

甩開肥胖，擁抱健康人生

肥胖減重藥物最新進展

文 | 家庭醫學部住院醫師 韓宇軒



韓宇軒醫師

學 歷：國立成功大學醫學系

專 長：家庭醫學
預防醫學
肥胖減重醫學
公共衛生

門診時間：星期三下午 1305 診間 (體檢門診)
星期五上午 1302 診間 (家醫科)
星期五下午 1303 診間 (疫苗門診)

根據臺灣「成人肥胖防治實證指引」，減重治療的首選應為非藥物治療，包括飲食控制、規律運動與行為改變等。只有在病人經上述方式無法達到理想體重目標，並經醫師詳細評估後，才會考慮進行藥物治療。

肥胖對健康帶來多重威脅，也與高血壓、糖尿病、心血管疾病及某些癌症等共病密切相關。肥胖議題至關重要，若確診為肥胖，建議及早介入治療，視個人 BMI、健康狀況與生活習慣，量身打造適合的減重計畫，能降低多重共病的風險，邁向更健康、更有活力的苗條人生！

肥胖藥物治療適用對象

依據國民健康署與相關醫療指引，過重的標準為當身體質量指數 (Body mass index, BMI) 大於等於 24 kg/m^2 ，肥胖則為 BMI 大於等於 27 kg/m^2 ，當個案屬於 $\text{BMI} \geq 27 \text{ kg/m}^2$ 輕度肥胖，且尚未出現明顯合併症，可

肥胖藥物治療適用對象

- 體重指數 (BMI) $\geq 30 \text{ kg/m}^2$ 的肥胖病人
- BMI $\geq 27 \text{ kg/m}^2$ 且合併有至少一項肥胖相關慢性病 (如高血壓、第二型糖尿病或血脂異常等)

先以保守方式治療，例如飲食與運動調整，並建議每 3 至 6 個月重新評估減重成效，若無法達標，再進一步考慮藥物輔助治療。

但當輕度肥胖個案腰圍過寬、並合併兩項以上心血管危險因子或其他合併症時，應積極進行體重控制，並可考慮合併使用減重藥物。若 $\text{BMI} \geq 37.5 \text{ kg/m}^2$ ，或 $\text{BMI} \geq 32.5 \text{ kg/m}^2$ 且已有肥胖相關合併症者，在飲食、運動與生活型態調整外，可建議加上藥物治療，或進一步評估減重手術的適應性。

肥胖藥物治療

分為口服型與針劑型

目前在我國核准用於肥胖治療的藥物，分為口服藥物與注射劑兩大類：

1. 口服藥物

Orlistat

Orlistat 是一種脂肪酶抑制劑，可減少食物中脂肪在腸道的分解與吸收，從而降低身體的熱量攝取。研究顯示，與安慰劑相比，Orlistat 可幫助減少約 3% ~ 5% 的體重，並可能輕微降低血壓及改善血糖控制。常見副作用包括油便、腹瀉、腹部不適等。

Naltrexone/Bupropion ER 複方藥

此藥結合兩種成分：Naltrexone 原用於治療酒精或鴉片成癮，Bupropion 則為抗憂鬱劑，同時用於戒菸輔助。該藥物主要透過影響下視丘及腦部獎賞系統，增加飽足感並減少進食慾望。常見副作用包括噁心、嘔吐、頭痛與便秘等。

2. 針劑藥物

臺灣通過衛福部核准、可用於減重的注射針劑藥物，主要是 Liraglutide、Semaglutide，這是一種作用於腸泌素 GLP-1 (Glucagon-like peptide-1) 受體的促效劑，可抑制大腦中的食慾中樞，減少飢餓感，並延緩胃排空速度，讓人更容易產生飽足感，進而達到體重控制的效果。目前有兩種商品名的注射筆藥物獲得減重適應症的核可。

善纖達 (Saxenda) —— 每日注射型

每支預填式注射筆含有 18 mg Liraglutide (3 mL，每 mL 含 6 mg)。每日注射一次，可選擇一天中最方便的時間，無需依照用餐時間調整。起始劑量為 0.6 mg/天，每週遞增 0.6 mg，最高劑量為 3.0 mg/天。若使用 12 週後體重未減少至少 5%，建議停藥。

週纖達 (Wegovy) ——

每周注射型 (2025 年最新核可)

每支預充填注射筆分為四劑，可選擇單劑 0.25 mg、0.5 mg、1 mg、1.7 mg 或 2.4 mg 劑型，亦即每支各含有 1 mg、2 mg、4 mg、6.8 mg、9.6 mg 的 Semaglutide。每週注射一次，注射時間不受用餐影響，兩次注射應至少間隔 3 天 (超過 72 小時)。起始劑量為 0.25 mg，建議劑量逐步遞增至每週 2.4 mg 的維持劑量 (約 16 週期間逐漸遞增至 2.4 mg 的維持劑量，以減少可能的胃腸道症狀)。

若無法耐受 2.4 mg 劑量，可暫時減量為 1.7 mg，最多維持 4 週，之後應再嘗試回到 2.4 mg。若仍無法耐受，則建議停藥；每週劑量不建議超過 2.4 mg。

猛健樂 (Mounjaro) ——

每周注射型 (2025 年最新核可)

每支單次劑量注射筆含有 0.5 mL 的 2.5 mg、5 mg、7.5 mg、10 mg、12.5 mg 或 15 mg Tirzepatide。每週注射一次，注射時間不受用餐影響，兩次注射應至少間隔 3 天 (超過 72 小時)。起始劑量為 2.5 mg，持續 4 週，4 週後，將劑量增加至每週一次 5 mg 皮下注射。若需更佳的血糖控制與 / 或體重控制，可在當前劑量至少 4 週後，以 2.5 mg 為單位逐次增加劑量，最大劑量為每週一次 15 mg 皮下注射。若無法耐受，請考慮較低的維持劑量。以上三種注射部位皆可選擇腹部、大腿或上臂，建議每次輪換部位，以降低皮膚產生硬塊的風險。