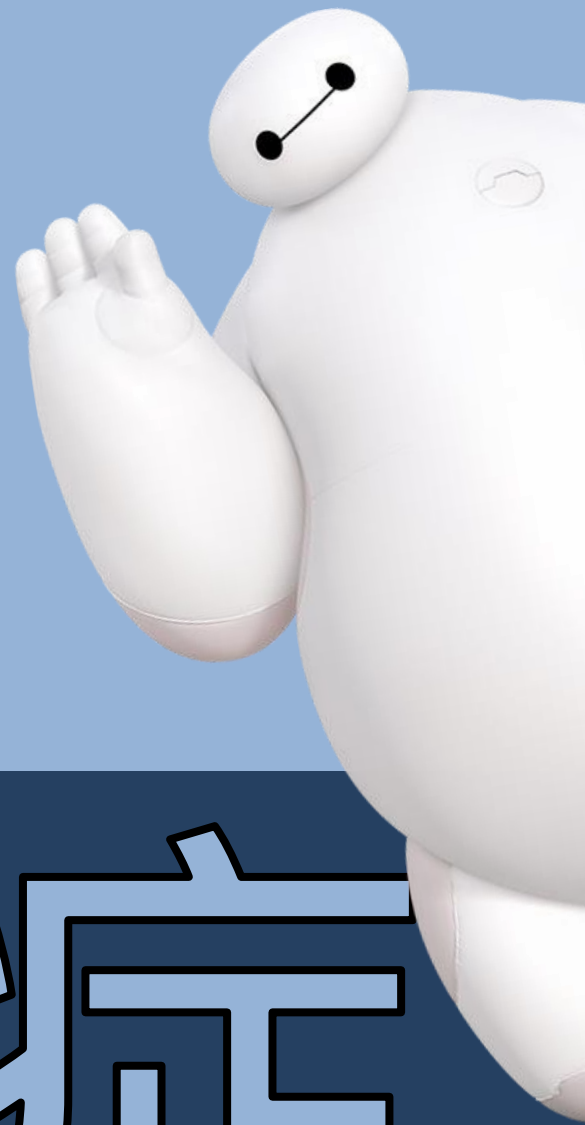


肥胖



新竹馬偕紀念醫院

家庭醫學科

林倩如 醫師

癌症

全球人口中約有
6.4億人

肥胖





兒童、成人
肥胖

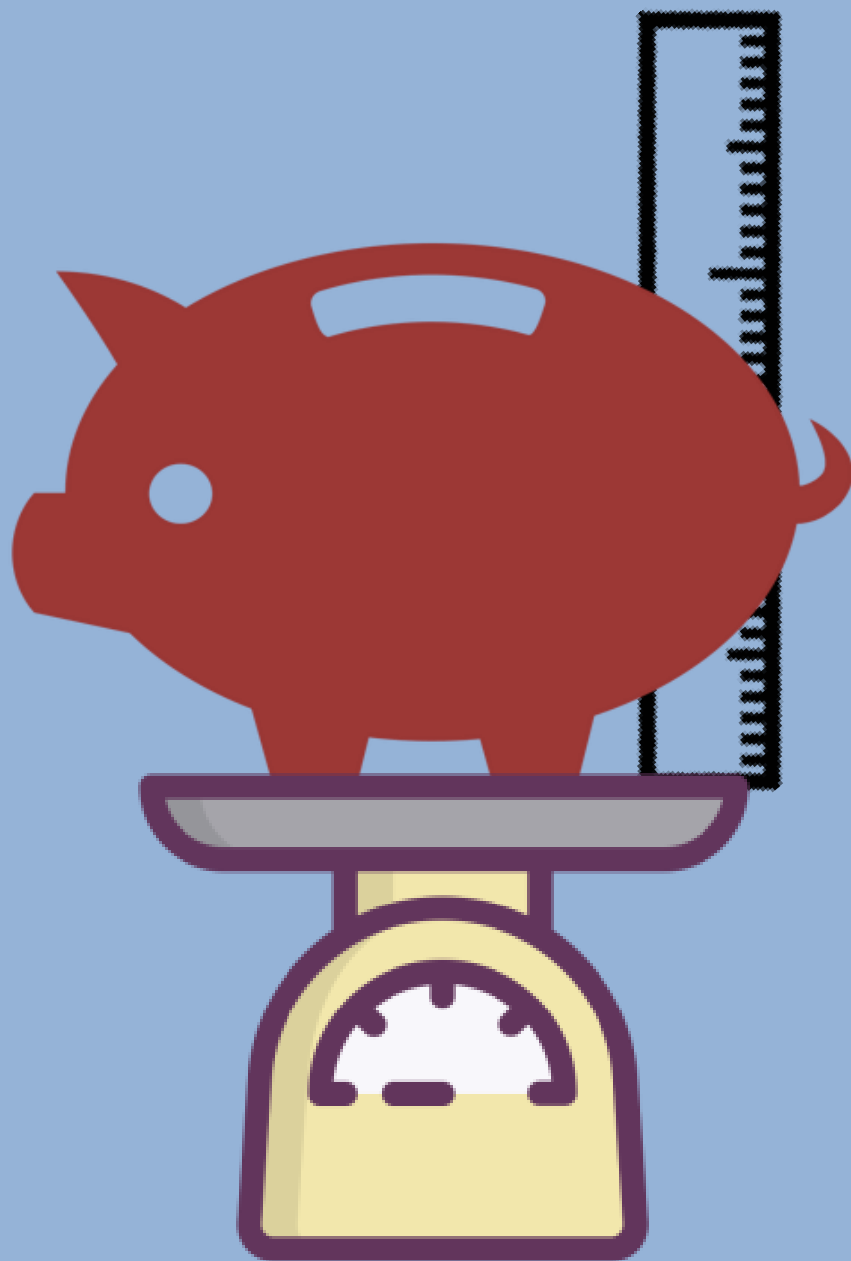
亞洲最胖國

BMI

身體質量指數

體重(公斤)

身高(公尺)²



BMI

身體質量指數

18.5 ~ 24

肥胖

→ 27

過重

→ 24

標準

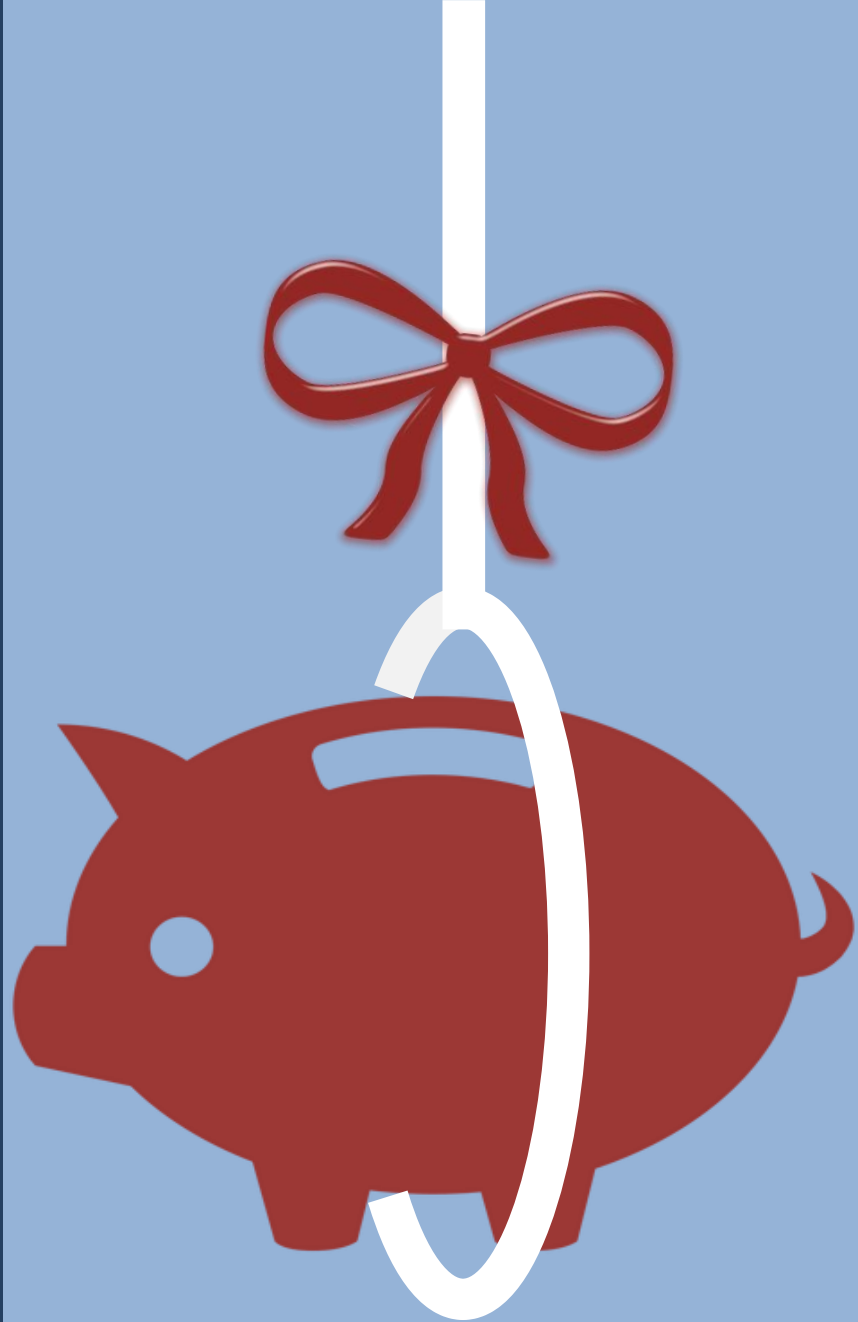
→ 18.5

過輕

腰圍

男生 < 90 cm

女生 < 80 cm



體脂率

小於 30 歲

男生 < 20%

女生 < 25%

30 歲以上

男生 < 25%

女生 < 30%

20% 癌症 與肥胖有關

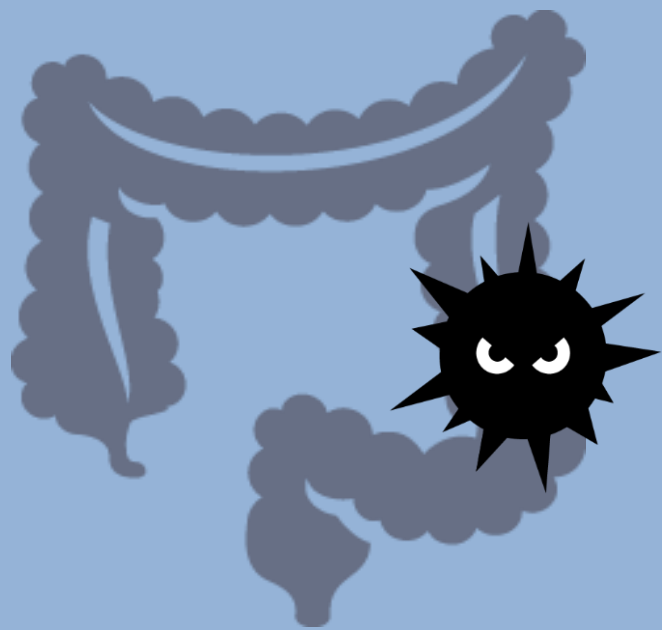
Wolin KY, Carson K, Colditz GA: Obesity and cancer.
Oncologist. 2010;15(6):556.

可能與肥胖有關的癌症

- 大腸直腸癌
- 肝癌
- 腎臟癌
- 膽囊癌
- 白血病
- 子宮內膜癌
- 子宮頸癌
- 乳癌
- 卵巢癌
- 甲狀腺癌

Body-mass index and risk of 22 specific cancers: a population-based cohort study of 5.24 million UK adults. Lancet. 2014 Aug;384(9945):755-65.

大腸 直腸癌



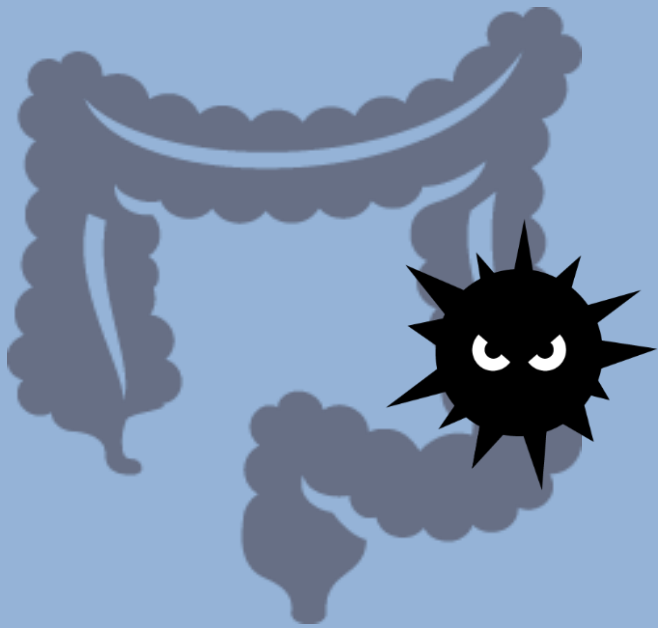
連續9年

癌症發生**第1名**

每年新增超過

15000名病例

大腸 直腸癌

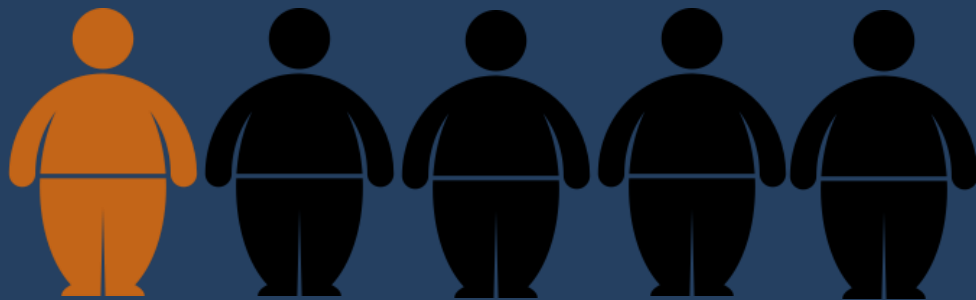
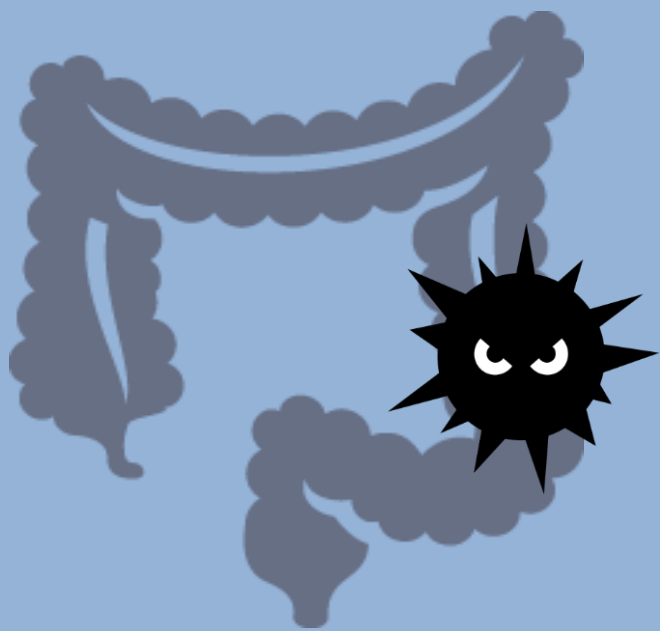


胰島素抗性



刺激細胞生長
抑制細胞凋亡

大腸 直腸癌

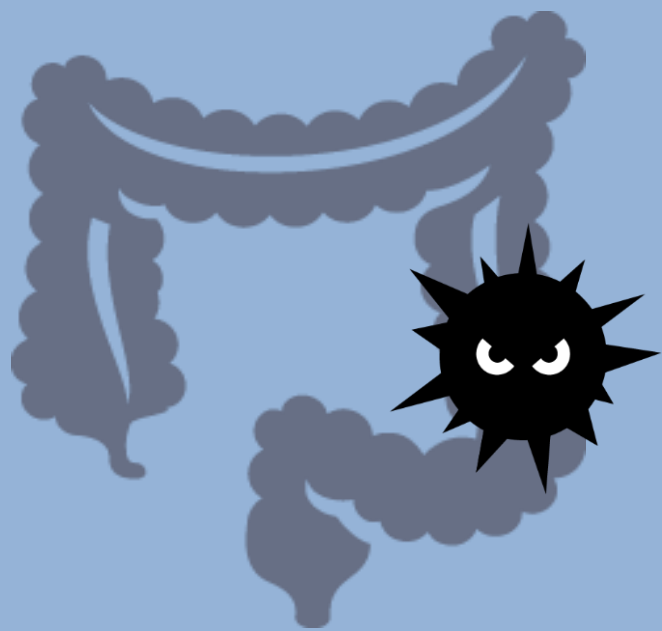


大腸息肉



癌變

大腸 直腸癌



肥胖

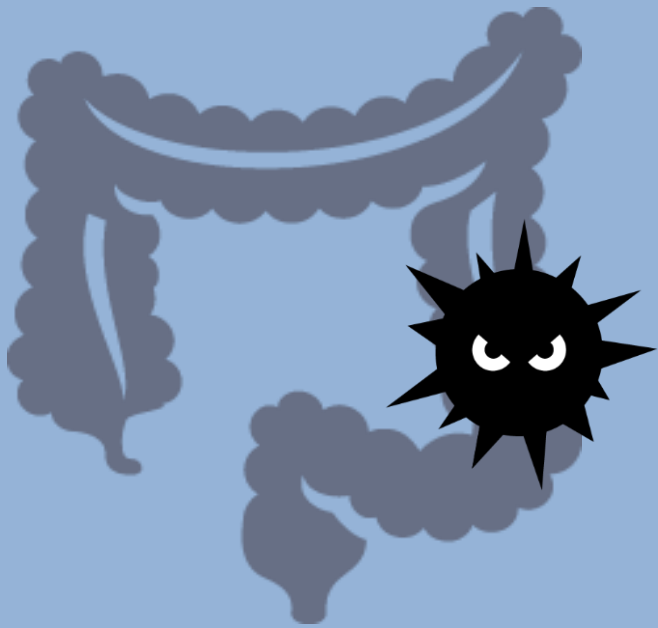
1.2倍

大腸直腸癌
發生率

1.4倍

第2個癌症
發生率

大腸 直腸癌



肥胖

死亡率較高

Body Fatness and Cancer--Viewpoint of the IARC Working Group. N Engl J Med. 2016;375(8):794.

乳 癌



女性癌症發生

第 1 名

每年約有

2000 人 死亡

乳 癌



胰島素抗性

脂肪細胞



過多 雌激素

乳 癌



BMI每增加 5

乳癌加倍

Body Fatness and Cancer--Viewpoint of the IARC Working Group. N Engl J Med. 2016;375(8):794.

乳 癌



肥 胖

嚴重度
復發率
死亡率

American Society of Clinical Oncology
Annual Meeting. Chicago, IL, 2014

減重的好處



20~25 % 總死亡率

30~40 % 糖尿病相關死亡率

40~50 % 肥胖**相關癌症**死亡率

遠離肥胖 預防癌症

新竹馬偕家庭醫學科

林倩如 醫師