

### 台灣身體質量指數與死亡率

◎ 醫學院 林正介 2011-04-25

根據世界衛生組織(WHO)的統計,肥胖的人口已飛快的增加,預估到2015年,全世界將有7億的成年人是肥胖及23億的成年人是體重過重。我們已知,肥胖會增加心血管疾病、糖尿病、癌症及許多慢性病的風險。WHO 根據白種人訂定了肥胖的標準,同時也建議亞洲人種應有較低的肥胖定義。然而根據今年二月由中央研究院陳垣崇院士與沈志陽研究員參與的「亞洲生物資料庫聯盟」(Asian Cohort Consortium, ACC)研究團隊,合計超過一百萬人進行長期的追蹤分析,結果發現在東亞地區(包含華人、日本人及韓國人),身體質量指數(BMI, 體重(公斤)/身高(公尺)<sup>2</sup>與死亡風險之間呈現U型趨勢,最低死亡風險是BMI介於22.6~27.5公斤/公尺<sup>2</sup>,若以BMI介於22.6~25.0當成比較基準,當BMI大於35.0,死亡風險會增為1.5倍;當BMI小於15.0,死亡風險則會增為2.8倍。若針對癌症、心血管疾病或其他病因的死亡風險個別分析,U型趨勢一樣呈現。然而此研究台灣人只佔了約3%。故本校醫學院林文元老師據此做進一步的研究,林老師專精於肥胖的研究已久並於一年多前接受本校院「菁英醫師/教師」計畫的支持下前往美國紐約的哥倫比亞大學的「肥胖暨營養研究中心」進行一年的肥胖相關研究,返國後至今已陸續發表十餘篇SCI文章,此次更與生統所李采娟教授、本人、本院臨醫所黃國晉客座教授(本職為台大臨床教授)及哥倫比亞大學的教授,分析台灣12多萬20歲以上的成年人(運用美兆健檢資料庫),探討身體質量指數(BMI)與死亡率的關係;結果發現無論男女性,BMI 與死亡率皆呈現J曲線,同時,最低死亡率的BMI皆落在24至25.9公斤/公尺<sup>2</sup>之間(平均皆為24.9),若以BMI介於24.0~25.9當成比較基準,當BMI大於35.0(即重度肥胖),死亡風險會增為2.4倍(男性)及1.65倍(女性);當BMI小於18.5(即體重過輕),死亡風險則會增為1.7倍(男性)及1.5倍(女性);這些發現在抽菸者或有先前的疾病者身上也有類似的現象,此文章已發表於三月份加拿大知名的醫學期刊(Canadian Medical Association Journal, IF:7.271, Online published ahead),也被此期刊置於網站封面標題,同時期刊編輯認為此文是相當重要的,挑戰目前已有之肥胖及過重之定義,另外此文也被許多網站報導與引用,顯示出其重要性。由林老師的表現,可見校院的「菁英醫師/教師」計畫實已發揮重大的影響,除增進進修者本身的研究能力外,也提供與國外一流大學合作的機會,值得本校院老師參考。

#### 【相關圖片】



CMAJ是加拿大最知名的醫學期刊,今年正逢出版100週年,每年有超過3千萬次的點閱



BMI是用來預測全身的脂肪,目前是世界用來表示肥胖最常用的指標



林文元教師與紐約肥胖暨營養研究中心主任Dr. Pi-Sunyer於該中心合照

資料來源：[http://www.cmu.edu.tw/news\\_detail.php?id=1504](http://www.cmu.edu.tw/news_detail.php?id=1504)