倾诉”
- “精确的感知我的需求和所处的环境进行调节我的情绪”
- “AI监测睡眠周期，定制遮光、温湿度调节+助眠音频方案”

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



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



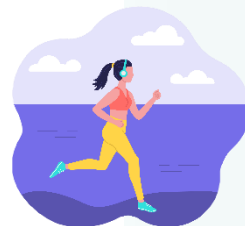
感兴趣分项



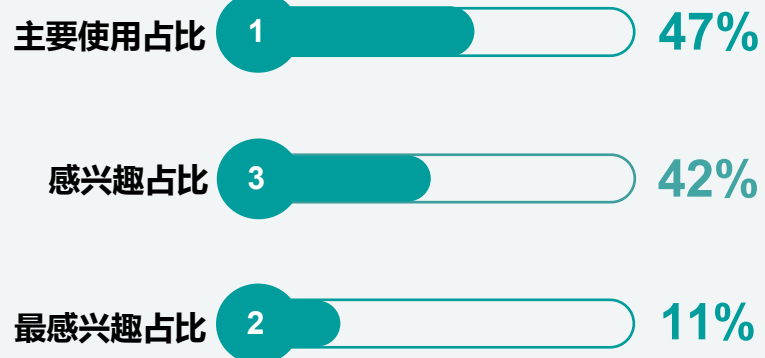
- “饮食记录APP支持食物自动识别，自动估算热量和营养成分”
- “分析饮食记录生成营养报告，指出营养失衡问题并给出建议”
- “饮食记录软件帮你回顾一周营养情况”

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



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



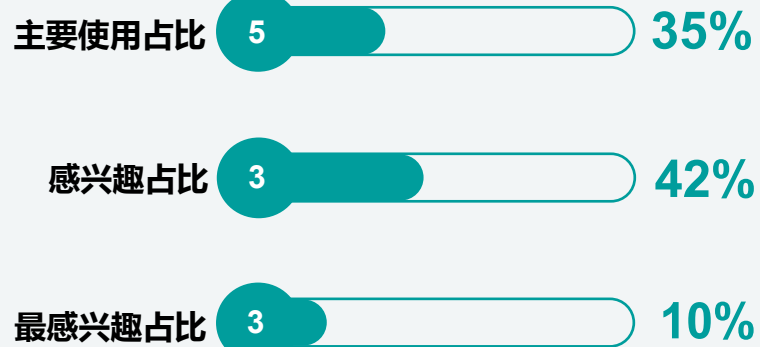
感兴趣分项



- “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”

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

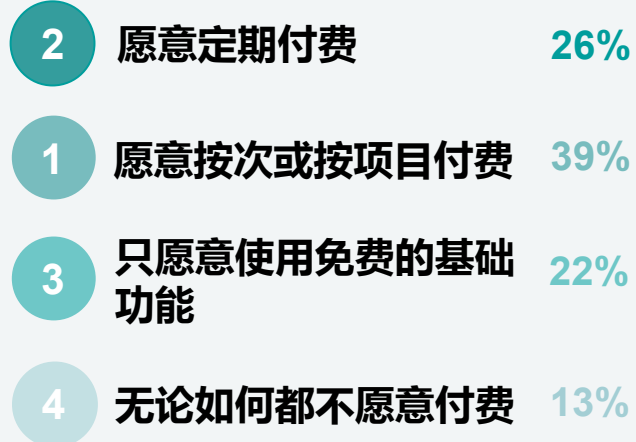


- “空气净化器根据我的呼吸健康数据，自动调节模式”
- “智能枕头能监测流口水情况，分析睡眠姿势是否合理”
- “通过智能摄像头或者传感器进行对老人的安全看护”

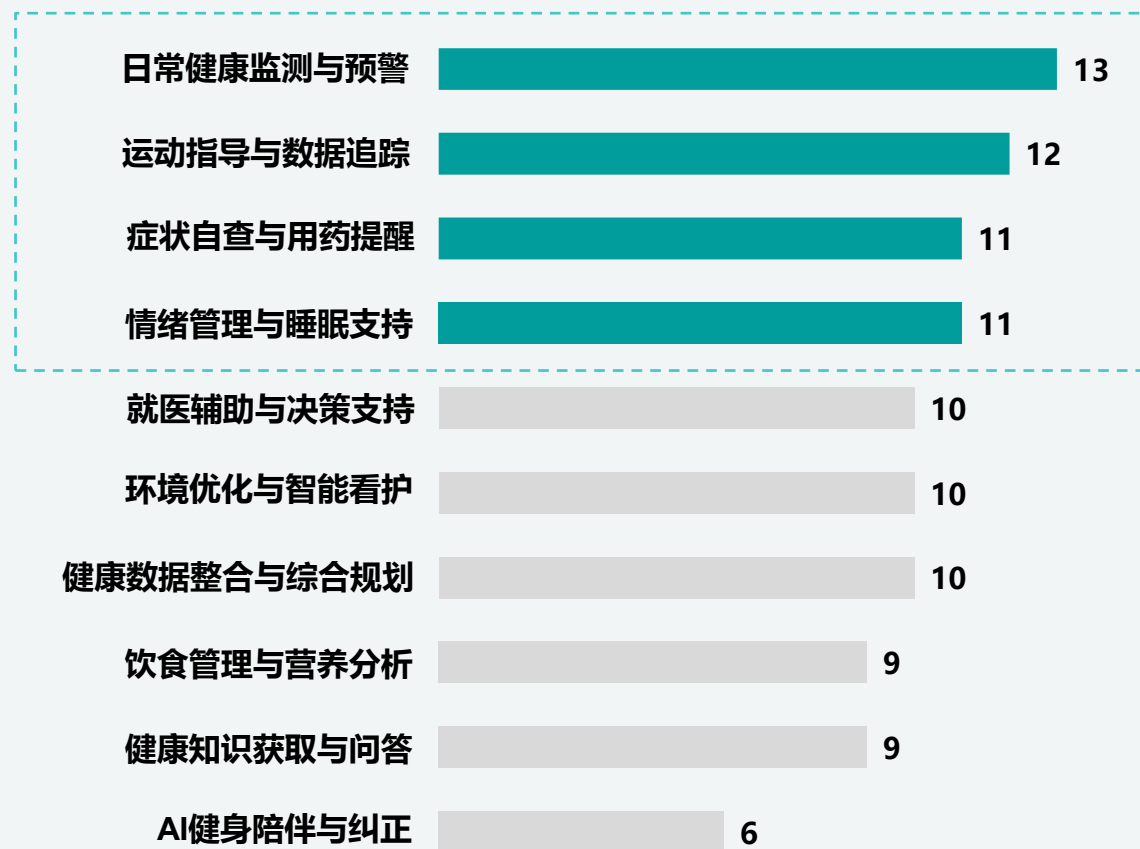


付费意愿分化， AI健康管理商业化潜力初显

消费者对AI健康管理付费的意愿

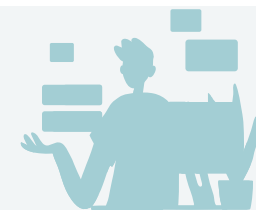
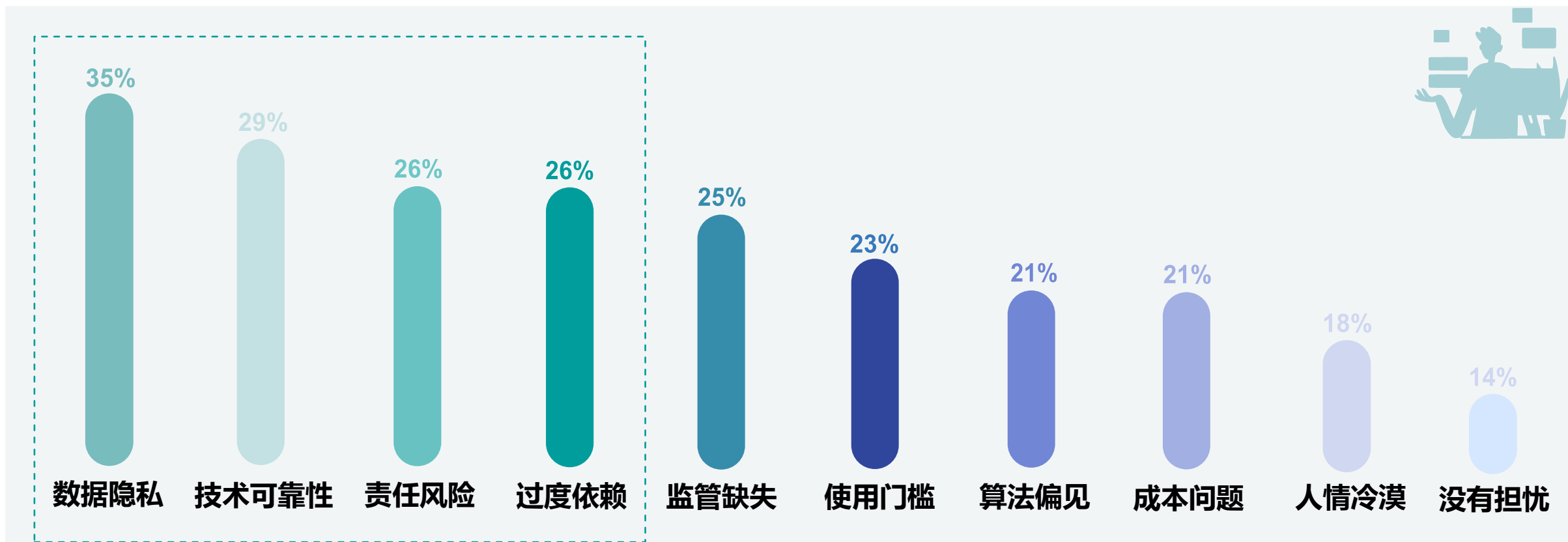


愿意付费的被访者对具体付费场景的期望占比





消费者对AI健康管理仍存多重顾虑



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”

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”

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”

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”

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



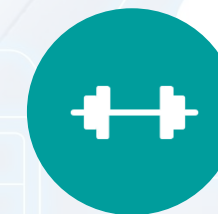
健康数据整合与综合规划



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!

Mingdy Li 益普索中国资深研究总监

Mingdy.li@ipsos.com

了解更多信息
欢迎关注益普索微信公众号

