

何謂病態性肥胖

臺安醫院-社區醫學部製

肥胖定義

一般來說，肥胖的原因是熱量的攝取不平衡，因熱量攝取遠超過消耗，以致過多的熱量轉成脂肪後累積於身體內，造成慢性的健康危害。肥胖的因素很多種，主要的原因是以不健康飲食與缺乏運動是造成肥胖及超重，進而影響到健康的風險。

當然，肥胖的問題是經年累月的長期累積下來形成的慢性症狀，如高血壓、高血糖、高血脂等衍生的腦血管疾病、心臟病、糖尿病、高血壓等慢性疾病稱為代謝症候群。而世界衛生組織 (WHO)也在1996年正式將肥胖列為是一種慢性疾病，並且會危及人體健康風險及心理與社會影響。

體重過重或肥胖對健康的影響

非常危險 (危險性為3倍以上)	中度危險 (危險性為2-3倍)	危險 (危險性為1-2倍)
<ul style="list-style-type: none"> ● 糖尿病 ● 代謝症候群 ● 膽囊疾病 ● 血脂異常 ● 呼吸困難 ● 睡眠呼吸停頓 	<ul style="list-style-type: none"> ● 高血壓 ● 高尿酸血症/痛風 ● 骨性關節炎 ● 冠狀動脈心臟病 	<ul style="list-style-type: none"> ● 乳癌 ● 子宮內膜癌 ● 結直腸癌 ● 女性賀爾蒙異常 ● 多囊性卵巢症 ● 不孕症 ● 下背痛 ● 麻醉風險 ● 胎兒畸形

(資料來源：衛生福利部國民健康署)

在國內據衛福部國民健康署的統計：國人十大死因中，有8項死因與肥胖有關，因此政府也開始注意也強力推廣健康減重，國人也開始漸漸重視肥胖與健康的問題。目前對於肥胖的標準仍是以世界衛生組織 (WHO) 評估是否肥胖是以身體質量指數 (Body Mass Index, BMI)。

身體質量指數 (Body Mass Index, BMI) 公式為： $BMI = \text{體重(公斤)} \div \text{身高(公尺)} \div \text{身高(公尺)}$

國民健康署建議：我國成人BMI應維持在 18.5 (Kg/m²) 及 24 (Kg/m²) 之間，太瘦、過重或太胖皆有礙健康。

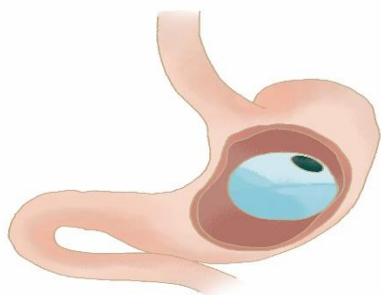
成人BMI範圍值	身體質量指數(BMI)	腰圍
體重過輕	BMI < 18.5 kg/m ²	正常腰圍： 男性 < 90 公分 女性 < 80 公分
正常範圍	18.5 kg/m ² ≤ BMI < 24.0 kg/m ²	
體重過重	24.0 kg/m ² ≤ BMI < 27.0 kg/m ²	
輕度肥胖	27.0 kg/m ² ≤ BMI < 30.0 kg/m ²	
中度肥胖	30.0 kg/m ² ≤ BMI < 35.0 kg/m ²	
重度肥胖	35.0 kg/m ² ≤ BMI < 40.0 kg/m ²	
病態性肥胖	BMI > 40.0 kg/m ²	

(資料來源：衛生福利部國民健康署)

減重手術介紹

當肥胖程度影響身體健康狀況或是減重效果不理想時，可與醫師討論進一步減重或手術方式，來改善肥胖問題及降低危害健康風險（如高血壓、糖尿病等代謝症候群）等。目前有胃內水球置入及胃束帶手術、胃袖狀切除手術和胃繞道手術等方式，合適哪種手術需與醫師討論評估。

胃內水球置入



胃內水球是一個非手術，暫時性的矽質球，經由胃鏡方式置於胃內佔據 400-700 cc的空間，並減慢食物流入十二指腸的速度，藉此形成飽腹感而減少食量。胃內水球目前只建議最多可留置在胃內六個月，留置過久，可能會誘發胃潰瘍的產生。取出時亦是用胃鏡的方式進行；但並非所有的病患皆可接受水球治療，對於已有胃潰瘍，裂孔疝氣及曾經接受胃部手術的病患是絕對禁忌。在手術前先施以胃內水球治療，可先減去部分體重以增加手術及麻醉的安全性，再者，須減重的患者因身體狀況不適合麻醉及手術者、體重短期快速上升者、或是 BMI 未達手術標準但已有合併症者，是適用此一方式的族群但必須在此期間培養正確的飲食習慣才可避免水球取出後的復胖。

胃束帶手術



胃束帶手術是純粹限制型的手術，它是一個矽膠材質的環形束帶，帶子的內環有一圈可充水調節內徑大小的水球結構，可在安裝後依體重下降的速度進行調節內徑來達到量身訂做體重控制的效果。束帶的安裝位置在胃食道交接賁門處的下方 15ml 處，因此，每次進食的容量只有 15ml，需待食物研磨通過束帶後，方可再次進食。當食物充滿在上胃時，便會有飽足感，如此便可減少食量及食慾而達到體重下降之目的。

胃袖狀切除手術



胃袖狀切除手術在減重外科醫學界是目前相當熱門的話題，而且其受歡迎的程度有明顯的增加。手術的原理將原來是袋狀的胃切除部份而成為一細袖狀的胃，進而減少容量並限制食量，它的效果介於胃繞道與胃束帶手術之間，安全性也介於兩者之間。若與胃繞道比較，胃袖狀切除手術並無進行腸道重建，因此長期不會有維生素缺乏而產生的貧血、骨質疏鬆等後遺症。但是此一手術涉及了部份胃的切除屬不可逆的，是無法改回原來的解剖結構。因此，必須與醫師討論及考慮清楚再接受手術。

胃繞道手術



胃繞道手術主要是將胃分成大小兩個部份，其中小胃的容量只有 20-30 c.c.，將胃部分開後，將小腸繞過 150 公分並與小胃接合，並重建膽胰液之小腸通道，如此經由食量變小，吸收長度減少的雙重效果，便可達到減重的效果。至於迷你胃繞道手術，則簡化 Roux-en-Y 胃繞道手術的過程，

不單獨重建膽胰液通道，而將之合併於胃腸吻合之處。手術方式較胃袖狀切除為複雜，減重效果快速、復胖率低，對於改善控制糖尿病病情效果佳。但建議術後需長期維持補充綜合維他命及營養素等。

※健保規定病態性肥胖患者接受減重手術的適應症

- 1.年齡於 18 ~ 55 歲
- 2.身體質量指數 BMI > 40
- 3.身體質量指數 BMI > 35 及合併因肥胖相關併發症(如：糖尿病、高血壓、呼吸暫停症候群等)
- 4.曾接受過相關內科治療、飲食控制或運動超過半年以上失敗
- 5.無代謝性疾病、內分泌系統異常疾病或因其他疾病造成的肥胖
- 6.非因藥物、酗酒或精神疾病(需經專科醫師評估)