

【雲林快訊】陪伴民眾邁向健康之路、健康老化 臺大醫院雲林分院成立體重管理中心

早在 1997 年世界衛生組織 (WHO) 就已經將肥胖視為一種慢性
疾病，而歐盟委員會也在 2021 年將肥胖列為慢性疾病，依據世界
肥胖聯盟估計，2035 年全球肥胖人口數將達到 19 億人，相當每 4
人就有 1 人肥胖，肥胖已成全球不容忽視的健康問題，因此肥胖不
僅僅只是外貌上的問題，過重或肥胖除了會導致糖尿病、心血管疾
病、呼吸中止症及退化性關節炎等健康問題外，對健康的危害顯然
已是全球關注的議題。

臺大醫院雲林分院洪健清副院長表示，臺灣成人過重及肥胖的比率
不斷攀升，甚至青少年中過重人口也已接近三成。這項警訊凸顯出
臺灣肥胖問題的嚴重性，迫切需要被關注。特別是根據教育部體育
署 2022 年運動現況調查結案報告，雲林縣過重/肥胖占人口
46.8%，為全國第二高，顯示雲林的肥胖問題急需改善。為了提供
鄉親一個正確的體重管理方式，有效控制肥胖與代謝相關慢性病，
於今年 3 月整合各科專業，成立「體重管理中心」，根據每位民眾

的情況，制定減重計畫，陪伴民眾邁向健康之路、健康老化。

雲林縣衛生局保健科陳依君科長表示，隨著科技進步，網路平台出現各式各樣的減肥方法。令人擔心的是這當中有許多的方法未必適合每一個人，甚至有些觀念錯誤，誇大不實，可能會影響身體健康，每個人的身體狀況都不盡相同，引起肥胖的原因可能也不同，應該求助於醫療的專業協助。民眾要判斷是否有過重或肥胖，最簡單的方式是計算身體質量指數 BMI 值，若 BMI 大於 24 為過重；若 BMI 大於 37.5、或 BMI 大於 32.5 但有肥胖相關合併症，就屬於病態肥胖，應該提高警覺並立即就醫。

內科部林亮宇主任表示，國人過重及肥胖的比例逐年增加，其中又以男性過重及肥胖的比例較高，而工作壓力大，生活作息與飲食不固定，導致體重過重及肥胖並不少見，體重管理中心會為病人檢查是否因內分泌疾病導致次發性肥胖，以及是否存在與肥胖相關的併發症，如糖尿病和高血壓，並對症給予治療。另外為了提供更加個

人化和專業的服務，體重管理中心計劃引進最新型的體組成分析儀，這項儀器能夠詳細分析民眾的體脂肪含量、肌肉含量等重要指標，進而提供個人化的飲食和運動建議。

臺大醫院雲林分院體重管理中心游紘權主任表示，體重管理中心根據個人化數據，進而提供專業的判斷，除開立合法的處方藥物，更提供專業的飲食建議、及量身打造運動處方，讓民眾免走冤枉路，避免激烈減肥偏方，讓民眾能夠安心且順利的減重，另外其針對嚴重肥胖且透過其他非侵入性方式仍無法有效減重的民眾；中心也有提供外科減重手術，能有效減輕體重外，同時減少慢性疾病的風險。本團隊擁有堅強的陣容，整合內科部、外科部、復健部、精神醫學部、藥劑部及營養室，藉由跨科團隊的合作，為每一位病人提供最專業的飲食指導和衛教，讓病人在減重的過程中更加科學、有效地達成目標。本院體重管理中心的設立，希望能促進雲林縣的鄉親有效改善體重過重的現況，且達到更健康優質的生活品質。



雲林分院秘書室

NTP