

## 台灣肥胖現況

祝年豐

衛生福利部臺東醫院、國防醫學院公共衛生學系

近二十年，肥胖成為開發中及已開發國家，最重要的醫學及共衛生議題之一。肥胖及其相關合併症，如糖尿病、心血管疾病及某些癌症，已成為重要的非傳染性疾病（NCDs），同時也是十大死因的主要疾病。

根據「國民營養健康狀況變遷調查」，國人成年人肥胖過重盛行率在男性由 1993-96 年的 33.4% 上升至 2005-08 年的 51.1%，到 2013 年下降至 45.9%。在女性則由 33.0% 上升至 36.2%，再下降至 33.1%。在不同地區別，根據 2011 年調查，則以臺東縣的 44.7% 為最高，台北市的 34.3% 為最低。

在青少年部分，根據 2010 及 2011 年調查，高中生肥胖及過重的盛行率在男性為 32.3%，女性為 29.0%；國中生肥胖及過重盛行率在男性為 30.9%，女性為 19.8%。

綜合資料顯示，國人肥胖及過重盛行率，從 1993 年至 2013 年雖有略為下降趨勢，但仍有約三分之一女性和過半男性為過重或肥胖。因此，積極的生活型態介入治療(Therapeutic lifestyle intervention)等，在肥胖的防治上，仍扮演著重要的角色，推動社區預防工作及提升全民健康智能仍有其重要性。