

# 吃了藥 會變胖 怎麼辦？



高雄榮民總醫院  
藥劑部藥師

毛志民

**李**小姐服藥數月後抱怨變胖了，懷疑是藥物使然。某些特定藥物確實較可能讓體重增加，但是諸如個人的飲食習慣和身體水腫也可能讓體重有所「長進」。

這些可能讓人顯得發福的藥物，未必在每個服用者的身上都會發生。已有證據指出與體重增加相關聯的藥物中，諸如非典型抗精神病藥的安立復、可致律、克慮平、津普速、思維佳、思樂康、理思必妥、理波和哲思；也有一些文獻作者認為安立復及哲思與此類藥物相較在治療期間內對體重的影響最小。患者可接受減少熱量攝取的飲

食衛教或請醫師斟酌換藥，但其中利弊需要謹慎權衡，在整個換藥過程中也需要密切監控。

抗憂鬱劑中的三環抗憂鬱劑係因為阻斷了某些受器而讓人活動力減少、食慾增加及降低基礎代謝率；此外，樂活憂也是經常被提及的藥物。好在有許多選擇性血清素回收抑制劑因與三環抗憂鬱劑所阻斷的受器不同而少有體重問題，所以針對此困擾會是個不錯的選擇；不過，在藥品轉換間須漸進地調整藥量，須讓患者充分了解與配合。

用於治療伊比力斯或穩定情緒的藥物，像是癲通、鎮頑癲、樂命達、癲癇樂美、鋰鹽與帝拔癲都可能讓體重增加。以鋰鹽來說或許是因為體液的滯留或甲狀腺功能低下而降低代謝率，需要密切觀察這些因素以避免乏。長期服用帝拔癲的患者近半數會增加食慾與變得更重，癲通相較之下，變胖的機會就小多了。

降血糖藥物中的胰島素或噻啞

烷二酮類(如：梵帝雅、愛妥糖、糖立敏、安索糖)也經常有研究報告指出會讓體重增加。因為胰島素每日需要的劑量和在血中濃度變化的影響會讓患者感到身體變胖，若病況適合選擇於睡前注射中/長效胰島素或口服降血糖藥物會是個使體重增加較少的方法。噻啞烷二酮類藥物則是因為體液滯留與脂肪堆積的雙重影響導致體重上升，若是察覺體重快速或過度增加、水腫，有可能會影響心臟功能應於回診時向醫師反應。

維持體態窈窕是許多現代人重視的課題，事實上也有人因為服藥變胖、影響了外觀或生活品質而不願配合服藥；上述藥物雖然可能影響體重的變化，但服用期間確實地遵守健康飲食原則、良好生活習慣與紀錄體重都是可以避免變胖及釐清體重變化的方法。🦋

本文轉載自《高榮醫訊》2008年  
12月第11卷第12期