

# 问卷

Q1 您的生理性别是\_\_\_\_\_（男/女），年龄是\_\_\_\_\_岁

Q2 您目前每年就诊就医大概多少次\_\_\_\_\_？

- A. 0 次
- B. 0-5 次
- C. 5-10 次
- D. 10 次以上

Q3 您每周运动锻炼的时间大概多长\_\_\_\_\_？

- A. 0-1 小时
- B. 1-3 小时
- C. 3-5 小时
- D. 5 小时以上

Q4 您目前最关注的健康问题是\_\_\_\_\_？（可多选）

- A. 体重管理
- B. 心理健康
- C. 睡眠改善
- D. 慢性病管理
- E. 运动健身
- F. 其他，请说明：\_\_\_\_\_

Q5 您认为影响您身体健康的主要因素是\_\_\_\_\_？（可多选）

- A. 工作时间过长，没时间锻炼
- B. 遗传因素
- C. 工作性质损伤身体
- D. 对健康生活方式了解过少
- E. 其他，请说明：\_\_\_\_\_

Q6 您之前使用哪些健康管理工具？（可多选）

- A. 智能手环/手表
- B. 健康 APP（如 Keep、MyFitnessPal）
- C. 远程医疗服务
- D. 家庭健康监测设备
- E. 其他，请说明：\_\_\_\_\_

Q7 您认为一个手机移动端的 APP 做健康方面的帮助，是否有必要\_\_\_\_\_？

- A. 是
- B. 否

Q8 您希望健康管理平台提供哪些个性化服务？（可多选）

- A. 基于个人数据的定制化饮食建议

- B. 个性化运动计划
- C. 心理健康评估与指导
- D. 疾病预防与风险管理
- E. 睡眠分析与改善建议
- F. 其他，请说明：\_\_\_\_\_

Q9 您认为系统获取您身高、体重以及日常活动、身体健康情况多大程度侵犯您的隐私权\_\_\_\_\_？

- A. 没有
- B. 一般
- C. 很多，但能忍受
- D. 太多，不能忍受

Q10 您对健康 APP 有什么功能的需求建议

---

---

---

---

Q11 您认为有个可以查看一些健康建议，找一些共同关注健康的朋友的社区，对您的重要性怎么样\_\_\_\_\_？

- A. 无所谓
- B. 一般重要
- C. 很重要

Q12 您是否愿意加入健康管理社区\_\_\_\_\_？

- A. 是
- B. 否

Q13 您希望在社区中获得哪些价值\_\_\_\_\_？（可多选）

- A. 分享健康经验
- B. 寻找健康伙伴
- C. 获取专业指导
- D. 参与挑战活动
- E. 其他，请说明：\_\_\_\_\_

Q14 您更倾向于通过哪种方式与其他健身爱好者互动\_\_\_\_\_？（可多选）

- A. 评论区留言
- B. 私信聊天
- C. 团体讨论
- D. 活动参与

Q15 对于交友社区内的互动，您更感兴趣于哪些内容\_\_\_\_\_？（可多选）

- A. 健身技巧分享
- B. 饮食建议

- C. 心理激励
- D. 日常打卡