

減重外科

最強勢的 病態性肥胖終結者

文／減重外科 個案管理師 陳巧宜

你需要減重，你太胖了！

太胖了是病嗎？

沒錯！肥胖的確是病！

世界衛生組織（WHO）和美國食品藥物管理局（FDA）早在1996年便將肥胖列為慢性疾病。美國醫學會（AMA）更於2013年正式將肥胖劃歸為疾病範疇，需要一定程度的醫療干預。世界衛生組織數年前提出「全球肥胖」（Globesity）一詞，意即肥胖是一種快速侵襲全球的流行病，使得人類全體不斷膨脹。根據世界衛生組織的推估，全世界約有10億人體重過重，其中至少3億人有肥胖的問題。

這種現象何以致之？請大家看看你的生活周遭，不難發現食物的取得是如此方便，尤其國人熱愛美食，每三兩步路即有餐廳、小吃攤、飲料店，便利商店更是全年無休的提供食物，因此一不小心就可能讓體重往上增加。根據衛生署公布的最新「台灣營養健

康狀況變遷調查」，台灣成年男性有5成、女性有3成6為過重或肥胖，也就是說每10個人就有4人需要體重管理或執行減重計畫。

你胖嗎？一算便知！

目前判斷體態採用的指標為身體質量指數（BMI），計算公式： $BMI = \text{體重 (kg)} / \text{身高 (m)}^2$

按世界衛生組織的定義，BMI的正常範圍為18.5-24，25以上為過重，30以上為肥胖。我國衛生署的定義則為BMI在24以上為過重，27以上為肥胖，大於35即屬病態性肥胖。

肥胖是多種慢性病之源

肥胖與許多疾病有關，包括會增加罹患心血管疾病、中風、第2型糖尿病、代謝症候群、肝病、呼吸困難、睡眠呼吸中止症、關節炎（退化性關節炎）、高血壓、高尿酸血症、不孕症、乳癌、大腸直腸癌及腎病等疾病的機率。肥胖甚至也是死神奪命的利器，



2012年8月，本院減重外科發表減重手術100例成果。(減重外科提供)



2013年5月，減重外科施行的減重手術已達400例，居中部之冠。(減重外科提供)

根據統計，國人的十大死因中有6-7種都與肥胖相關。

由此可見，肥胖已經成為全人類最重要的健康問題之一，唯有減重才能改善及緩解因肥胖引起的慢性疾病。雖然某種程度的肥胖可透過行為治療、飲食與運動的配合來加以改善，但病態性肥胖者或因肥胖而伴隨多種慢性疾病的病人，因為行為治療的減重效果有限，這時可以考慮採取腹腔鏡外科減重手術來幫自己一個忙。

什麼人適合做腹腔鏡減重手術？

適合藉助腹腔鏡減重手術來解決肥胖問題者如下：

1. BMI指數是最佳參考。病態性肥胖（BMI > 40）或重度肥胖（BMI > 35）且伴隨有肥胖所引起的慢性疾病，當內科治療也失敗了，就應認真考慮。
2. 無內分泌系統問題（排除甲狀腺功能低下及庫欣氏症）。
3. 無主要精神疾病，無嗜睡或藥物濫用問題。
4. 無主要器官功能嚴重障礙，且能接受手術風險者。

本院為病患施行減重手術的成果

本院減重外科至今已為400名病患施行糖尿病及減重手術，手術經驗之豐，為中部之

冠。減重手術全程以腹腔鏡進行，只需在腹部打2-3個小洞，傷口小且無礙美觀，住院天數為4-5天，出院後亦不影響日常生活作息。

其中以胃繞道手術的體重下降幅度最大，有的患者藉此法減了120公斤，平均約可減去超重體重的70-75%；胃縮小手術的體重下降幅度最多為100公斤，平均約可減去超重體重的70%。

研究報告指出，病態性肥胖合併糖尿病患者，經由減重手術，約有8成的機率可治癒，其他代謝性疾患，待體重下降後亦可改善。本院施行糖尿病及減重手術的糖尿病患，治癒率高達9成。

減重手術必須由專業團隊執行

世界衛生組織的研究指出，想要治癒肥胖及代謝症候群，減重手術是唯一有效的方式。醫療團隊在手術前會先進行詳細評估，確認肥胖起因在於食量過大或吸收太好，再決定要採用胃繞道、胃縮小、胃束帶、胃折疊或胃內水球手術。

要提醒大家的是，肥胖病患的皮下和內臟脂肪都比較厚，手術的危險性比較高，所以必須慎選專業的醫療團隊，才可能同時擁有健康與美麗。🌍