



【不只肥胖是Covid-19的高危險因子，還有這 5 種人要小心】

科學發現，肥胖干擾身體免疫反應，比較容易感染病毒

北卡羅來納大學教堂山分校(UNC)研究指出，BMI > 30的患者：

★因Covid-19住院風險 + 113%      ★接受重症醫療的機率 + 4%      ★死亡風險 + 48%

□美國CDC則指出，★肥胖會增加COVID-19重症風險，連過重風險也升高

★肥胖與免疫失常有相關      ★肥胖使肺容積及肺儲備容量下降，使得通氣更為困難

**肥胖，或有高血壓、高血糖等症狀的人（心血管疾病、三高）**

長期處於輕微發炎的狀態，要特別小心免疫低下的問題，據指揮中心資料顯示，

旅遊團領隊體重達上百公斤、同團確診、目前需使用呼吸器的確診重症病患，都有體態偏重的現象

肥胖者的肺功能也比較差，常會有睡眠呼吸中止症或肺功能不足的現象，或是肺功能需要長期保養的人，當得到肺炎時也比較容易出現重症。

成人BMI（身體質量指數）> 27就算肥胖；BMI > 30以上者要小心新冠肺炎感染後演變為重症。

**吸菸者、銀髮族，**

2020疫情爆發初期，南卡羅萊納大學研究團隊發表，新冠病毒有三種結合受體：ACE2、DC-SIGN和L-SIGN，在年長者及吸菸者（包括已戒菸者）身上表現較強的可能性很高。

**癌症患者、先天免疫疾病**

接受放射線、化療等癌細胞的治療方法伴隨有免疫破壞性，

平時就需要注意感染，若此時遇上新冠肺炎病毒，便會加劇身體負擔；

使用免疫抑制劑的患者也要特別注意

疫情期間保持身心健康的方法，就是每天了解最新資訊之後，就不再看相關的新聞，

而是找一本喜歡的書、和心愛的家人一起享受晚餐，減少累積超過負荷的的資訊哦

當然，也要維持健康體重！義大減重中心隨時更新減重、營養的知識給你

義大減重LINE@



義大減重FB臉書粉絲專頁



義大減重官方網站

