



2025 年心臟病和腦中風統計資料更新版資料表 心血管健康

所有美國人的心血管健康 (CVH) 摘要

- 根據美國心臟協會的「生命 8 要素」定義，CVH 包括飲食、體能活動 (PA)、尼古丁暴露、睡眠健康、身體質量指數 (BMI)、血脂、血糖和血壓 (BP)。
- 針對自 2013 年至 2020 年 3 月期間大多數 CVH 要素，美國兒童的平均分數 (在這些要素的相對應年齡分佈內) 高於美國成人 (年齡 ≥ 20 歲)，但飲食分數和睡眠健康分數為例外，兒童這兩項平均分數比成人低。在美國兒童和成人的 8 項 CVH 要素中，飲食的平均分數皆為最低分。

兒童的 CVH

- 從 2013 年到 2020 年 3 月，美國兒童的 BP、血糖和尼古丁暴露為分數最高的 CVH 要素，所有種族和族裔組的此三項平均分數均落在 80 多分和 90 多分 (理想分數為 100 分)。相反地，在對應的年齡分佈內，所有種族和族裔組的 PA、血脂和睡眠健康的平均分數均落在 70 多分。
- 從 2013 年到 2020 年 3 月，所有年齡在 16 歲到 19 歲之間的美國兒童的 CVH 整體分數 (合併全部 8 項要素的健康分數)，平均為 73.6 分。對應的 CVH 整體平均分數，非西班牙裔 (NH) 亞洲人兒童為 78.4 分、NH 白人兒童為 74.1 分、墨西哥裔美國人兒童為 72.7 分，以及 NH 黑人兒童為 71.3 分。

成人的 CVH

- 從 2013 年到 2020 年 3 月，美國成人中，觀察到飲食、PA 和 BMI 要素的 CVH 平均分數最低，所有種族和族裔類別的平均分數從 30 多分到 50 多分。在美國成人的 CVH 要素中，睡眠健康分數為最高，所有種族和族裔組的平均分數均在 80 多分，但 NH 黑人成人族群為例外，其平均分數為 75.6 分。在不同種族和族裔類別的美國成人中，血脂、血糖和 BP 的平均分數均在 60 多分和 70 多分。
- 從 2013 年到 2020 年 3 月，所有美國成人的 CVH 整體平均分數為 65.2 分，平均分數 NH 亞洲人為 69.6 分、NH 白人為 66.0 分、墨西哥裔美國人為 63.5 分，以及 NH 黑人為 59.7 分。

除非另有說明，否則本資料表中的所有統計資料均適用於美國。請參閱統計資料出版物全文，以獲取關於統計資料的參考資料和其他資訊。

CVH 要素與種族

- 下列統計資料比較這些種族/族裔群組：NH 黑人、NH 白人、NH 亞洲人和墨西哥裔美國人。對於下方所報告的所有 CVH 類別，分數越高代表有越佳的 CVH 狀況。
- 從 2013 年到 2020 年 3 月期間 (飲食要素為 2013-2018 年)，美國兒童的 CVH 要素中：
 - NH 亞洲人兒童的飲食分數最高。
 - NH 白人兒童的 PA 分數最高。
 - NH 亞洲人兒童的尼古丁暴露分數最高。
 - NH 白人兒童的睡眠健康分數最高。
 - NH 亞洲人兒童的 BMI 分數最高。
 - NH 黑人兒童的血脂分數最高。
 - NH 白人兒童的血糖分數最高。
 - NH 亞洲人兒童的 BP 分數最高。
- 從 2013 年到 2020 年期間 (飲食要素為 2013-2018 年)，美國成人的 CVH 要素中：
 - NH 亞洲人成人的飲食分數最高。
 - NH 亞洲人成人的 PA 分數最高。
 - NH 亞洲人成人的尼古丁暴露分數最高。
 - NH 亞洲人成人的睡眠健康分數最高。
 - NH 白人成人的 BMI 分數最高。
 - NH 黑人成人的血脂分數最高。
 - NH 白人成人的血糖分數最高。
 - 墨西哥裔美國人成人的 BP 分數最高。

統計資料表、資訊圖表，以及目前/過去的《統計資料更新版》可由此下載：

[Heart and Stroke Association Statistics | American Heart Association](#) (英文網站)。

本資料表中的許多統計資料來自為《統計資料更新版》文件編製的未發表表格，且可使用以下所列文件引文進行引用。用於製表的資料來源列於完整文件中。此外，部分統計資料來自已發表的研究。若要引用本資料表中的任何統計資料，請查看完整的心臟病和腦中風統計資料文件，以確定資料來源和原始引文。

American Heart Association 要求引用完整文件如下：

Martin SS, Aday AW, Allen NB, Almarzooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Bansal N, Beaton AZ, Commodore-Mensah Y, Currie ME, Elkind MSV, Fan W, Generoso G, Gibbs BB, Heard DG, Hiremath S, Johansen MC, Kazi DS, Ko D, Leppert MH, Magnani JW, Michos ED, Mussolino ME, Parikh NI, Perman SM, Rezk-Hanna M, Roth GA, Shah NS, Springer MV, St-Onge M-P, Thacker EL, Urbut SM, Van Spall HGC, Voeks JH, Whelton SP, Wong ND, Wong SS, Yaffe K, Palaniappan LP; on behalf of the American Heart Association Council on Epidemiology and Prevention Statistics Committee and Stroke Statistics Committee. 2025 Heart disease and stroke statistics: a report of US and global data from the American Heart Association. *Circulation*. Published online January 27, 2025.

請透過 <http://newsroom.heart.org/newsmedia/contacts> (英文網站) 將所有媒體提問引導至新聞媒體關係部。

除非另有說明，否則本資料表中的所有統計資料均適用於美國。請參閱統計資料出版物全文，以獲取關於統計資料的參考資料和其他資訊。