

## 我適合接受減重手術嗎？

減重方式百百種，哪一種減重方式最適合？  
這是醫師很常被問的問題，今天一次告訴你

如果你有超重或肥胖的問題，並希望扭轉自己的生活方式，首先醫師會評估你的體位，也就是體重、身高計算出的BMI（身體質量指數）：

- ✓ 體位正常 (BMI = 18.5-23.9)
- ✓ 輕度肥胖 (BMI = 24~27)
- ✓ 中度肥胖 (BMI = 27~33)
- ✓ 重度肥胖 (BMI > 34)

依照不同體位建議不一樣的減重方式：

體位正常 = 規律運動、均衡飲食

輕度肥胖 = 內科治療（飲食控制）

中度肥胖 = 飲食控制+其他輔助療法

重度肥胖 = 手術治療

有哪些人需要注意，可能不適合手術呢？

- ⚠ 藥物、酒精成癮者
- ⚠ 身心科疾病患者
- ⚠ 懷孕或預期2年內懷孕者
- ⚠ 因內分泌問題(如甲狀腺或腎上腺異常)引發肥胖的病人



義大減重中心團隊醫師群