工作坊 1：體重管理實務新進展

課程內容：

根據世界衛生組織資料，全球已有逾 10 億人口面臨過重或肥胖問題，肥胖已成為全球性公共衛生挑戰。國內成人肥胖盛行率逐年上升，約每四人中即有一人為肥胖（BMI ≥ 27 kg/m^2），並與代謝症候群、第二型糖尿病、心血管疾病、睡眠呼吸中止症等慢性病高度相關。

為強化臨床醫師對肥胖防治之實務能力，本課程規劃由專責醫師依據最新實證醫學指引，系統性說明肥胖個案之篩檢流程、動機與行為評估、生活型態介入策略及藥物與非藥物治療之適應時機。藉由本次教育訓練，期能提升醫師於臨床經驗與實證指引之處置效能與減重治療效益，促進整合照護品質，進而達成慢性病預防與健康促進之政策目標。

個案討論：

(一) 32 歲男性，178 公分 103 公斤，獨自創業、存錢買房中；自 2020 年搬出家中後飲食及作息變得不規律，體重從 80 公斤不知不覺增加，曾使用 168 飲食但效果不彰；討論著重在基層常見個案介入，重點包括肥胖病人篩檢及評估、理學檢查、動機評估及目標設定、飲食及運動介入技巧等。

(二) 35 歲女性，160 公分 96.7 公斤，家庭主婦有兩個小孩；自國中時就體重較重，大學曾短暫減重，但工作及生育後體重逐漸增加，曾經使用過腸泌素一個月但效果不佳；討論著重在反覆減重個案之介入，重點包括肥胖病人問診技巧、生活型態介入、減重藥物使用原則、非藥物介入性治療時機及選擇等。

(三) 60 歲女性，154.5 公分 82.2 公斤，家庭主婦有兩個小孩；主訴近一年體重從 68.5 公斤逐漸增加，有糖尿病、高血脂、及躁鬱症(鬱症為主)於家醫科及精神科門診 追蹤治療，曾至減重門診，但回診一次即未回診；討論重點在慢性病或精神疾病個案介入，重點包括疾病及藥物與肥胖之關係、慢性病藥物調整、心理疾病篩檢介入、如何增強心理動機等。

(四) 39 歲男性，167 公分 85.4 公斤，出現症狀，夜尿頻多、易感口渴，體檢報告發現血糖 150mg/dL，糖化血色素 11%，於 2017 年複檢，血糖更是增加為 382mg/dL，糖化血色素更高達 14%，確診為糖尿病，雖然媽媽有相關病史，但仍受到很大衝擊，擔心才 37 歲，就要接受一輩子的藥物治療…。重點包括體重下降可改善肥胖相關疾病、如何選擇合適之減肥方法 、肥胖門診病患處理流程、臨床評估檢查、生活型態介入要點等。

工作坊 1：體重管理實務新進展			
序	時　　間	講　　題	主 講 人
	13:30-13:40	活動致詞：臺大醫院 黃國晉副院長	
1	13:40-14:20	肥胖藥物新進展	盧佳文醫師 臺大醫院家庭醫學部
2	14:20-15:00	個案討論(一)	周孜容醫師 新竹臺大分院新竹醫院
	15:00-15:20	休　息	
3	15:20-15:50	個案討論(二)	蔡詩力院長 力安妥診所
4	15:50-16:20	個案討論(三)	許芷瑜醫師 初日診所
5	16:20-16:50	個案討論(四)	李伊真醫師 臺大醫院北護分院
	16:50-17:00	綜合討論	All