



中国成人超重和肥胖与相关疾病*危险的关系

分类	体重指数 (Kg/m ²)	腰 围(CM)		
		男: < 85 女: < 80	85-95 80-90	≥ 95 ≥ 90
体重过低**	< 18.5
体重正常	18.5-23.9	...	危险增加	危险高
超重	24.0-27.9	危险增加	危险高	危险极高
肥胖	≥ 28.0	危险高	危险极高	危险极高

* 相关疾病指高血压、糖尿病、血脂异常和危险因素聚集。
 ** 体重过低可能预示有其他健康问题。

用法

- 第一步：以内圆身高对准外圆体重；
- 第二步：红色箭头所对应数据是您的体重指数；
- 第三步：在上表中，以您的体重指数有腰围确定您的疾病危险度。

四川省卫生厅
四川省疾病预防控制中心

此工具根据卫生部发布的《中国成人超重和肥胖症预防指南》设计