



招商信诺传家典范（财富版）终身寿险条款阅读指引

本阅读指引帮助您理解条款，保险合同的内容以条款为准。

✓ 您所拥有的重要权益

- ◇ 本合同自您方签收之日起 15 天内为犹豫期，如果您方在犹豫期内要求解除本合同，我方将向您方无息退还已支付的保险费，本合同解除前发生的保险事故我方不承担给付保险金的责任。签收本合同之日起 15 天后，您方仍然有解除本合同的权利，但会存在一定的退保损失。 6.

✓ 您应特别注意的事项

- ◇ 责任免除中任一情形导致被保险人身故的，我方将不承担给付保险金的责任。 22.
- ◇ 您有如实告知的义务。 8.
- ◇ 请留意关于合同成立、生效和保险期间的条款。 2. 24.
- ◇ 您有按本合同约定申请减额交清的权利。 25.
- ◇ 请留意保险条款中特定用语的脚注及其释义。

✓ 条款目录

第一部分 本保险合同的共同条款

第一章 合同的构成与效力

1. 合同的构成
2. 合同的成立与生效
3. 合同效力恢复
4. 联系方式变更
5. 合同内容变更
6. 您方解除合同的手续及风险

第二章 明确说明与如实告知

7. 年龄的计算与错误处理
8. 明确说明和如实告知
9. 我方合同解除权的限制

第三章 保险费

10. 保险费的支付
11. 宽限期

第四章 事故通知与责任核定

12. 保险事故通知
13. 申领保险金的注意事项
14. 保险金核定
15. 其他核定结果
16. 宣告死亡处理
17. 调查权

第五章 其他规定

18. 未还款项及其处理
19. 管辖权及争议处理

第二部分 主合同的特别条款

第六章 保障范围及责任免除

20. 投保范围
21. 保险责任
22. 责任免除

第七章 基本保险金额和保险期间

23. 基本保险金额
24. 保险期间

第八章 减额交清及保险单借款

25. 减额交清
26. 保险单借款

第九章 保险金申领

27. 诉讼时效
28. 受益人
29. 保险金申领资料
30. 保险金领取选择权
31. 保险金延期领取条件
32. 重大疾病的种类及定义

招商信诺传家典范（财富版）终身寿险条款

第一部分 本保险合同的共同条款

第一章 合同的构成与效力

- 1. 合同的构成**

本保险合同（以下简称“本合同”）包括以下部分：保险单（或其他保险凭证）及所附条款、与本合同有关的投保文件、合法有效的声明、批注、附贴批单、其他协议。

《招商信诺传家典范（财富版）终身寿险》为本合同的主合同。

在本合同中，“您方”指投保人，“我方”指招商信诺人寿保险有限公司。
- 2. 合同的成立与生效**

您方提出保险申请，经我方同意承保，本合同成立。

本合同生效时间在保险单上载明。

保单周年日为本合同生效日在每年的对应日；保险费约定支付日为本合同生效日在每月、每季、每半年或者每年（根据本合同约定的交费方式确定）的对应日。如果当月无对应的同一日，则以该月最后一日为对应日。

本合同中的时间均为北京时间。
- 3. 合同效力恢复**

自本合同效力中止之日起 2 年内，您方可以提出复效申请并提供必要资料，经我方审核同意，本合同自您方补交未还款项之日起恢复效力。

自本合同效力中止之日起满 2 年，我方有权解除本合同。解除本合同时，我方向您方退还本合同在效力中止时的**现金价值**¹。
- 4. 联系方式变更**

为了保障您方的合法权益，如果您方的住所、通讯地址或电话等联系方式变更时，请及时以书面或双方认可的其他形式通知我方。如果您方未以书面或双方认可的其他形式通知我方，我方按本合同最终载明的住所或通讯地址发送的有关通知，均视为已送达给您方。
- 5. 合同内容变更**

本合同有效期内，经您我双方协商一致，可以变更本合同的有关内容。变更本合同的，我方将会给您方送交一份新的保险单或在原保险合同上批注，或者寄送批单。

未经我方批准或批注，本合同的任何变动都将是无效的。我方的任何保险代理人、销售代表和服务代表都无权修正或豁免本合同的任何规定。
- 6. 您方解除合同的手续及风险**

您方要求解除本合同的，应向我方提出申请，并提供保险合同及有效身份证件。

本合同自您方签收之日起 15 天内为犹豫期，如果您方在犹豫期内要求解除本合同，我方将向您方无息退还已支付的保险费，**本合同解除前发生的保险事故我方不承担给付保险金的责任。**

如果您方在犹豫期后要求解除本合同，我方自收到解除合同通知之日起 30 天内向您方退还本合同在合同解除之日的现金价值。

¹ **现金价值**：指保险单所具有的价值，通常体现为解除合同时根据精算原理计算的由我方退还的那部分金额。

您方在犹豫期后解除合同会遭受一定损失。

第二章 明确说明与如实告知

7. **年龄的计算与错误处理** 本合同中的年龄为以法定身份证件载明的出生日期计算的周岁年龄，自出生之日起为零周岁。
- 您方申报的被保险人年龄不真实，并且其真实年龄不符合本合同约定的投保年龄范围的，我方可解除本合同。解除合同时，我方将向您方退还本合同解除之日的现金价值。若已给付保险金，则我方有权要求受益人退还已给付的全部保险金。
- 您方申报的被保险人年龄不真实，致使实付保险费少于应付保险费的，我方有权更正并要求您方补交保险费。若补交保险费前已发生保险事故，我方在给付保险金时按照实付保险费与应付保险费的比例折算给付保险金；折算给付的保险金=应给付的保险金×(实付保险费÷应付保险费)。
- 您方申报的被保险人年龄不真实，致使实付保险费多于应付保险费的，我方将多收的保险费无息退还您方。
8. **明确说明和如实告知** 订立本合同时，我方应向您方明确说明本合同的条款内容。
- 对保险条款中免除我方责任的条款，我方在订立合同时应当在投保单、保险单或者其他保险凭证上作出足以引起您方注意的提示，并对该条款的内容以书面或者口头形式向您方作出明确说明，未作提示或者明确说明的，该条款不产生效力。
- 订立本合同时，我方就您方和被保险人的有关情况提出询问，您方应当如实告知。
- 如果您方故意或因重大过失未履行前款规定的如实告知义务，足以影响我方决定是否同意承保或者提高保险费率的，我方有权解除本合同。
- 如果您方故意不履行如实告知义务的，我方对于本合同解除前发生的保险事故，不承担给付保险金的责任，并不退还保险费。
- 如果您方因重大过失未履行如实告知义务，对保险事故的发生有严重影响的，我方对于本合同解除前发生的保险事故，不承担给付保险金的责任，但应当无息退还保险费。
- 我方在合同订立时已经知道您方未如实告知的情况的，不会解除合同；发生保险事故的，我方承担给付保险金的责任。
9. **我方合同解除权的限制** 前述第 7 条、第 8 条所述的解除权自我方知道有解除事由之日起，超过 30 天不行使而消灭。自本合同成立之日起超过 2 年的，我方不得解除合同；发生保险事故的，我方承担给付保险金的责任。

第三章 保险费

10. **保险费的支付** 本合同的交费方式和交费期间由您方和我方在投保时约定，并在保险单上载明。
- 分期支付保险费的，您方应在每一个保险费约定支付日或该日期之前支付保险单上载明的保险费。
11. **宽限期** 您方未支付本合同首期保险费的，本合同自始无效。
- 分期支付保险费的，您方支付本合同首期保险费后，在保险费约定支付日未支付本合同规定的保险费的，自保险费约定支付日起 60 天内为宽限期。
- 宽限期内发生的保险事故，我方按本合同约定承担保险责任，但在给付保险金时将扣减您方欠交的各期保险费。
- 如果您方在宽限期结束之后仍未支付欠交的保险费，则本合同自宽限期满日起效力中止。我方在本合同效力中止期间不承担保险责任。

第四章 事故通知与责任核定

12. **保险事故通知** 您方、被保险人或受益人知道保险事故发生后应当在 10 天内通知我方。
如果您方或者受益人故意或者因重大过失未及时通知，致使保险事故的性质、原因、损失程度等难以确定的，我方对无法确定的部分，不承担赔偿或者给付保险金的责任。但我方通过其他途径已经及时知道或者应当及时知道保险事故发生或者虽未及时通知但不影响我方确定保险事故的性质、原因、损失程度的除外。
13. **申领保险金的注意事项** 委托他人办理申领保险金的手续时，受托人必须提供本人的有效身份证件及委托人亲笔签名的授权委托书。
保险金作为被保险人遗产时，继承人必须提供可证明其合法继承权的有效证明文件。
受益人或继承人为无民事行为能力人或限制民事行为能力人时，由其监护人代为申领保险金。由监护人代为申领保险金的，该监护人应当提供监护人证明。
以上证明或资料不完整的，我方将及时一次性通知申领人补充提供有关证明和资料。
14. **保险金核定** 我方收到索赔申请和有关证明、资料后，将及时作出核定；情形复杂的，或者保险事故的性质、原因、损失程度等难以确定的，我方将进行调查核实并在 30 日内作出核定。我方及时将核定结果通知受益人。如我方要求补充提供申请书、有关证明和资料的，前述的 30 日不包括补充提供有关证明和资料的期间。对属于保险责任的，我方在作出核定并与受益人达成给付协议后的 10 日内，履行给付保险金义务；保险金以人民币支付。
若我方未履行前款约定义务，如属于保险责任的，除支付保险金外，我方按延期天数赔偿受益人相应的利息损失。利息按照我方公示的利率按单利计算，且保证该利率不低于中国人民银行公布的同期金融机构人民币活期存款基准利率。
对不属于保险责任的，我方自作出核定之日起 3 日内向受益人发出拒绝给付保险金通知书并说明理由。
我方在收到索赔申请及有关证明和资料之日起 60 日内，对给付保险金的数额不能确定的，根据已有证明和资料可以确定的数额先予支付；我方最终确定给付保险金的数额后，将支付相应的差额。
15. **其他核定结果** 未发生保险事故，被保险人或者受益人谎称发生了保险事故，向我方提出索赔申请的，我方有权解除本合同，并不退还保险费。
您方或被保险人故意制造保险事故的，我方有权解除本合同，不承担给付保险金的责任。
保险事故发生后，您方、被保险人或者受益人以伪造、变造的有关证明、资料或者其他证据，编造虚假的事故原因或者夸大损失程度的，我方对虚报的部分不承担给付保险金的责任。
您方、被保险人或者受益人有以上规定行为之一，致使我方给付保险金或者支出费用的，应当在收到我方相关通知之日起 30 天内向我方退回或者赔偿。
16. **宣告死亡处理** 如果被保险人在本合同有效期内失踪，之后经人民法院判决宣告死亡，我方以法院判决宣告死亡之日作为被保险人的身故日期，并按照本合同各保险条款的保险责任规定处理，本合同效力终止。

被保险人在被宣告死亡后重新出现或者确知其没有死亡的，如果我方因被保险人宣告死亡而支付了身故保险金的，身故保险金的受领人应当自知道被保险人没有死亡之日起 30 天内向我方退还已给付的身故保险金，本合同的效力由您我双方依法协商处理。

17. **调查权** 您方同意凡曾为被保险人治疗或知悉被保险人健康情况的医务人员、医疗机构，以及所有了解被保险人有关情况及其相关资料的个人及机构，均可以将被保险人的健康情况、病状，以及任何治疗、疾病或不适、病历的详细资料提供给我方或我方授权的机构和个人。
- 我方有权根据实际情况要求被保险人进行体检或其他必要的检验。如果被保险人身故，我方有权要求司法鉴定机构对保险事故进行鉴定。

第五章 其他规定

18. **未还款项及其处理** 本合同的未还款项指本合同项下的保险单借款及其利息²、欠交的保险费及其利息。我方在给付保险金、退还现金价值、退还保险费或给付其他保单利益时，会先行扣除本合同的未还款项。
19. **管辖权及争议处理** 本合同受中华人民共和国法律管辖。
- 因履行本合同发生的争议，由您我双方协商解决，协商不成的，依法向人民法院提起诉讼。

第二部分 主合同的特别条款

第六章 保障范围及责任免除

20. **投保范围** 年满 18 周岁至 70 周岁，符合我方规定投保条件者可作为被保险人参加本保险。
21. **保险责任** 在主合同保险期间内，我方承担以下保险责任：
- 一、意外身故保险金
- 如果被保险人遭受**意外伤害**³，并自该意外伤害发生之日起 180 天内因该意外伤害导致身故，意外身故保险金为主合同基本保险金额的 150%。
- 二、非意外身故保险金
- 如果被保险人因意外伤害以外的原因导致身故，非意外身故保险金为主合同基本保险金额。
- 主合同自被保险人身故时起效力终止。
22. **责任免除** 因下列情形之一导致被保险人身故的，我方将不承担给付身故保险金的责任：
- 一、投保人对被保险人的故意杀害、故意伤害；
- 二、被保险人故意犯罪、抗拒依法采取的刑事强制措施；

² **利息：** 欠交保险费和借款利息按借款利率计算。利息计算时，按欠交保险费和借款的经过天数和相应利率依复利方式计算，借款利率以我方公布为准。

³ **意外伤害：** 指以外来的、突发的、不可预见的、非本意的和非疾病的客观事件为直接且单独的原因致使身体受到的伤害。

三、被保险人在主合同生效（或最后一次复效）之日起2年内自杀，但被保险人自杀时为无民事行为能力人的除外。

发生上述第一项情形导致被保险人身故的，主合同效力终止；您方已交足两年以上保险费的，我方将向被保险人的继承人退还主合同的现金价值。

发生上述其他情形导致被保险人身故的，主合同效力终止，我方将向您方退还主合同现金价值。

第七章 基本保险金额和保险期间

- | | |
|------------|------------------------------------------------------------|
| 23. 基本保险金额 | 主合同的基本保险金额由您方和我方在投保时约定，并在保险单上载明。如果该金额发生变更，则以变更后的金额为基本保险金额。 |
| 24. 保险期间 | 主合同的保险期间为终身，自主合同生效时起算，至被保险人身故时止。 |

第八章 减额交清及保险单借款

- | | |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 25. 减额交清 | <p>在主合同保险期间内，您方可以申请减额交清，经我方同意，将按以下约定的现金价值扣除主合同未还款项后的余额作为一次性付清的保险费，重新计算本合同的基本保险金额，本合同继续有效：</p> <p>一、如果您方是在宽限期开始前申请减额交清的，以您方申请减额交清后的下一个保单周年日的现金价值为准；</p> <p>二、如果您方是在宽限期内申请减额交清的，则以宽限期开始之时的现金价值为准。</p> |
| 26. 保险单借款 | <p>在主合同保险期间内，如果主合同累积有现金价值，您方可以向我方申请借款。每次借款的期限最长为6个月，金额最低为人民币1000元，累计借款本息不得超过借款时主合同现金价值的80%，且最终以我方审核通过的借款金额为准。借款本息应在借款期满之日前（含当日）偿还。如果逾期未偿还，则借款利息并入借款金额视同重新借款。</p> <p>当现金价值不足以偿还借款本息时，主合同效力中止。<u>我方在合同效力中止期间不承担保险责任。</u></p> |

第九章 保险金申领

- | | |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 27. 诉讼时效 | 受益人请求给付保险金的诉讼时效期间为5年，自其知道或应当知道保险事故发生之日起计算。 |
| 28. 受益人 | <p>您方可以指定一个或多个自然人作为身故保险金的受益人，也可以指定一个金融机构作为受益人。</p> <p>身故保险金受益人为多人时，可以确定受益顺序和受益份额；如果没有确定受益份额的，各受益人按照相等份额享有受益权。</p> <p>被保险人为无民事行为能力人或限制民事行为能力人的，可以由其监护人指定受益人。</p> <p>您方可以变更身故保险金受益人并书面通知我方。我方收到变更受益人的通知并且审核通过后，在保险单或其他保险凭证上批注，或者寄送批单。该申请于批注上注明的变更生效起始时间起生效。</p> <p>您方在指定和变更身故保险金受益人时，必须经过被保险人同意。因身故保险金</p> |

受益人变更所引起的法律纠纷，我方不负任何责任。

被保险人身故后，有下列情形之一的，保险金作为被保险人的遗产，由我方依照《中华人民共和国继承法》的规定履行给付保险金的义务：

1. 没有指定受益人的，或者受益人指定不明无法确定的；
2. 受益人先于被保险人身故，没有其他受益人的；
3. 受益人依法丧失受益权或者放弃受益权，没有其他受益人的。

受益人与被保险人在同一事件中身故，且不能确定身故先后顺序的，推定受益人身故在先。

受益人故意造成被保险人身故、伤残、疾病的，或者故意杀害被保险人未遂的，该受益人丧失受益权。

29. **保险金申领资料** 第一次申领身故保险金时，申领人需填写《索赔申请表》，并提供下列所有证明和资料原件：
1. 保险合同；
 2. 被保险人身份证明；
 3. 受益人为金融机构的，应提供受益人的营业执照正本及其他法律或监管要求的证明文件；受益人为自然人的，应提供受益人身份证明及与被保险人关系证明；
 4. 完整的门、急诊病历及住院病历；
 5. 医院或公安部门出具的被保险人死亡证明书，或法院出具的宣告死亡判决书；
 6. 与本项保险金申领有关的诊疗资料及其他我方要求提供的证明、报告和文件。
30. **保险金领取选择权** 您方可以指定或变更身故保险金的领取方式、领取条件、领取比例（或金额）。以上变更须以书面形式及时通知我方，我方收到此书面通知并且审核通过后，在保险单或其他保险凭证上批注或者寄送批单。该申请于批注上注明的变更生效起始时间起生效。
- 受益人不得变更保险金领取方式、领取条件、领取比例（或金额）。每一受益人累计领取的身故保险金以其受益份额为限。
- 一、一次性领取
- 如果您方选择一次性领取方式的，受益人应根据主合同的约定一次性领取身故保险金。
- 如果受益人为指定金融机构，您方只能选择一次性领取方式。
- 二、延期领取
- 如果您方选择延期领取方式的，自被保险人发生保险事故之日起，主合同进入保险金延期领取期间。在保险金延期领取期间内，受益人应根据您方指定的领取条件和领取比例（或金额）申领相应的身故保险金。
31. **保险金延期领取条件** 在保险金延期领取期间内，除另有约定外，我方将根据下述您方指定的领取条件、领取比例（或金额）向受益人给付相应的保险金：
- 一、成长关爱金
- 您方可指定我方在受益人年满 18 周岁之前（不含 18 周岁）的每一个生日向该受益人给付成长关爱金，具体金额=（该受益人应当领取的身故保险金—重疾预留金）×成长关爱金比例。
- 二、生活关爱金
- 您方可指定我方在受益人年满 18 周岁后（含 18 周岁）的每一个生日向该受益人

给付生活关爱金，具体金额=（该受益人应当领取的身故保险金—重疾预留金）×生活关爱金比例。

三、重疾给付金

如果受益人在指定期限之前确诊患有主合同所规定的重大疾病，您方可指定我方向该受益人给付重疾给付金，具体金额您方可提前选择为重疾预留金或该受益人应当领取的身故保险金的余额。

受益人提供医院出具的疾病诊断证明资料及其他我方要求提供的证明文件即可申领重疾给付金。

四、健康关爱金

如果受益人在领取重疾给付金的指定期限内未确诊患有主合同所规定的重大疾病，我方向该受益人给付健康关爱金，具体金额等于您方指定的重疾给付金。

当领取重疾给付金的指定期限为受益人的终身时，您方不可同时选择此项领取条件。

五、教育金

如果受益人作为全日制学生进入高中、本科、研究生学习阶段的，您方可指定我方向该受益人给付教育金，具体金额=（该受益人应当领取的身故保险金的余额—重疾预留金）×教育金比例。

受益人提供相应的录取通知书、学籍证明及其他我方要求提供的证明文件即可申领教育金。

六、婚嫁礼金

您方可指定我方在受益人结婚时向其给付婚嫁礼金，具体金额=（该受益人应当领取的身故保险金的余额—重疾预留金）×婚嫁礼金比例。

受益人提供婚姻证明及其他我方要求提供的证明文件即可申领婚嫁礼金。

七、新生儿礼金

您方可指定我方在受益人每次育有子女后向其给付新生儿礼金，具体金额=（该受益人应当领取的身故保险金的余额—重疾预留金）×新生儿礼金比例。

受益人提供其婚姻证明文件、该次出生子女的出生医学证明文件及其他我方要求提供的证明文件即可申领新生儿礼金。

八、养老关爱金

您方可指定受益人年满领取年龄时，我方向其给付养老关爱金，具体金额=（该受益人应当领取的身故保险金的余额—重疾预留金）×100%。

九、其他约定

受益人身故时尚未领取的保险金将作为受益人的遗产，按照《中华人民共和国继承法》的规定处理。

32. 重大疾病的种类及定义

一、恶性肿瘤

指恶性细胞不受控制的进行性增长和扩散，浸润和破坏周围正常组织，可以经血管、淋巴管和体腔扩散转移到身体其它部位的疾病。经病理学检查结果明确诊断，临床诊断属于世界卫生组织《疾病和有关健康问题的国际统计分类》（ICD-10）的恶性肿瘤范畴。

下列疾病不包含在内：

（一）原位癌⁴；

（二）相当于 Binet 分期方案 A 期程度的慢性淋巴细胞白血病；

⁴ **原位癌**：指恶性肿瘤细胞仅局限于粘膜的上皮层或皮肤的表皮层内，尚未穿透基底膜浸润到粘膜下层或真皮层的恶性肿瘤。原位癌必须经对固定活组织的组织病理学检查明确诊断，且受益人已经接受了针对原位癌病灶的积极治疗。

(三) 相当于 Ann Arbor 分期方案 I 期程度的何杰金氏病；

(四) 皮肤癌（不包括恶性黑色素瘤及已发生转移的皮肤癌）；

(五) TNM 分期为 T₁N₀M₀ 期或更轻分期的前列腺癌；

(六) 感染艾滋病病毒或患艾滋病期间所患恶性肿瘤。

二、 急性心肌梗塞

指因冠状动脉阻塞导致的相应区域供血不足造成部分心肌坏死。须满足下列至少三项条件：

(一) 典型临床表现，例如急性胸痛等；

(二) 新近的心电图改变提示急性心肌梗塞；

(三) 心肌酶或肌钙蛋白有诊断意义的升高，或呈符合急性心肌梗塞的动态性变化；

(四) 发病 90 天后，经检查证实左心室功能降低，如左心室射血分数低于 50%。

三、 脑中风后遗症

指因脑血管的突发病变引起脑血管出血、栓塞或梗塞，并导致神经系统永久性的功能障碍。神经系统永久性的功能障碍，指疾病确诊 180 天后，仍遗留下列一种或一种以上障碍：

(一) 一肢或一肢以上**肢体机能完全丧失**⁵；

(二) **语言能力或咀嚼吞咽能力完全丧失**⁶；

(三) 自主生活能力完全丧失，无法独立完成**六项基本日常生活活动**⁷中的三项或三项以上。

四、 重大器官移植术或造血干细胞移植术

重大器官移植术，指因相应器官功能衰竭，已经实施了肾脏、肝脏、心脏或肺脏的异体移植手术。

造血干细胞移植术，指因造血功能损害或造血系统恶性肿瘤，已经实施了造血干细胞（包括骨髓造血干细胞、外周血造血干细胞和脐血造血干细胞）的异体移植手术。

五、 冠状动脉搭桥术（或称冠状动脉旁路移植术）

指为治疗严重的冠心病，实际实施了开胸进行的冠状动脉血管旁路移植的手术。

冠状动脉支架植入术、心导管球囊扩张术、激光射频技术及其它非开胸的介入手术、腔镜手术不包含在内。

六、 终末期肾病（或称慢性肾功能衰竭尿毒症期）

指双肾功能慢性不可逆性衰竭，达到尿毒症期，经诊断后已经进行了至少 90 天的

⁵ **肢体机能完全丧失**：指肢体的三大关节中的两大关节僵硬，或不能随意识活动。肢体是指包括肩关节的整个上肢或包括髋关节的整个下肢。

⁶ **语言能力或咀嚼吞咽能力完全丧失**：语言能力完全丧失，指无法发出四种语音（包括口唇音、齿舌音、口盖音和喉头音）中的任何三种、或声带全部切除，或因大脑语言中枢受伤害而患失语症。咀嚼吞咽能力完全丧失，指因牙齿以外的原因导致器质障碍或机能障碍，以致不能作咀嚼吞咽运动，除流质食物外不能摄取或吞咽的状态。

⁷ **六项基本日常生活活动**：（1）穿衣：自己能够穿衣及脱衣；（2）移动：自己从一个房间到另一个房间；（3）行动：自己上下床或上下轮椅；（4）如厕：自己控制进行大小便；（5）进食：自己从已准备好的碗或碟中取食物放入口中；（6）洗澡：自己进行淋浴或盆浴。

规律性透析治疗或实施了肾脏移植手术。

七、 多个肢体缺失

指因疾病或意外伤害导致两个或两个以上肢体自腕关节或踝关节近端（靠近躯干端）以上完全性断离。

八、 急性或亚急性重症肝炎

指因肝炎病毒感染引起肝脏组织弥漫性坏死，导致急性肝功能衰竭，且经血清学或病毒学检查证实，并须满足下列全部条件：

- （一）重度黄疸或黄疸迅速加重；
- （二）肝性脑病；
- （三）B超或其它影像学检查显示肝脏体积急速萎缩；
- （四）肝功能指标进行性恶化。

九、 良性脑肿瘤

指脑的良性肿瘤，已经引起颅内压增高，临床表现为视神经乳头水肿、精神症状、癫痫及运动感觉障碍等，并危及生命。须由头颅断层扫描（CT）、核磁共振检查（MRI）或正电子发射断层扫描（PET）等影像学检查证实，并须满足下列至少一项条件：

- （一）实际实施了开颅进行的脑肿瘤完全切除或部分切除的手术；
- （二）实际实施了对脑肿瘤进行的放射治疗。

脑垂体瘤、脑囊肿、脑血管性疾病不包含在内。

十、 慢性肝功能衰竭失代偿期

指因慢性肝脏疾病导致肝功能衰竭。须满足下列全部条件：

- （一）持续性黄疸；
- （二）腹水；
- （三）肝性脑病；
- （四）充血性脾肿大伴脾功能亢进或食管胃底静脉曲张。

因酗酒或药物滥用导致的肝功能衰竭不包含在内。

十一、 脑炎后遗症或脑膜炎后遗症

指因患脑炎或脑膜炎导致的神经系统永久性的功能障碍。神经系统永久性的功能障碍，指疾病确诊 180 天后，仍遗留下列一种或一种以上障碍：

- （一）一肢或一肢以上肢体机能完全丧失；
- （二）语言能力或咀嚼吞咽能力完全丧失；
- （三）自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。

十二、 深度昏迷

指因疾病或意外伤害导致意识丧失，对外界刺激和体内需求均无反应，昏迷程度按照格拉斯哥昏迷分级（Glasgow coma scale）结果为 5 分或 5 分以下，且已经持续使用呼吸机及其它生命维持系统 96 小时以上。

因酗酒或药物滥用导致的深度昏迷不包含在内。

十三、 双耳失聪-受益人出生满 36 个月后出现症状

指因疾病或意外伤害导致双耳听力**永久不可逆**⁸性丧失，在 500 赫兹、1000 赫兹和 2000 赫兹语音频率下，平均听阈大于 90 分贝，且经纯音听力测试、声导抗检测或听觉诱发电位检测等证实。

十四、 双目失明-受益人出生满 36 个月后出现症状

指因疾病或意外伤害导致双眼视力永久不可逆性丧失，双眼中较好眼须满足下列至少一项条件：

- （一）眼球缺失或摘除；
- （二）矫正视力低于 0.02（采用国际标准视力表，如果使用其它视力表应进行换算）；
- （三）视野半径小于 5 度。

十五、 瘫痪

指因疾病或意外伤害导致两肢或两肢以上肢体机能永久完全丧失。肢体机能永久完全丧失，指疾病确诊 180 天后或意外伤害发生 180 天后，每肢三大关节中的两大关节仍然完全僵硬，或不能随意活动。

十六、 心脏瓣膜手术

指为治疗心脏瓣膜疾病，实际实施了开胸进行的心脏瓣膜置换或修复的手术。

十七、 严重阿尔茨海默病

指因大脑进行性、不可逆性改变导致智能严重衰退或丧失，临床表现为明显的认知能力障碍、行为异常和社交能力减退，其日常生活必须持续受到他人监护。须由头颅断层扫描（CT）、核磁共振检查（MRI）或正电子发射断层扫描（PET）等影像学检查证实，且自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。

神经官能症和精神疾病不包含在内。

十八、 严重脑损伤

指因头部遭受机械性外力，引起脑重要部位损伤，导致神经系统永久性的功能障碍。须由头颅断层扫描（CT）、核磁共振检查（MRI）或正电子发射断层扫描（PET）等影像学检查证实。神经系统永久性的功能障碍，指脑损伤 180 天后，仍遗留下列一种或一种以上障碍：

- （一）一肢或一肢以上肢体机能完全丧失；
- （二）语言能力或咀嚼吞咽能力完全丧失；
- （三）自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。

十九、 严重帕金森病

是一种中枢神经系统的退行性疾病，临床表现为震颤麻痹、共济失调等。须满足下列全部条件：

- （一）药物治疗无法控制病情；
- （二）自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或

⁸ **永久不可逆**：指自疾病确诊或意外伤害发生之日起，经过积极治疗 180 天后，仍无法通过现有医疗手段恢复。

三项以上。

继发性帕金森综合征不包含在内。

二十、 严重III度烧伤

指烧伤程度为III度，且III度烧伤的面积达到全身体表面积的 20%或 20%以上。体表面积根据《中国新九分法》计算。

二十一、 严重原发性肺动脉高压

指不明原因的肺动脉压力持续性增高，进行性发展而导致的慢性疾病，已经造成永久不可逆性的体力活动能力受限，达到美国纽约心脏病学会心功能状态分级 IV 级，且静息状态下肺动脉平均压超过 30mmHg。

二十二、 严重运动神经元病

是一组中枢神经系统运动神经元的进行性变性疾病，包括进行性脊肌萎缩症、进行性延髓麻痹症、原发性侧索硬化症、肌萎缩性侧索硬化症。须满足自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上的条件。

二十三、 语言能力丧失-受益人出生满 36 个月后出现症状

指因疾病或意外伤害导致完全丧失语言能力，经过积极治疗至少 12 个月（声带完全切除不受此时间限制），仍无法通过现有医疗手段恢复。

精神心理因素所致的语言能力丧失不包含在内。

二十四、 重型再生障碍性贫血

指因骨髓造血功能慢性持续性衰竭导致的贫血、中性粒细胞减少及血小板减少。须满足下列全部条件：

- （一）骨髓穿刺检查或骨髓活检结果支持诊断；
- （二）外周血象须具备以下三项条件：
 - ① 中性粒细胞绝对值 $\leq 0.5 \times 10^9/L$ ；
 - ② 网织红细胞 $< 1\%$ ；
 - ③ 血小板绝对值 $\leq 20 \times 10^9/L$ 。

二十五、 主动脉手术

指为治疗主动脉疾病，实际实施了开胸或开腹进行的切除、置换、修补病损主动脉血管的手术。**主动脉指胸主动脉和腹主动脉，不包括胸主动脉和腹主动脉的分支血管。**

动脉内血管成形术不包含在内。

二十六、 严重多发性硬化

多发性硬化为中枢神经系统白质多灶性脱髓鞘病变，病变有时累及灰质。多发性硬化必须明确诊断并由核磁共振(MRI)等影像学检验证实，而且已经造成永久的神经系统功能损害，导致受益人持续 180 天无法独立完成下列基本日常生活活动：

- （一）移动：自己从一个房间到另一个房间；或者
- （二）进食：自己从已准备好的碗或碟中取食物放入口中。

二十七、 严重冠心病

指根据冠状动脉造影检查结果确诊的三支主要血管(左冠状动脉主干、右冠状动

脉、前降支、左旋支中的任意三支)严重狭窄性病变(至少一支血管管腔直径减少75%以上和其他两支血管管腔直径减少60%以上)。**前降支、左旋支及右冠状动脉的分支血管的狭窄不作为本定义的衡量指标。**

二十八、严重类风湿性关节炎

类风湿性关节炎为广泛分布的慢性进行性多关节病变，表现为关节严重变形，侵犯至少三个主要关节或关节组，[如：双手(多手指)关节、双足(多足趾)关节、双腕关节、双膝关节和双髋关节]。类风湿性关节炎必须明确诊断并且已经达到类风湿性关节炎功能分级IV级的永久不可逆性关节功能障碍(生活不能自理，且丧失工作能力)并须满足下列全部条件：

- (一)晨僵；
- (二)对称性关节炎；
- (三)类风湿性皮下结节；
- (四)类风湿因子滴度升高；
- (五)X线显示严重的关节(软骨和骨)破坏和关节畸形。

二十九、系统性红斑狼疮——III型或以上狼疮性肾炎

是指由于病理性自身抗体和免疫复合物的沉积破坏了血管和细胞而导致的多系统损害的一种自体免疫性疾病。本合同所指的系统性红斑狼疮仅限于累及肾脏(经肾脏病理检查或临床确诊，并符合下列世界卫生组织(WHO)诊断标准定义III型至V型狼疮性肾炎)的系统性红斑狼疮。**其他类型的红斑性狼疮，如盘状狼疮，仅累及血液及关节等其他系统的系统性红斑狼疮不包含在内。**

世界卫生组织(WHO)狼疮性肾炎分型：

- I型(微小病变型)镜下阴性，尿液正常；
- II型(系膜病变型)中度蛋白尿，偶有尿沉渣改变；
- III型(局灶及节段增生型)蛋白尿，尿沉渣改变；
- IV型(弥漫增生型)急性肾炎伴有尿沉渣改变及/或肾病综合征；
- V型(膜型)肾病综合征或重度蛋白尿。

三十、严重慢性呼吸功能衰竭

慢性肺部疾病导致永久不可逆性的慢性呼吸功能衰竭，必须由呼吸专科医师确认并符合下列所有条件：

- (一)肺功能测试其FEV1持续低于0.75升；
- (二)病人缺氧必须广泛而持续地进行输氧治疗；
- (三)动脉血气分析氧分压低于55mmHg。

申领重疾给付金时必须提供以上三项相应的证明文件或检查报告。

三十一、全身性重症肌无力

重症肌无力是一种神经肌肉接头传递障碍所致的疾病，表现为局部或全身骨骼肌(特别是眼外肌)极易疲劳。疾病可以累及呼吸肌、上肢或下肢的近端肌群或全身肌肉，必须满足下列全部条件：

- (一)经药物治疗和胸腺切除治疗一年以上仍无法控制病情；
- (二)自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。

三十二、严重原发性心肌病

指因原发性心肌病导致心室功能损害造成永久不可逆性的心功能衰竭，心功能衰竭程度达到美国纽约心脏病学会心功能状态分级 IV 级。必须由心脏专科医生确诊，并有包括超声心动图在内的相关检查证实。

酗酒或滥用药物引起的心肌病不包含在内。

三十三、坏死性筋膜炎

坏死性筋膜炎是一种由细菌侵入皮下组织和筋膜引起的急性坏死性软组织感染，可伴有毒血症、败血症、中毒性休克、弥漫性血管内凝血及多器官衰竭。其诊断必须满足以下所有条件：

- (1) 细菌培养和临床表现符合坏死性筋膜炎诊断标准；
- (2) 病情迅速恶化，有脓毒血症表现；
- (3) 受感染肢体被截肢（自腕关节或踝关节近端）。

三十四、严重慢性复发性胰腺炎

指慢性反复发作的胰腺炎症导致胰腺的广泛纤维化、坏死、弥漫性钙化及假性囊肿形成，造成胰腺功能障碍出现严重糖尿病和营养不良。必须满足以下所有条件：

- (一) CT 显示胰腺广泛钙化或逆行胰胆管造影（ERCP）显示胰管扭曲、扩张和狭窄；
- (二) 接受胰岛素替代治疗和酶替代治疗 180 天以上。

酒精导致的慢性复发性胰腺炎不包含在内。

三十五、经输血导致的人类免疫缺陷病毒感染

受益人因输血而感染上人类免疫缺陷病毒（HIV）必须满足以下全部条件：

- (一) 受益人因输血而感染 HIV；
- (二) 提供输血治疗的输血中心或医院出具该项输血感染属医疗责任事故的报告，或者法院终审裁定为医疗责任；
- (三) 受感染的受益人不是血友病患者。

任何因其他传播方式（包括：性传播或静脉注射毒品）导致的 HIV 感染不包含在内。 保险公司必须拥有获得使用受益人的所有血液样本的权利和能够对这些样本进行独立检验的权利。

三十六、严重克隆病

克隆病是一种慢性肉芽肿性肠炎，具有特征性的克隆病病理组织学变化。诊断必须由病理检查结果证实。受益人所患的克隆病必须已经造成瘘管形成并伴有肠梗阻或肠穿孔。

三十七、严重的 1 型糖尿病

1 型糖尿病的特征为由于胰岛素分泌绝对不足引起严重胰岛素缺乏导致慢性血糖升高，需要依赖外源性胰岛素进行机体的葡萄糖代谢和维持生命。受益人的 1 型糖尿病必须由专科医生明确诊断，而且有血胰岛素测定及血 C 肽或尿 C 肽测定结果支持诊断，并且满足下列全部条件：

- (一) 已经持续性地接受外源性胰岛素注射治疗连续 180 天以上；
- (二) 因需要已经接受了下列治疗：
 - 1) 因严重心律失常植入了心脏起搏器；或
 - 2) 因坏疽自跖趾关节或以上切除了一趾或多趾。

三十八、严重溃疡性结肠炎

溃疡性结肠炎是指伴有致命性电解质紊乱的急性暴发性溃疡性结肠炎，病变累及全结肠，表现为严重的血便和系统性症状体征，已经造成瘘管并伴有肠梗阻或肠穿孔，治疗通常采取全结肠切除和回肠造瘘术。溃疡性结肠炎必须根据组织病理学特点诊断，并且受益人已经接受了结肠切除和回肠造瘘术。

三十九、进行性核上性麻痹

进行性核上性麻痹（PSP）又称 Steele-Richardson-Olszewski 综合征，是一种少见的神经系统变性疾病，以假球麻痹、垂直性核上性眼肌麻痹、锥体外系肌僵直、步态共济失调和轻度痴呆为主要临床特征。PSP 必须由三级甲等医院的神经内科专科医生确诊，并且受益人自主生活能力完全丧失，无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。

四十、特发性慢性肾上腺皮质功能衰竭

指自身免疫性肾上腺炎（既往称：特发性肾上腺皮质萎缩）导致肾上腺萎缩和慢性肾上腺皮质功能减退。必须满足所有以下条件：

（一）必须由专科医生明确诊断，符合所有以下诊断标准：

- 1) 血浆促肾上腺皮质激素 (ACTH) 水平测定， $>100\text{pg/ml}$ ；
- 2) 血浆肾素活性、血管紧张素 II 和醛固酮测定，显示为原发性肾上腺皮质功能减退症；
- 3) 促肾上腺皮质激素 (ACTH) 刺激试验显示为原发性肾上腺皮质功能减退症。

（二）已经采用皮质类固醇替代治疗 180 天以上。

肾上腺结核、HIV 感染或艾滋病、感染、肿瘤所致的原发性肾上腺皮质功能减退和继发性肾上腺皮质功能减退不包含在内。

四十一、埃博拉病毒感染

受埃博拉病毒感染导致出血性发热。埃博拉病必须经传染病专家确诊，且必须满足下列全部条件：

- （一）实验室检查证实埃博拉病毒的存在。
- （二）从症状出现 30 天后有出血性并发症。

四十二、严重原发性硬化性胆管炎

为一种特发型淤胆性疾病，特点为肝内及肝外胆道系统胆管壁增厚和管腔狭窄。必须满足以下所有条件：

- （一）诊断由逆行胰胆管造影（ERCP）或经皮胆管造影（PTC）确认；
- （二）持续性黄疸超过 30 天，伴碱性磷酸酶（ALP）显著升高，血清 $\text{ALP}>200\text{U/L}$ ；
- （三）出现继发性胆汁性肝硬化和门静脉高压。

因肿瘤或胆管损伤等继发性的硬化性胆管炎不包含在内。

四十三、严重弥漫性系统性硬皮病

一种系统性胶原血管病引起进行性的皮肤/血管和内脏器官的弥漫性纤维化。本病症须经专科医生明确诊断，并由活检和血清学证据支持并且疾病已经影响到心脏、肺或肾脏等内脏器官并且达到下列标准之一：

- （一）肺纤维化，已经出现肺动脉高压、肺心病；
- （二）心脏损害，心脏功能衰竭程度达到纽约心脏病学会的心功能分级标准之心功能 IV 级；

(三) 肾脏：肾脏损害，已经出现肾功能衰竭。

下列疾病不包含在内：

(一) 局限硬皮病；

(二) 嗜酸细胞筋膜炎；

(三) CREST 综合征。

四十四、胰腺移植

指因胰腺功能衰竭，已经实施了在全身麻醉下进行的胰腺的异体器官移植手术。

单纯胰岛移植、部分胰腺组织或细胞的移植不包含在内。

四十五、丝虫病所致象皮病

指因丝虫感染导致淋巴阻塞性出现严重淋巴水肿，达到国际淋巴学会淋巴肿分期第 III 期，临床表现为肢体象皮肿，患肢较健肢增粗 30%以上，日常生活不能自理。此病症须经专科医生根据临床表现和微丝蚴的化验结果确诊。

四十六、严重脊髓灰质炎

脊髓灰质炎是由于脊髓灰质炎病毒感染所致的瘫痪性疾病，临床表现为运动功能损害或呼吸无力。脊髓灰质炎必须明确诊断，且需提供脊髓灰质炎病毒检查的证据(如粪便或脑脊液检查，血液中抗体检查)。本保单仅对脊髓灰质炎造成的神经系统功能损害导致受益人一枝或一枝以上肢体机能永久完全丧失的情况予以给付重疾给付金。肢体机能永久完全丧失，指疾病确诊 180 天后，每肢三大关节中的两大关节仍然完全僵硬，或不能随意活动。

未导致前述肢体瘫痪者及其它原因导致的瘫痪不包含在内。

四十七、严重川崎病

是指原因不明的系统性血管炎，并须满足下列全部条件：

(一) 超声心动图显示川崎病并发冠状动脉瘤或其他心血管异常；

(二) 已接受了针对川崎病并发冠状动脉瘤或其他心血管异常所进行的手术治疗。

四十八、严重幼年型类风湿性关节炎

幼年型类风湿性关节炎是一种儿童期发病的慢性关节炎，其特点为在高热和系统性病征出现数月后发生关节炎。

主合同仅对实际接受了膝关节或髋关节置换手术治疗的严重的幼年型类风湿性关节炎予以给付重疾给付金。

四十九、严重心肌炎

指受益人因严重心肌炎性病变导致心功能损害造成持续的永久不可逆性的心功能衰竭。必须满足所有以下条件：

(一) 心功能衰竭程度达到纽约心脏病学会的心功能分级标准之心功能 IV 级，或左室射血分数低于 30%；

(二) 持续不间断 180 天以上；

(三) 受益人永久不可逆性的体力活动能力受限，不能从事任何体力活动。

五十、严重肠道疾病并发症(本项仅在受益人 18 周岁以前提供)

严重肠道疾病或外伤导致小肠损害并发症，必须满足以下所有条件：

(一) 至少切除了三分之二小肠；

(二) 完全肠外营养支持 3 个月以上。

五十一、严重瑞氏综合症 (Reye 综合征, 也称赖氏综合征、雷氏综合征)

瑞氏综合征是线粒体功能障碍性疾病。导致脂肪代谢障碍, 引起短链脂肪酸、血氨升高, 造成脑水肿。主要临床表现为急性发热、反复呕吐、惊厥及意识障碍等等。肝脏活检是确诊的重要手段。瑞氏综合征需由三级医院的儿科专科医生确诊, 并符合下列所有条件:

- (一) 有脑水肿和颅内压升高的脑脊液检查和影像学检查证据;
- (二) 血氨超过正常值的 3 倍;
- (三) 临床出现昏迷, 病程至少达到疾病分期第 3 期。

五十二、植物人状态

指经神经科专科医师确诊, 大脑皮质全面坏死, 意识完全丧失, 但脑干及脑干以下中枢神经功能仍保持完好, 且此情况持续一个月或以上。

由于酗酒或滥用药物所致的植物人状态除外。

五十三、独立能力丧失

指疾病或外伤造成受益人至少持续 6 个月以上完全无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。受益人的日常生活活动能力丧失必须是永久性的。

五十四、II 级重症急性胰腺炎

II 级重症急性胰腺炎是指急性胰腺炎伴有脏器功能障碍。受益人所患的 II 级重症急性胰腺炎必须经专科医生明确诊断, 按 APACHE II 评分达到 8 分或 8 分以上和 Balthazar 分级系统达到 II 级或 II 级以上, 并且接受了外科剖腹手术治疗, 以进行坏死组织清除、坏死病灶切除或胰腺切除。

因酗酒或饮酒过量所致的急性坏死性胰腺炎以及腹腔镜手术不包含在内。

五十五、克-雅氏病 (CJD、人类疯牛病)

CJD 是一种传染性海绵状脑病, 临床表现为快速进行性痴呆、肌阵挛和特征性脑电图变化。本病须经三级医院的专科医生根据 WHO 诊断标准明确诊断, 并且受益人自主生活能力完全丧失, 无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上。

CJD 疑似病例不包含在内。

五十六、破裂脑动脉瘤夹闭手术

指因脑动脉瘤破裂造成蛛网膜下腔出血, 受益人实际接受了在全麻下进行的开颅动脉瘤夹闭手术。

脑动脉瘤 (未破裂) 预防性手术、颅骨打孔手术、动脉瘤栓塞手术、血管内手术及其他颅脑手术不包含在内。

五十七、因职业关系导致的人类免疫缺陷病毒 (HIV) 感染

受益人在其常规职业工作过程中遭遇外伤, 或职业需要处理血液或其它体液时感染上人类免疫缺陷病毒 (HIV)。必须满足下列全部条件:

- (一) 感染必须是在受益人正在从事其职业工作中发生, 该职业必须属于下列限定职业范围内的职业;
- (二) 血清转化必须出现在事故发生后的 6 个月以内;

(三) 必须提供受益人在所报事故发生后的 5 天以内进行的检查报告, 该报告必须显示受益人血液人类免疫缺陷病毒 (HIV) 阴性和/或人类免疫缺陷病毒 (HIV) 抗体阴性;

(四) 必须在事故发生后的 12 个月内证实受益人体内存在人类免疫缺陷病毒 (HIV) 或人类免疫缺陷病毒 (HIV) 抗体。

限定职业:

医生和牙科医生、护士、医院化验室工作人员、医院护工、医生助理和牙医助理、救护车工作人员、助产士、消防队员、警察、狱警。

五十八、严重自身免疫性肝炎

自身免疫性肝炎是一种原因不明的慢性肝脏的坏死性炎性疾病, 机体免疫机制被破坏, 产生针对肝脏自身抗原的抗体导致自身免疫反应, 从而破坏肝细胞造成肝炎炎症坏死, 进而发展为肝硬化。必须满足所有以下条件:

(一) 高 γ 球蛋白血症;

(二) 血液中存在高水平的自身免疫抗体, 如 ANA (抗核抗体)、SMA (抗平滑肌抗体)、抗 LKM1 抗体或抗-SLA/LP 抗体;

(三) 肝脏活检证实免疫性肝炎;

(四) 临床已经出现腹水、食道静脉曲张和脾肿大等肝硬化表现。

五十九、非阿尔茨海默病所致严重痴呆

指因阿尔茨海默病以外的脑的器质性疾病造成脑功能衰竭导致永久不可逆性的严重痴呆, 临床表现为明显的认知能力障碍、行为异常和社交能力减退。受益人自主生活能力完全丧失, 无法独立完成六项基本日常生活活动中的三项或三项以上, 日常生活必须持续受到他人监护。导致痴呆的疾病必须经专科医生明确诊断, 并且由完整的临床、实验室和影像学检查结果证实。

神经官能症、精神疾病及酒精中毒所致脑损害不包含在内。

六十、肺源性心脏病

指受益人因慢性肺部疾病导致慢性心功能损害造成永久不可逆性的心功能衰竭。心功能衰竭程度达到纽约心脏病学会的心功能分级标准之心功能 IV 级。受益人永久不可逆性的体力活动能力受限, 不能从事任何体力活动。