



## 肥人「三高」之高血糖



上周提及中央肥胖者較易患上高血壓，除此以外，肥人患糖尿病的比例亦很高。所謂「十個糖尿九個肥」，據世界衛生組織統計，大約九成二型糖尿病患者屬過胖或過重。此外，世衛亦估計，在亞洲地區中央肥胖者患上糖尿病的機會，較一般人高出超過三倍。

事實上，肥胖是糖尿病其中一個主要成因：腰腹之間積聚過多脂肪，令荷爾蒙分泌受到干擾，減低身體對胰島素的敏感度，導致血糖過高。

作為慢性病症，糖尿病尚未有根治良方，會伴隨患者一生。倘若病情不受控制，更可能引發視網膜受損、腎受損與神經發炎等併發症；患者出現心血管疾病機會，亦較一般人高出2至4倍。



■港糖尿病患者有年輕化趨勢，為人父母要注意子女的體重。

較一般人高出二至四倍。

教人憂慮的是，近年本港糖尿病患者有年輕化趨勢，甚至出現一些十多歲的病例，這可能與小孩子過胖有關。因此，為人父母的除了要注意自己的腰圍，亦不要忽視子女的體重，倘出現過胖，便應鼓勵他們減肥，以避免涉及肥胖的健康問題提早出現。

盧國榮醫生  
香港肥胖醫學會秘書

### 肥人「三高」之二：高血糖 2007年6月27日

上周提及中央肥胖者較易患上高血壓，除此以外，肥人患糖尿病的比例亦很高。所謂「十個糖尿九個肥」，據世界衛生組織統計，大約9成二型糖尿病患者屬過胖或過重。此外，世衛亦估計，在亞洲地區中央肥胖者患上糖尿病的機會，較一般人高出超過3倍。

事實上，肥胖是糖尿病其中一個主要成因：腰腹之間積聚過多脂肪，令荷爾蒙分泌受到干擾，減低身體對胰島素的敏感度，導致血糖過高。

作為慢性病症，糖尿病尚未有根治良方，會伴隨患者一生。倘若病情不受控制，更可能引發視網膜受損、腎受損與神經發炎等併發症；患者出現心血管疾病機會，亦較一般人高出2至4倍。

教人憂慮的是，近年本港糖尿病患者有年輕化趨勢，甚至出現一些10多歲的病例，這可能與小孩子過胖有關。因此，為人父母的除了要注意自己的腰圍，亦不要忽視子女的體重，倘出現過胖，便應鼓勵他們減肥，以避免涉及肥胖的健康問題提早出現。

香港肥胖醫學會秘書盧國榮醫生