

減重手術對減重及肥胖併發症的治療效果

◎高雄長庚一般外科體重管理中心主任 劉毓寅



現職 高雄長庚一般外科副教授級主治醫師
學歷 高雄醫學大學醫學系
 法國·史特拉斯堡大學 IRCAD/EITS
 微創手術教育中心
專長 腹腔鏡減重手術、胃腸外科、
 膽道外科暨腹腔鏡手術、
 達文西機械手臂微創手術

「醫普」 師，最近公司健康檢查發現我有糖尿病，建議我減重…」、「我睡覺會打呼，檢查之後發現有睡眠呼吸中止，耳鼻喉科醫師建議我要減重」、「我的左腳膝蓋已經換了人工關節，骨科醫師叫我要減重不然右腳也要換了」、「因為胖，我老是找不到工作，到哪裡都被嫌棄，也交不到女朋友…有沒有什麼方法可以幫我？」、「不孕門診醫師請我先來減肥，他說這樣會比較好懷孕」。

禮拜二下午的減重門診裡，充滿著各式各樣因體重問題而受挫的故事，我們又能怎麼幫助他們呢？根據世界衛生組織建議，以身體質量指數（Body Mass Index, BMI）來衡量肥胖程度，BMI 計算方法為「體重（公斤）÷ 身高²（公尺²）」。通常 BMI 超過 35 以上，有合併高血壓、糖尿病、睡眠呼吸中止症等或 BMI 超過 40 就會建議接受減重暨代謝手術。

● 減重暨代謝手術是什麼？有胖到有需要手術嗎？

當 BMI 超過 35 時，即達「嚴重肥胖」標準，死亡率達到一般人的 2 倍高，應優先考慮接受減重手術治療。此時的患者，通常已經合併其他肥胖併發症，有儘速減輕體重的需求，這時候單純的飲食控制或運動輔助已經無法滿足需求，更可能因身體限制而無法運動，減重暨代謝手術的適時介入，既可以中止肥胖併發症發展，也可以減輕體重、重建健康的生活型態。

減重手術有哪些呢？長庚醫院提供兩種主要的減重暨代謝手術，分別

減重手術選擇



▲胃縮小手術

1. 手術方法簡易、安全性高。
2. 可降低食量及減少食慾相關的賀爾蒙分泌。
3. 可減去約 50~60% 超過標準體重的重量。
4. 可改善因肥胖引起之早發糖尿病及血脂過高的情形。



▲腸胃繞道手術

1. 合併**限制容量**+**限制吸收**，減重效果快，復胖機率低。
2. 可減去約 60~70% 超過標準體重。
3. 針對嚴重糖尿病及代謝症候群效果佳。
4. 約 80% 病態性肥胖糖尿病患者術後不需再用降血糖藥物。

是胃縮小手術（又稱胃袖狀切除術）及腸胃繞道手術。胃縮小手術是將胃底部切除，讓剩餘的胃形成長型小胃囊，所剩容量大約 100~150 毫升，以降低食量及減少飢餓激素分泌來達到減輕體重的目的，約可以減去 50~60% 超過標準體重的重量，可改善肥胖引起的早發性糖尿病或三高症候群。胃腸繞道手術為合併「限制容量」與「減少吸收」的手術方式，將胃分成大胃與小胃兩部分，小胃容量約 30~50 毫升並與小腸做接合繞道，可藉此降低食量及減少食物吸收來達到減重的效果，約可以減去 60~70% 超過標準體重的重量，此手術法對於長期或困難控制型糖尿病治療效果佳，術後約有 80% 患者會完全復原且不需服用降血糖藥物。

以上兩種手術皆是以腹腔鏡微創手術技術執行，跟傳統手術比起來，微創手術後僅會留下 4 個約 0.5~1 公分的傷口，大大地減輕術後傷口疼痛的問題，不僅手術隔天就能下床，還能降低

手術併發症的風險，且術後恢復也快。

不過接受減重手術前需要接受一系列的身心評估，除了一般基礎的抽血檢查外，還會安排腹部超音波、胃鏡及上腸胃道攝影，評估是否有胃食道逆流或橫隔膜疝氣的症狀，接著安排心電圖、心臟超音波評估心臟狀況，必要時再加做更深入檢查。另外，還需接受新陳代謝科醫師與身心醫學科醫師的評估，排除是否因內分泌問題或者是身心症狀造成的肥胖等，通過之後才能進入手術流程。

減重手術後也需依據營養師建議開始細嚼慢嚥，建立健康的飲食與運動習慣，因惟有飲食加上運動的配合，才是體重管理的不二法則，並有助於維持減重後的第二人生。

最後別忘了要依約定期回診，除了追蹤術後狀態外，候診病人有時會自然地開起小型病友會，藉著術友們的互相分享鼓勵，期待新生的喜悅往往已將心裡的憂慮都一掃而空。☺