

家庭醫學部

●學經歷● 中國醫藥大學醫學系
高雄大學公共衛生研究所碩士
高雄榮民總醫院家醫部社區醫學科主任
紐約 St. Luke's hospital 肥胖研究中心訪問學者
台灣肥胖醫學會監事
教育部部定助理教授

●專長● 家庭醫學 | 社區醫學 | 肥胖醫學 | 安寧緩和醫學



科主任 潘湘如



減重 藥物介紹

長期維持健康生活型態維持標準體重是一項困難的任務，尤其是飲食控制，總歸一句話「說得到、做不到」。減重藥物對民眾的確是一大福音，可遏止體重上升的趨勢，但是藥物該如何選擇，用藥保證會瘦嗎？BMI $\geq 30\text{kg/m}^2$ 或是 BMI $\geq 27\text{kg/m}^2$ 且至少有一種合併症（高血壓、第 2 型糖尿病或血脂異常等），可選擇輔助藥物治療，治療效果因人而異，治療 12 週後如果未能減去原始體重的 5% 則不建議繼續使用。

- 1.Orlistat，是一種胰臟和腸道脂肪分解酵素的抑制劑，抑制約 25-33% 的腸道脂肪吸收，可減少約 3-5% 的體重，常見副作用為油便、腹脹、脂肪瀉等。適用對象為需經常外食、應酬含脂肪類食物多的族群，使用方式為隨餐使用。
- 2.Liraglutide，作用在 Glucagon-like peptide-1 (GLP-1) 接受體的促效劑 (agonist)，可抑制人體食慾中樞，並且藉由降低胃排空而增加飽足感，進而達到減重效果。適用於容易飢餓、飲食偏好澱粉類者可抑制食慾增加飽足感。常見副作用為噁心、嘔吐、腹瀉、便秘、消化不良等。
- 3.Contrave (Naltrexone 8mg/Bupropion ER

90mg) 藥物主要作用於下視丘及中腦邊緣系統路徑 (mesolimbic dopamine pathway)，降低飢餓感、減少嘴饞。常見副作用為噁心、嘔吐、頭痛及便秘等。適用於嘴饞、渴望甜食的族群。

目前坊間尚有下列非適應症的藥品作為減重用藥，包括瀉藥、麻黃素、抗憂鬱劑、利尿劑、降血糖藥、降血脂藥、甲狀腺素、纖維等，用途及適應症並非衛生福利部核准使用於減重。糖胖症個案可選擇 SGLT2 抑制劑 (sodium - glucose cotransporter 2 inhibitors) 口服降血糖藥，透過抑制腎臟回收尿液中的葡萄糖，讓糖分經由小便排出體外，達到同時控制血糖與體重的效果。

在決定開始藥物治療及藥物的選擇前，應與病人討論潛在的好處與限制，包括藥物作用的方式、不良反應、監控需求，減重動機，此外減重藥物畢竟是輔助治療、停藥後如果沒有持續飲食運動仍會復胖。若病人對藥物反應不良，應評估調整藥物治療策略或考慮劑量調整。不同機轉的減重藥各有優缺點，效果也因人而異，重點是需經由詳細的生活型態評估選擇合適的藥物，配合低熱量飲食及運動才能發揮最大的減重效果。