

肥胖藥物知多少 切勿亂吃來路不明藥物

治療肥胖的首要策略首要為飲食調整、規律運動與行為改變。當上述方法效果不佳，且經醫師評估後，才考慮以藥物輔助治療。

撰稿者：江怡彥・中興院區醫師



減重藥物簡介與使用指引

肥胖是因脂肪過度堆積而引起的健康問題，若未加以控制，會提高罹患慢性疾病的風險，包括糖尿病、高血壓、高血脂、退化性關節炎、睡眠呼吸中止症及憂鬱症等。因此，肥胖與過重已成為重要的公共衛生議題，亟需正視與妥善管理。

肥胖的診斷以身體質量指數（Body Mass Index, BMI）、身體脂肪量與腰圍等指標進行評估。根據衛生福利部的定義，18歲以上成人依BMI分為四種類型：

- 過輕：BMI < 18.5 kg/m²
- 正常：18.5 ≤ BMI < 24.0 kg/m²
- 過重：24.0 ≤ BMI < 27.0 kg/m²
- 肥胖：BMI ≥ 27.0 kg/m²

治療肥胖的首要策略首要為飲食調整、規律運動與行為改變。當上述方法效果不

佳，且經醫師評估後，才考慮以藥物輔助治療。以下為目前在臺灣獲准用於減重的藥物簡介：

1. 羅氏鮮膠囊（Xenical®，成分：Orlistat）

羅氏鮮屬於脂肪酶抑制劑，透過抑制腸胃道中的脂肪分解酵素，使脂肪無法被吸收而直接排出體外，達到減重目的。藥效會因餐點的油脂含量不同而有所變化，若搭配高油脂食物，效果相對明顯。常見副作用包括腹痛、油便、急便與排油現象。禁忌症包含慢性吸收不良症、膽汁鬱滯或對成分過敏者。

2. 康纖美持續釋放錠（Contrave® ER，成分：Naltrexone/Bupropion）

康纖美含有納曲酮與安非他酮兩種成分，分別作用於下視丘與中腦邊緣的多巴



胺神經迴路，藉以降低飢餓感與進食慾望，達到體重控制的效果。錠劑應整顆吞服，不得咀嚼或壓碎，並需隨餐服用。常見副作用為便秘、腹瀉、噁心、頭暈、失眠與焦慮等。禁忌症包含：未控制的高血壓、有癲癇發作或躁鬱症病史、長期使用鴉片類藥物者。此外，使用於重度憂鬱患者時需特別留意，因可能加劇憂鬱症狀或引發自殺意念。

3. 善纖達注射液（Saxenda®，成分：Liraglutide）

善纖達屬於升糖素類似肽（GLP-1 receptor agonist），可調控大腦中與食慾相關的區域，提升飽足感、降低飢餓訊號，進而達到減重效果。此藥為唯一核准用於

減重的注射劑型。常見副作用包括噁心、嘔吐、腹瀉與便秘，多出現在初期治療階段，持續使用後症狀通常會減輕。

除了上述三種經衛生福利部核准的減重藥物外，市面上亦流傳其他非正規藥物，包括瀉藥、麻黃素、抗憂鬱劑、利尿劑、降血糖藥、降血脂藥、甲狀腺素與膳食纖維等。然而這些產品並未經官方認證用於減重，部分可能具有潛在副作用或藥物交互作用，甚至造成健康危害。

因此，為保障個人健康與用藥安全，應透過正規醫療機構由醫師評估後進行減重治療，切勿自行購買或服用來路不明之藥物。

※ 參考資料：

1. 王聖方、陳志誠、鍾瑞容：肥胖與過重（臨床）診療指引與門診運動處方建議。基層醫療2016；31(3)：96-103
2. 衛生福利部國民健康署、臺灣肥胖學會、考科藍臺灣研究中心：成人肥胖防治實證指引。第二

- 版第一刷，中華民國112年1月
3. 康纖美持續釋放錠藥品仿單
4. 羅氏鮮膠囊藥品仿單
5. 善纖達注射液藥品仿單