



# 減重藥物介紹



藥劑部藥師 林柔均

根據衛生福利部國民健康署調查，國人體重過重與肥胖盛行率逐年上升。於 2007 ~ 2010 年國民營養健康狀況調查中，男性肥胖與體重過重盛行率分別為 28.4% 及 30.5%，女性分別為 19.6% 及 23.2%，約有一半成人體重超出理想範圍，顯示肥胖已成為臺灣常見且不可忽視的健康問題。

肥胖症並非單純生活型態造成，而是一種與糖尿病、代謝症候群、心血管疾病、癌症、阻塞性睡眠呼吸中止症等多種疾病高度相關的慢性健康問題。肥胖會增加多種疾病的風險與嚴重程度，因此維持理想體重、提升生活品質，對於治療肥胖症是至關重要的。

依 2025 年臺灣成人肥胖臨床實證指引，減重首選以飲食控制、運動、生活型態改變為主。藥物治療則適用於經上述方式努力後，仍難以達到目標體重者，經醫師專業評估後才可使用。懷孕或哺乳期間，則不建議使用任何減重輔助藥物

目前臺灣衛生福利部核准適用

於長期減重的藥物，包含口服的羅鮮子 (orlistat)、康纖芙 (naltrexone/bupropion)，以及注射使用的善纖達 (liraglutide)、週纖達 (semaglutide) 與猛健樂 (tirzepatide) 上述藥物皆無健保給付，須經醫師評估後自費使用。

## 1. 羅鮮子 (orlistat)

Orlistat 是一種抑制腸胃道脂肪分解的酵素，可減少體內脂肪吸收並經由腸道排出體外。建議一天三次隨餐服用，每次 120 毫克，用餐時或用餐後一小時內服用。同時須搭配低卡飲食控制，飲食中的脂肪含量須控制在小於 30%，如未進食或該餐食物不含脂肪，則該次不需服用。

服用此藥可能會減少脂溶性維生素 (維生素 A、D、E、K 及胡蘿蔔素) 的吸收，可於服藥期間補充綜合維生素，建議維生素與 orlistat 間隔至少 2 小時以上，或於睡前服用。常見副作用為排便次數增加、較急迫的便意、油便、脹氣等。對於慢性吸收不良症、膽汁鬱滯者及哺乳婦女禁止使用。

## 2. 康纖芙 (naltrexone/bupropion)

此藥為口服的複方製劑，其中 naltrexone 為鴉片拮抗劑，bupropion 為抗憂鬱劑。其導致體重減輕的確切機轉尚未完全釐清，但該藥物主要作用於負責食慾調節的下視丘和中腦邊緣多巴胺迴路，增加飽足感，進而減少食物攝取。

服用此藥期間可能會使血壓或心跳速率上升，在開始治療後三個月內的風險最高，建議高血壓病人定期監測血壓、心跳。常見副作用為噁心、便秘、頭痛、嘔吐等。對於罹患未受控制的高血壓、有癲癇病史、中樞神經系統腫瘤、躁鬱症病史、暴食症或心因性厭食症、長期使用鴉片類藥物者禁止使用。另外，此藥品禁止與單胺氧化酶抑制劑 (monoamine oxidase inhibitor, MAOI) 併用，需停用 MAOI 至少 14 天後，才可開始使用。

## 3. 善纖達 (liraglutide)、週纖達 (semaglutide)

Liraglutide 與 semaglutide 為類升糖素胜肽-1 受體促效劑 (glucagon-like peptide-1 receptor agonist, GLP-1 RA)，可透過刺激胰島素分泌、降低升糖素分泌並延遲胃排空，達到抑制食慾及降低體重的效果。Liraglutide 需每日皮下注射一次，而 semaglutide 則為每週皮下注射一次，相較之下更加方便，有助於提高民眾用藥順從性。

常見副作用以腸胃不適為主 (噁心、腹痛、腹瀉、嘔吐、食慾減低、便秘或消化不良等)；若合併其他降血糖藥物，低血糖風險可能增加。本身或家族有甲狀腺髓質癌或第二型多發性內分泌腫瘤症候群的病人，禁止使用。

使用此藥物時，應由低劑量開始，並逐步遞增劑量，以減少副作用發生率以及嚴重度。多數副作用屬於輕至中度，且常發生於治療初期，隨著身體適應及劑量調整，多可逐漸改善。若在劑量遞增期間出現明顯的胃腸道症狀，應

考慮延緩劑量遞增或減少至先前的劑量，直到症狀改善為止。

## 4. 猛健樂 (tirzepatide)

Tirzepatide 為首個同時作用於 glucose-dependent insulinotropic polypeptide (GIP) receptor 以及 GLP-1 RA 的雙機轉腸泌素類藥物。除了具備 GLP-1 RA 抑制食慾、降低體重的作用外，GIP receptor 不僅能刺激更多胰島素分泌，還分布在脂肪細胞，有助於調節脂質代謝並增強胰島素敏感度。根據臨床前試驗顯示，添加 GIP 可能會進一步調節食物攝取。

其副作用與善纖達 (liraglutide)、週纖達 (semaglutide) 相似，常見以腸胃不適為主；若與其他降血糖藥物併用，須注意低血糖風險，建議由低劑量開始逐漸遞增劑量，以減少副作用發生率與嚴重度。本身或家族有甲狀腺髓質癌或第二型多發性內分泌腫瘤症候群的病人，禁止使用。

## 5. 非適應症之減重藥物

若民眾在網路或非正規管道看到標榜「快速瘦」、「免處方」的藥物，應提高警覺。所謂「非適應症之減重藥物」是指原本核准用於其他疾病的藥物 (常見包括憂鬱症藥物、糖尿病用藥、利尿劑或瀉藥等)，被拿來當作減肥用途。此類藥品未經過臺灣衛生福利部核准，其安全性與效果皆缺乏足夠證據，切勿自行購買或未經醫師評估使用，嚴重時甚至可能造成不可逆的健康傷害。

提醒民眾，減重藥物須經醫師專業評估後才可使用，並非人人皆合適。藥物於減重過程中僅扮演輔助角色，使用期間需密切留意副作用，並遵守醫師指示定期追蹤與調整。若未搭配均衡飲食以及規律運動，即使使用藥物，減重效果仍可能有限。減重是一段需要耐心與支持的過程，不必追求快速，選擇安全且適合自己的方式才是維持體重與健康的關鍵。