

# 肥胖症

## ■ 疾病簡介

肥胖的定義是根據世界衛生組織建議以身體質量指數（Body Mass Index, BMI）體重（公斤）除以身高（公尺）的平方來衡量肥胖程度，國民健康署建議我國成人BMI應維持在18.5（kg/m<sup>2</sup>）至24（kg/m<sup>2</sup>）之間，體重過重或是肥胖（BMI $\geq$ 24）為罹患糖尿病、心血管疾病、惡性腫瘤等慢性疾病的主要風險因素。BMI每增加5，增加30%的死亡率，當BMI>35，死亡率是一般人的2倍。外科手術是目前嚴重肥胖唯一長期而有效的治療方法，可以有效治療因肥胖引起的併發症。

## ■ 常見症狀

亞洲人因人種差異，易產生中心性肥胖，在較低體位時就易產生各種新陳代謝合併症，

## ■ 常見檢查

- 血液檢查：檢驗血球功能。
- 生化檢驗：檢驗各系統功能。
- 心電圖及胸部X光：心血管及肺功能之評估。

## ■ 處置

- 內科治療：包括飲食控制及運動。
- 手術治療：常見手術包括胃束帶、胃袖狀切除、胃繞道術
- 營養處置：手術後依手術方式採漸進式飲食。

## ■ 急性照護

監測生命徵象及合併症、疼痛控制、早期安全離床活動、有效深呼吸咳嗽、預防血栓靜脈炎、飲食習慣改變、漸進式飲食。



## ■ 居家保健

持續遵從飲食習慣改變、遵守漸進式飲食、預防脫水觀察排尿量、填寫飲食日誌、規律運動、依照醫師指示定期回診追蹤。

## ■ 緊急返院狀況提醒

如持續嘔吐、發燒、傷口紅腫熱痛、潮濕等狀況，請速返院就醫。

參考資料：

Bray, G. A., Perreault, A., Pi-Sunyer, F. X., & Lipman, T.O. (2016). Obesity in adults: Overview of management. Retrieved from [http://www.uptodate.com/contents/obesity-in-adults-overview-of-management?source=search\\_result&search=obesity&selectedTitle=1%7E150](http://www.uptodate.com/contents/obesity-in-adults-overview-of-management?source=search_result&search=obesity&selectedTitle=1%7E150)

- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 8428/8011
- 制訂單位 / 日期：外科部 10A病房 / 105.12.9
- PFS-8100-432

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮