

手術 + 未做飲食紀錄



我要減肥！

6個月後



嗚



2年後

手術 + 勤做飲食紀錄



XXL



L

-50%多餘體重



M

不復胖幸福人生

我要減肥！

6個月後

2年後

【手術後的成功，第N個月就看得出來】

術後早期成功的關鍵是飲食紀錄，有機會延續效果到2年

（反之，若術後早期的減重速度不理想，長期來說很容易會失敗。）

■ 術後1個月、第3個月的成果很重要

我們團隊分析。2016~18年總共160位接受 腹腔鏡胃縮小手術 的病患中，若是術後第1個月時能減去19%（過多體重）或是第3個月 - 37%，則 有高達9成的機會 在第6個月 - 50%過多體重。

（表示初期的成果能預測0~6個月的減重成效哦！）

■ 及早介入改善、達成目標

- 因此2019年開始，我們設計了許多方法，積極陪伴1~3個月內不甚理想的個案
- 找出問題並一起改善，飲食紀錄 和 減重進度表 可以幫助達到目標 + 3.39 倍

義大減重LINE@



義大減重FB臉書粉絲專頁



義大減重官方網站

