

## 主題：2021 義大醫療減重代謝手術春季研討會

減重一直是不退流行的話題，肥胖症也已成爲全球性的流行病，隨著現今醫學的進步，減重醫學發展也不斷與日俱進，本次研討會邀各專家一起探討經驗交流，減重內外科治療未來發展趨勢及治療成效，提升減重肥胖治療的專業知識！

【活動時間】2021.04.23(五) 09:30-17:30

【活動地點】高雄市燕巢區義大路 21 號 5 樓血液透析中心會議室

【報名】google 填寫線上報名：<https://forms.gle/H1JmzZudBSEY5bTJA>

【專線】07-6150022 轉 6134

【主辦單位】義大癌治療醫院亞洲肥胖醫學研究中心

【積分申請】中華民國醫師公會、台灣肥胖醫學會、中華民國營養師公會、中華民國護理師公會、專科護理師公會

Time	Topic	Speaaker	Moderator
09:30-09:50	Registration		
09:50-10:00	Welcome Address		
10:00-10:30	減重班的執行方式與成效	李純瑩 主任 (外)	鄭份琪 (外)  蔡佩玲 (外)  宋天洲
10:30~11:00	減重期間的心理支持	吳宣瑩 心理師 (外)	
11:00~11:30	減重術後的飲食	楊凱婷 營養師	
11:30~12:00	外食也可以健康減重	許毓容 營養師	
12:00~13:30	Lunch Break		
13:30~14:00	Opening		
14:00~14:30	減重手術術前的心理評估	張簡德璋 醫師	徐光漢 (外)  宋天洲  陳忠延
14:30~15:00	GLP-1 在減重的成效	鄭暉霖 醫師	
15:00~15:30	胃內肉毒的減重原理及成效	吳宗勤 醫師	
15:30~15:45	Discussion & Coffee Break		
15:45~16:15	減重手術在地區醫院的施行與侷限 以義大大昌醫院為例	宋天洲 部長	
16:15~16:45	減重手術在醫學中心的施行與侷限 以高雄長庚醫院為例	劉毓寅 醫師 (外)	
16:45~17:15	腸道微生物及肌少型肥胖症	王姿允 醫師 (外)	
17:15~17:30	Discussion & Farewell		

### 題目：減重班的執行方式與成效

摘要：肥胖是許多慢性病的危險因子，因此，許多人會嘗試減肥以減少慢性病的發生或是改善身體狀況。少吃多運動雖然是減肥的不變原則，然而，有些人仍然無法依此方法順利減重，可能的原因在於潛在的生理因素或疾病所影響，必須先將有問題的部份加以治療或調整後，才能順利減重。減重班以及個別減重指導至今，採取的減重方式以飲食控制與運動為原則，每位個案經由醫師判斷及評估身體狀態及生活型態後，再依照個別的狀況參加適合的減重課程。

### 題目：減重期間的心理支持

摘要：肥胖患者在現今社會審美觀講求瘦就是美的觀念下，加上從校園到職場，普遍存在將肥胖污名化的現象，也讓肥胖患者容易有自尊心偏低、憂鬱、自我認同低落等心理問題。因此在減重過程不單只是減重治療肥胖問題，在心理治療及支持上相對也會影響整個減重治療過程及成效。

### 題目：減重術後的飲食

摘要：減重手術是目前改善病態性肥胖最好及最快速的方式，可大幅度減輕體重，也緩解各種肥胖合併症如高血壓、糖尿病、呼吸中止症候群等疾病，手術後限制食量及吸收及體重快速減輕相對也引響了營養方面問題，手術後的飲食階段適應、以及如何避免術後營養相關後遺症，為首要的課題。減重手術對於減重病人並非減重路程的結束，術後的飲食控制調整仍關係術後減重成效幅度，改善並保持良好的生活及飲食習慣、培養良好的營養知識及觀念，並落實在生活中，才能預防術後營養方面的後遺症，也才能避免復胖。

### 題目：外食也可以健康減重

摘要：台灣外食人口突破千萬，根據經濟部統計處的數據，在 2018 年餐飲業營業額共 7,775 億元，相較於 10 年前的 3,573 億元，成長了兩倍以上。可見外食族比例在這十年間不斷的增加。台灣餐廳、便利超商林立，加上現代人生活忙碌，外食成為許多人飲食方便的選擇，但外食暗藏許多陷阱，容易攝取高糖、高鹽、高熱量造成身體負擔及肥胖，其實只要把握既定原則，在無論在速食餐廳、自助餐、便利超商、小吃店或自助餐，其實也可以吃得健康減重。

### 題目：減重手術術前的心理評估

摘要：肥胖的因素很多，但有些體重過重者常常合併有身心疾患，接受減重手術之前，身心功能之評估是有其必要性，除了可以了解個案是否有潛藏的精神疾病，而該疾病是否會影響個案的理解能力，以致於個案無法對是否須做減重手術做出理性的判斷，且手術後也無法配合體重管理的規劃；其他包括人格疾患以及過去是否有自殺史也須納入術前評估的考量。而這些身心狀態若能及時發現，於手術前給予合適的治療，不僅可以確保手術的順利進行，也可以增加手術後成功減重的機率，讓個案的身心狀態更加健康，生活品質更加完善。

### 題目：GLP-1 在減重的成效

摘要：減肥針 Liraglutide 是一種 GLP-1 受體激動劑（Glucagon-like Peptide-1，GLP-1），自 2010 年開始在美國被用於治療二型糖尿病，此藥是一種類似人體的腸泌素，也就是 glucagon-like peptide-1 (GLP-1)。當人體進食胃腸道吸收葡萄糖時，胃腸道會分泌腸泌素，它能活化胰臟  $\beta$  細胞，刺激胰島素釋放，促使飯後血糖降低至正常的範圍，GLP-1 也能抑制胰臟  $\alpha$  細胞分泌升糖素，降低肝臟糖質新生作用，延遲胃排空速度，降低食慾，故有控制體重的效果，臨床上也用於糖尿病患者的血糖控制。

### 題目：胃內肉毒的減重原理及成效

摘要：胃內注射肉毒桿菌素(botox)是一項非手術治療，利用胃鏡把肉毒桿菌素(botox) 注入胃的肌肉層內，目的是減慢胃部活動，令食量減少，達至減重目的。它是一項行為治療，需要病人飲食配合，達至理想效果。病人會在睡眠麻醉進行，整個過程須要胃鏡協助。醫生會首先檢查胃部，然後把肉毒桿素(botox) 注射胃部。整個程序須時約 30 分鐘。一般而言，藥效四至六個月。但是此治療也有一定限制，首先減重效果及食量控制因人而異，病人要有合切的期望。任何一種醫療程序都存在一定風險，肥胖的病人在接受深度鎮靜所承受的風險較平常人高。

### 題目：減重手術在地區醫院的施行與侷限-以義大大昌醫院為例

摘要：肥胖病人通常伴隨許多肥胖合併症例如：高血壓、糖尿病、心臟疾病、代謝疾病、睡眠呼吸中止症等問題，在減重手術上不僅增加了手術複雜度，手術麻醉風險也相對提升，因此需要多專科跨團隊的照護治療。此次課程我們將以義大大昌醫院為例講解，在地區醫院執行減重手術治療時透過有限資源來維持品質、安全、專業的醫療服務。

### 題目：減重手術在醫學中心的施行與侷限-以高雄長庚醫院為例

摘要：病態性肥胖症病人常合併許多慢性疾病，手術麻醉也有較高的風險，需要多科照護醫療團隊參與治療，照護與追蹤。團隊成員包含外科、精神科、腸胃內科、心臟科、新陳代謝科、營養科、護理科、麻醉科、急重症及加護病房等。提供減重手術相關諮詢及醫療照護。經由醫院政策訂定提供部門團隊治療，透過醫院政策的落實，才能提進而提升減重手術照護品質，達到安全有效益的治療，並達到降低肥胖症威脅，促進提高肥胖病人的生活品質。

### 題目：腸道微菌及肌少型肥胖症

摘要：根據去年《Nature reviews》的「Gut microbiota in human metabolic health and disease (腸道微菌跟人類代謝的健康與疾病)」，發現在現代的已開發國家，因為充斥各種抗微生物製劑跟環境荷爾蒙，所以人類的腸道菌基因豐富性 (richness)跟多樣性 (diversity)一直在下降。這些腸道菌多樣性的下降跟代謝症候群的上升有關，而基因的豐富性下降暗示兩件很重要的事：1 腸道對熱量的吸收和脂肪的儲存增加 (energy harvest and fat storage)、2 腸道的通透性增加和發炎現象 (enhanced gut permeability and inflammation)。

肌少性肥胖的成因，目前推論是由於上述所提及年齡造成肌肉質和量的減少，造成老年人活動量下降、能量耗損減少，因此體重逐漸以脂肪堆積在腹部臟層及器官的方式增加；另一方面，腹部臟層的脂肪，會釋放許多發炎物質，這些發炎物質會影響許多內分泌的平衡，回過頭來使得肌肉持續流失，造成一個惡性循環。