

# 肥胖病人生活品質及其影響因素之探討

## Quality of life of obese patients and its influencing factors

林奕彤(Yi-Tung Lin)<sup>1</sup>, 丘周萍(Chou-Ping Chiou)<sup>2\*</sup>, 宋天洲(Tien-Chou Soong)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>義大醫院 護理部 Department of Nuring, E-DA hospital, <sup>2\*</sup>義守大學 護理學系 School of Nuring, I-Shou University, <sup>3</sup>癌治療醫院亞洲肥胖醫學研究中心 Asia Obesity Medical Research Center, E-Da Cancer Hospital

### 前言

根據世界衛生組織(World health organization, WHO)統計，自1975年至2016年，全世界的肥胖人數幾乎增加了兩倍，超過6.5億人的體重符合肥胖定義。年齡在18歲及以上的成年人中有39%的人超重，肥胖的人更佔其中的13%。肥胖的影響不僅限於與健康相關的問題，還會增加死亡的可能性並降低生活品質，例如：降低社交互動及自尊心，增加社會隔離、壓力、沮喪和負面情緒。且越來越多的研究指出，減少肥胖可增進健康並預防疾病的發生。然其對於憂鬱、身體心象、社會支持等生活品質之研究仍相當缺乏。因此本研究以肥胖病人為對象，探討身體心象、憂鬱、社會支持功能對肥胖病人生活品質的影響。期望未來在減重病人健康評估中，進行身、心、靈、社會多面向評估，並透過系統性文獻回顧進行統合，更加了解多面向的健康訊息，進而達到全人的健康狀。

### 研究目的

目前國內探討肥胖病人之生活品質及其相關因素之研究有限，故本研究目的為探討肥胖病人生活品質與身體心象及憂鬱關係及影響肥胖病人生活品質的重要因素。

### 文獻查證

肥胖除了增加罹病風險，更使得肥胖患者會有心理困擾而影響身體心象，造成憂鬱及生活品質的影響 (Weinberger, Kersting, Riedel-Heller, & Luck-Sikorski, 2016)。國內外研究均顯示，肥胖所帶來的問題，不只是體態上的影響，更容易引起「代謝症候群」，研究指出肥胖本身及併發症易造成患者生活上的影響，進而導致生活品質的降低(汪、吳、蘇、林、李，2019)。肥胖除了增加罹病風險，更使得肥胖患者會有心理困擾而影響身體心象，造成憂鬱及生活品質的影響 (Weinberger et al., 2016)。Liu等人 (2022) 的研究結果，顯示肥胖病人生活品質與其憂鬱傾向存有顯著的相關。

### 研究方法

200位研究對象完成訪談生活品質量表(GIQLI)、台灣人憂鬱量表、身體心像量表 (MBSRQ)、社會支持量表及基本人口學資料(包括：年齡、性別、婚姻、身體質量指數、宗教信仰、居住狀態、教育程度、經濟狀況、慢性病)。資料應用SPSS/windows 24.0分析，以獨立樣本t檢定、單因子變異數分析、皮爾森積差相關及線性複迴歸統計分析。

計畫編號: EDAHT111001

### 研究結果

研究發現影響肥胖病人生活品質的重要因素為經濟狀況、慢性疾病、身體心像改變及憂鬱程度，且可顯著預測生活品質39%變異量。病人經濟狀況越差、慢性疾病越多、身體心像越差及越憂鬱，其整體生活品質得分較低；反之，則整體生活品質較高(表一)。

表一 生活品質複迴歸分析結果(N=200)

項目	偏迴歸係數 (B)	標準差 (SE)	標準偏迴歸係數(B)	t值
常數	147.13	26.69		5.51***
經濟狀況	-1.44	.64	-.109	-2.24**
慢性疾病	-1.39	.55	-.109	-2.50***
身體心像	-.31	.074	-.185	-4.21***
憂鬱	-1.13	.083	-.620	-13.63***

\*p<.05. \*\*p<.01. \*\*\*p<.001.

### 結論與臨床應用

本研究發現影響肥胖病人生活品質的重要因素為慢性疾病、經濟狀況、身體心像改變及憂鬱程度。肥胖病人控制多重慢性病非常重要。慢性病需要長期的治療和藥物控制，這也會給肥胖病人帶來經濟負擔，可能會超出他們的經濟能力，從而影響他們的生活品質。積極治療和控制慢性疾病可以減輕病人的身體健康問題，降低經濟負擔，提高生活品質。也可以藉由改善飲食、適當運動等方式改善身體健康，減少慢性疾病的發生風險。肥胖者的身體心像往往更為負面，對自己的身體形態和體重感到不滿意，容易出現自卑、抑鬱等心理問題，這會對生活品質產生消極的影響。抑鬱症狀使肥胖病人情緒不穩定，可能出現情緒低落、失眠、疲勞等問題，從而影響他們的生活品質。因此，還需要關注肥胖者的心理健康問題，提供支持和鼓勵，幫助他們建立積極的身體自我形象。應用一些介入措施，如心理治療、藥物治療、運動療法等，幫助肥胖病人減輕抑鬱症狀，提高他們的生活品質。

### 參考資料

- 汪文華、吳淑芳、蘇景傑、林佳君、李梅琛(2019)。代謝症候群患者之知識、憂鬱與生活品質相關研究。澄清醫護管理雜誌, 15(3), 24-33。
- Liu, X., Zhang, W., Yue, W., Sun, C., & Li, W. (2022). From weight bias internalization to health-related quality of life: Self-esteem and psychopathology in pre-bariatric surgery patients. *Obes Surg*, 32(11), 3705-3713. <https://doi.org/10.1007/s11695-022-06261-z>
- Weinberger, N. A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2016). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: A systematic review and meta-analysis. *Obes Facts*, 9(6), 424-441. <https://doi.org/10.1159/000454837>