



**我是第二型糖尿病肥胖病人，
該選擇何種藥物方式減重？**



佛教大林慈濟醫院

醫病共享決策輔助評估表

前言

近年來第二型糖尿病肥胖病人的盛行率及發生率也快速上升，『打擊肥胖，有效減重』成爲重要的議題。減重可以增加身體對胰島素敏感度、血糖控制穩定性，也可使心血管死亡率及總體死亡率下降，進而改善生活品質。雖然多數糖尿病病人了解改變飲食及運動等生活型態可以減重，卻總是心有餘而力不足；此時，若是有合適的藥物輔助，可以事半功倍，以下我們一起來討論，依據您考量的角度及想法，作出最適合自己藥物治療內容。

適用對象 / 適用狀況

第二型糖尿病且肥胖(BMI \geq 27kg/m²)病人。

排除對象: 經醫師判定不適合加入者、第一型糖尿病、孕婦。

疾病或健康議題簡介

1. 肥胖症的定義：以身體質量指數BMI=體重(公斤)/身高²(公尺)來衡量肥胖程度。



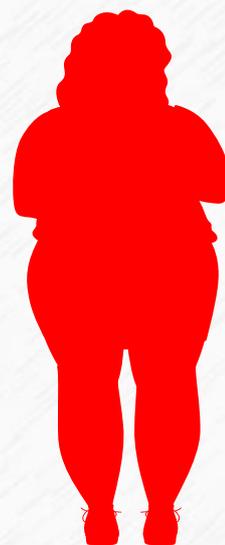
BMI
27-29.9(kg/m²)

輕度肥胖



BMI
30-34.9(kg/m²)

中度肥胖



BMI
 \geq 35 (kg/m²)

重度肥胖

2.減重的治療原則:

減重的核心原則是飲食及運動改變，但這對許多人來說可能是一項具有挑戰性的任務，當您已經努力調整飲食和增加運動量，減重效果卻依然有限時，可考慮藥物或手術治療^(註1)。藥物治療是一種常見的輔助方法，可以在生活型態調整的基礎上，提供額外的支援，有助於達到更好的減重效果。

1

手術



2

藥物治療



3

飲食+運動
生活型態改變



飲食

吃東西細嚼慢嚥，每口儘量超過20下。
依照健康飲食原則，攝取均衡食物。
少喝含糖飲料、少吃零食、少喝酒、少吃宵夜。

運動

每週需有150分鐘以上的中等強度運動。
每次運動間隔不超過2天。
運動型態可包括有氧運動及阻力運動。

生活習慣

少熬夜，每天睡滿6-8小時。
避免久坐或者靜態生活模式。
學會找出合適的紓壓方式，以免情緒性進食。

(註1):台灣減重手術健保給付標準，包括年齡、BMI、併發症等條件考量，可洽減重門診做評估。

醫療選項簡介

您目前比較想要選擇的方式是

請您勾選

- 我還不能做決定，要回去思考看看。
- 我想更了解減重藥物的差異性，再來做決定(請至步驟一)

請透過以下四步驟來幫助您做決定

步驟一、選項的比較

藥物種類	Xenical羅鮮子	Saxenda善纖達
減重效果	約減輕目前體重的4%左右	約減輕目前體重的5%左右
方式	口服	皮下注射
副作用	胃脹氣、大便有油	噁心、嘔吐
停藥後復胖	可能會 ^(註2)	目前無研究證據
藥物費用	一顆39元、一天藥量2~3顆 最高費用約3627元/月	1支3000元 最高費用約15000元/月

(註2):研究指出肥胖的病人，停藥後約84%的人體重回復。

Sjostrom, L., Rissanen, A., Andersen, T., Boldrin, M., Golay, A., Koppeschaar, H. P., & Krempf, M. (1998). Randomised placebo-controlled trial of orlistat for weight loss and prevention of weight regain in obese patients. *The Lancet*, 352(9123), 167-172. [http://10.1016/S0140-6736\(97\)11509-4](http://10.1016/S0140-6736(97)11509-4)

步驟二、以下是列舉您可能考量的項目，請圈選您的在意程度為？

請圈選下列考量的項目，1分代表完全不在意，5分代表非常在意

考量項目	在意程度				
	完全 不在意	←————→			非常 在意
1. 減重的成效?	1	2	3	4	5
2. 減重方法的方便性?	1	2	3	4	5
3. 減重藥物的副作用?	1	2	3	4	5
4. 減重所需花費?	1	2	3	4	5
若有其他在意的項目，請填寫： _____					

步驟三、您對於醫療選項的認知有多少？

1. 如果體重一直增加，會造成肥胖併發症風險增加?	<input type="checkbox"/> 對	<input type="checkbox"/> 不對	<input type="checkbox"/> 不確定
2. 減輕體重需要長時間的維持，不可能短時間就達成?	<input type="checkbox"/> 對	<input type="checkbox"/> 不對	<input type="checkbox"/> 不確定
3. 只要有減重藥物，不用調整生活型態，就可以瘦下來?	<input type="checkbox"/> 對	<input type="checkbox"/> 不對	<input type="checkbox"/> 不確定
4. 減重藥物的副作用，每個人的狀況不同，不一定會發生?	<input type="checkbox"/> 對	<input type="checkbox"/> 不對	<input type="checkbox"/> 不確定

步驟四、您現在確認好醫療方式了嗎？

我已經確認好想要的治療方式，我決定選擇:(下列擇一)

增加口服減重藥(Xenical羅鮮子)

增加注射減重藥(Saxenda善纖達)

我目前還無法決定，原因如下：

我想要再與我的主治醫師或其他人討論。

對於以上治療方式，我還有疑問及擔心，我的問題有：

瞭解更多資訊及資源

1.中華民國糖尿病學會<http://www.endo-dm.org.tw/dia/>

2.社團法人中華民國糖尿病衛教學會衛教資訊網<http://www.tade.org.tw/hei/index.asp?type=web>

參考資料

Aldekhail, N. M., Logue, J., McLoone, P., & Morrison, D. S. (2015). Effect of orlistat on glycaemic control in overweight and obese patients with type 2 diabetes mellitus: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Obesity reviews*, 16(12), 1071-1080. <http://doi.org/10.1111/obr.12318>

Konwar, M., Bose, D., Jaiswal, S. K., & Ravi, R. (2022). Efficacy and safety of liraglutide 3.0 mg in patients with overweight and obese with or without diabetes: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Clinical Practice*, 2022. <http://doi.org/10.1155/2022/1201977>

1.本文件於2023年完成，每兩年更新一次。

2.各醫院提供之治療方案及程序不盡相同，請與您的主治醫師及醫療團隊討論。

3.本文件無涉及廠商利益。