



減重藥物介紹

■ 藥劑部藥師 蔡文珊

隨著飲食西化及生活型態改變，過高的熱量攝取與運動量的不足，使臺灣的肥胖人口數居高不下，肥胖不只造成外觀上的困擾，更對健康有極大的影響，國人十大死因中，即有 7 項與肥胖有關（惡性腫瘤、心臟疾病、腦血管疾病、糖尿病、高血壓、慢性肝病及肝硬化、慢性腎臟病）。

身體質量指數（BMI）可用來判斷肥胖，計算方式為體重（公斤）/ 身高²（公尺），根據衛生福利部的定義，BMI 在 18.5 ~ 24 是健康體位，24 ~ 27 為過重，> 27 則屬於肥胖的範圍（27 ~ 30 輕度、30 ~ 35 中度、> 35 重度），另外腰圍也是很好的指標，男性 < 90 公分，女性 < 80 公分為正常標準。據 2013 到 2014 年的統計，

臺灣有 43% 的成人 BMI 超過 24，達過重與肥胖的範圍，減重和肥胖防治已然成為重要的議題。

減重的第一步是改變生活型態，包括降低熱量攝取以及多運動，降低熱量攝取不代表一味地節食，而是在兼顧飲食均衡的狀態下減少熱量攝取，需要時可諮詢營養師尋求專業的建議，而運動除了可以幫助減重，也有助於維持身體機能，對於促進健康有很大的益處。在兩種方法並行後卻沒有顯著效果，才會開始考慮使用藥物。

根據治療指引，在 BMI > 30，或 BMI 介於 27 ~ 30 並伴隨一個以上共病症的病人，建議使用藥物治療，而 BMI > 40，或 BMI 介於 35 ~ 40 且伴隨一個以上共病



症的病人，則需考慮採取手術治療。(上述共病症包括：高血壓、糖尿病、高血脂、冠心病、睡眠呼吸中止症、男性腰圍> 102 公分、女性腰圍> 89 公分)

減重藥物分為長期用藥和短期用藥

臺灣曾經核准可過兩種長期減重藥物：羅氏鮮(Xenical®)、諾美婷(Reductil®)，諾美婷在 2010 年因增加心血管疾病及中風的風險而下市，目前臺灣唯一核准的減重藥物只剩羅氏鮮。2012 及 2014 年美國食品藥物管理局(FDA)陸續核准三種長期減重藥物(Belvia®、Qsymia®、Contrave®)，但仍未在臺灣上市。長期用藥需在使用 12 週之後做評估，若體重下降未達 5%，則應停止使用，採取其他治療方式。

Xenical® (Orlistat) 羅氏鮮，為胰脂酶抑制劑(pancreatic lipase inhibitor)，脂肪需要經由胰脂酶分解成脂肪顆粒後才能被人體吸收，抑制胰脂酶能使食物中的脂肪無法分解，進而減少脂肪的吸收並經腸胃道排出體外。Xenical® 為第一線用藥，可幫助降低血壓、總膽固醇、低密度膽固醇。使用方式為開始用餐後一小時內服用，常見的副作用有排便次數增加、忍不住的便意、油便、油狀污漬、脹氣，通常在用藥後的一至兩個月內發生，之後會逐漸緩解，服藥期間搭配低油飲食可降低油便及汙漬的產生，不建議用在慢性吸收不良症及膽汁鬱滯的患者。此外，由於羅氏鮮會降低脂肪吸收，連帶減少脂溶性維

生素(維生素 A、D、E、K、β 胡蘿蔔素)的吸收，因此長期使用者建議補充綜合維他命，且親脂性藥物的吸收也有可能受到影響，應告知醫師所有正在服用的藥品，以供醫師做評估。

Belvia® (lorcaserin)，2012 年 FDA 核准上市，作用是血清素致效劑(serotonin agonist)，可活化大腦的食慾抑制神經元以降低食慾，由於是選擇性地作用在血清素 2C 受體上，因此相較於作用在血清素 2B 受體上的 fenfluramine (已下市)，較無心血管方面的危害。Belvia® 減重的效果和 Xenical® 差不多，對於降低血壓、心跳、低密度膽固醇也有幫助。常見的副作用為頭痛、上呼吸道感染、眩暈、噁心，孕婦不可使用，且不可與其他會增加血清素濃度的藥物一起使用，例如選擇性血清素回收抑制劑(selective serotonin reuptake inhibitors, SSRI)、血清素與正腎上腺素回收抑制劑(serotonin-norepinephrine reuptake inhibitors, SNRI)、單胺氧化酶抑制劑(monoamine oxidase inhibitors, MAOI)、三環類抗憂鬱劑(tricyclic antidepressant, TCA)，併用這些藥物可能會造成體內血清素濃度過高，引起血清素症候群(serotonin syndrome)。

Qsymia® (phentermine/topiramate)，是 2012 年 FDA 核准上市的複方製劑。Phentermine 可促進正腎上腺素(norepinephrine)的釋放，進而抑制食

慾，在美國有單方製劑上市；Topiramate 為抗癲癇及預防偏頭痛的藥物，也有抑制食慾的效果。Qsymia[®] 減重的效果比 Xenical[®] 和 Belviq[®] 更好，但因為有心跳血壓上升、焦慮、注意力下降的風險，一般用在 Xenical[®] 和 Belviq[®] 治療效果不好或無法耐受的病人。常見的副作用為口乾、便秘、感覺異常，通常使用一段時間後會逐漸緩解，不建議用在高血壓、冠心病、青光眼患者、孕婦以及 14 天內曾使用單胺氧化酶抑制劑（MAOI）的病人，此外，成分中的 topiramate 在高劑量下可能會增加腎結石生成的風險，曾有腎結石病史的人需小心使用。

Contrave[®] (bupropion/naltrexone)，是 2014 年 FDA 核准上市的複方製劑。Bupropion 為抗憂鬱劑，可增加多巴胺（dopamine）及正腎上腺素的活性，達到抑制食慾、增加能量消耗的效果；Naltrexone 為鴉片拮抗劑（opioid antagonist），可以抑制食慾。Contrave[®] 減重的效果與 Xenical[®] 和 Belviq[®] 相似，

但副作用較大（心跳血壓上升），因此不列為首選藥物。使用禁忌為高血壓未控制、癲癇、長期使用鴉片類藥物（opioid）、14 天內曾使用單胺氧化酶抑制劑（MAOI）的病人。

短期的減重藥物目前有 phendimethazine、phentermine、diethylpropion、benzphetamine，機轉為增加正腎上腺素的濃度，以達到抑制食慾的效果。由於此類藥物會增加心跳、使血壓上升，且有藥物成癮的風險，因此只能短期使用，不可連續使用超過 12 週，血壓過高、冠心病、甲狀腺亢進、藥物成癮的病人則不可使用。目前此類藥物皆沒有在臺灣上市。

結論

減重的不二法門仍是健康飲食及多運動，使用藥物雖然可以在短時間內降低體重，但是若不搭配飲食控制與運動習慣，停藥後有極高的機率會使體重再度回升，培養良好的生活型態才有助於長期的體重控制，也是維持健康的根本之道。

