



陳繁昌教授，香港科技大學校長。出身筲箕灣阿公岩。  
 獲獎學金遠赴美國加州理工學院修讀本科及碩士課程。  
 並在史丹福大學攻讀博士。  
 留美四十年，歷任耶魯大學及加州大學洛杉磯分校（UCLA）教授。  
 美國國家科學基金助理署長。  
 陳教授大半生尋找教研夢，對教育、  
 科技發展、培育年輕一代亦有獨到見解。

日本厚生勞動省早前公布全球人口平均預期壽命資料，獲環球傳媒廣泛報道。港人平均預期壽命之長為全球之冠，女性有八十七點七歲，男性有八十一點七歲。與此比較，大學排名實在微不足道。

港人平均預期壽命之長，令我感到詫異。本港人口密度之高為人詬病，空氣污染嚴重，生活節奏急促，都不像是長壽城市的象徵；但香港的良好公共醫療設施，低犯罪率和自然災害，家庭關係密切和健康飲食等，卻似乎挽回不少分數。

這些原因聽來不無道理，但逐一而論似乎未能解釋整份排名次序。譬如，美國醫療服務水準屬世界前列，但其人平均預期壽命卻不入頭十名；法國菜濃郁肥膩，但法國女性平均預期壽命卻高踞第四位。

在過去五十年，港人平均壽命愈來愈長（男性由一九七一年的六十七點八歲升至二〇一七年的八十一點七歲，女性則由七十五點三歲升至八十七點七歲）；在十九世紀前，人類平均壽命普遍只有三十至四十歲，可知我們現在比先人長壽得多。好消息是，目前沒有科學證明人類壽命有上限，但壞消息則是，在我出生年份出生的人的平均預期壽命，比我現在年紀少許多，所以我能活至現在，已是奇迹！固然，長壽不代表生活質素好，香港於後者仍需努力；人長壽了，疾病也自然接踵而來，如癌症和糖尿，都是現代人的頭號殺手。

作為科學家，我自然想以科學方法解釋這些現象；既然排名和其數據是公開的，我們該可以用統計方法歸納出影響人類壽命最重要的幾個原因。可惜，即使我在網上花了不少時間，也找不到相類分

## 香港之最

析，惟有再仔細做資料蒐集：原來，除了日本厚生勞動省，美國中央情報局也有一份關於各國人口平均預期壽命的統計。在二〇一七年最長壽的國家和城市，是摩納哥（八十九點四歲），二、三、四名分別是日本、星加坡、澳門，香港（八十三歲）則居第七；其他國家方面，瑞士居第十，加拿大二十一，英國三十五（八十點八歲），美國四十三（七十九點六歲），最低是乍得（五十點六歲）。排名前列的，多數是歐亞國家，敬陪末席的，則差不多全是來自非洲。

全球最長命和最短命國家人民的平均預期壽命相差居然長達三十九年，是何等的不平等，比起財富和物質分配不均更甚！

看畢兩份資料後，我得出一個結論，就是影響平均壽命最重要的原因是以下幾個：財富（沒有一個長壽國家是貧窮，但擁有財富也不代表長壽，如美國便是）、醫療設施、飲食和營養，以及戰亂和自然災害。家庭支持的重要性也不容忽視。我想，港人還要加多一項，就是我們享有外傭之便，除幫助照顧家中長者亦為年輕一代減壓，他們周日休息時，很多港人家庭便會聚首飲茶，間接促進家族感情！

最後，我想向本港女士榮獲全球長壽冠軍致敬：你們比男性長壽六年，令我既羨且妒！囑



外傭在港人長壽生活中，擔當重要角色。