

慈憫醫眾生

因病而貧，因貧病重，
慈善與醫療協力，
紓痛苦，扶貧弱。

陪他減重兩百公斤 開啟新人生

文／台北慈濟醫院公傳室 攝影／范宇宏

二〇二〇年五月，鄰居通報慈濟基金會，訪視志工前往了解狀況，阿富體重超過兩百公斤又有嚴重的多重共病，完全無法出門；慈濟啟動慈善關懷，並轉介醫療協助，在五年的時間內，阿富從兩百八十公斤減重到八十公斤，並重新擁有正常健康的人生。

閉門在家六年 志工領醫療團隊上門

慈濟志工前往居家訪視，第一眼見到的阿富，身上僅用單薄的被單蔽體，體重高達二百八十公斤，且患有嚴重的牛皮癬及糖尿病、高血壓、痛風等多重的肥胖共病，他已經有六年沒有出過家門。

而志工知道阿富的身材在市面上幾乎買不到能穿的衣服，實在很不捨，於是親手幫他量身訂做衣物。

阿富說自己從小就是圓滾滾的身材，



二〇二〇年六月台北慈濟醫院醫療團隊前往關懷阿富，當時他只能勉強拄著拐杖走幾步。攝影／盧義泓

小學六年級就九十公斤，成年後體重維持在一百八十公斤，儘管體型龐大，卻不妨礙他的行動，因此他總說自己是「靈活的胖子」。可是進入壯年時期之



皮膚科王淳樺醫師（左）及一般外科張健輝醫師（中）了解阿富的症狀。攝影／盧義泓

後因為工作不順，就靠吃東西紓壓，十幾年下來體重飆破兩百八十公斤，更因此畏懼旁人目光而長達六年足不出戶，每天行走最遠的距離是房間到廁所。體重重到讓自己舉步艱難，那時他說：「從房間走到客廳，已是世界上最遠的距離。」

訪視志工了解狀況，確定阿富的需求後，由慈濟基金會社工連絡台北慈濟醫院社會服務室吳芳茜主任，醫療團隊介入協助。

台北慈濟醫院醫療團隊前往關懷訪視，皮膚科王淳樺主任、一般外科張健輝醫師與營養科郭柏良營養師，分別針對阿富的皮膚及減重問題提供衛教資訊及藥物。

阿富聽從醫師的囑咐，塗抹乳液及藥物，不再泡熱水澡，並改用溫涼水沖澡，牛皮癬逐漸好轉。飲食方面，則配合營養師制定的專屬菜單嚴格忌口，短短四個月不到的時間，體重少了至少



二〇二〇年九月十三日台北慈院新人營學員來到阿富家為他打掃居家環境。攝影／張珮瑜



率隊打掃的趙有誠院長見證阿富的牛皮癬狀況大幅改善，舉起大拇指給他個「讚」！

五十公斤。

二〇二〇年九月十三日趙有誠院長帶領院內新人營學員們來到阿富的家中為他清掃居家環境，趙院長鼓勵阿富持續努力早日回復健康與行動能力；阿富向院長承諾，農曆年後會到台北慈濟醫院回診。

實現承諾 到院回診

「生病了以後，我開始害怕陌生人的眼光，就連自己的親生父親看到我皮膚這樣子都不讓我坐沙發，怕會傳染；但師兄、師姊、醫師、營養師，沒有一個人曾對我『另眼相看』，總是堅定地告訴我，只要我想改變一定做得到。」阿富也分享自己多年前曾赴別的醫院求診減重，當時營養師冷淡的態度及鄙視的眼神讓他感到絕望，於是變本加厲自暴自棄；直到遇到慈濟，他開始相信，總有一天自己能如願變回一個「正常人」，可以正常地上班，正常地照顧家

庭，正常地生活。

在志工及醫療團隊愛的支持下，阿富努力減重並由葷轉素，二〇二一年三月，阿富實踐諾言，在志工的陪伴下來到台北慈濟醫院，此時的他體重為二百零四公斤，雖然倚仗而行，每走幾步就需要停下來歇息喘氣，但對之前連家門都邁不出去的他而言，已如奇蹟一般。

經過心電圖、胸部X光、心臟超音波……等一系列檢查，張恒嘉副院長向阿富說明：「雖然體重造成心臟一定程度的負擔，但所幸心臟還沒有擴大的情形，只要體重能持續下降，喘的情形便能有所改善。」果不其然，四月阿富再



二〇二一年三月阿富兌現與趙院長的承諾，走出家門，來醫院看診。



新陳代謝科廖瑜皇醫師說明病情（左圖）；個管師教阿富胰島素使用方式（右圖）。



二〇二一年四月回診，心臟內科葉冠宏醫師為阿富進行心臟超音波檢查。



二〇二一年四月阿富如約回診，看到他的轉變，趙有誠院長為他高興，也準備了祝福禮送給他。

次回診時，腳程明顯增快了不少，雖然還是拿著拐杖，卻只為了預防重心不穩時能有個支撐。看到這樣明顯的轉變，眾人備感欣慰，趙院長送上祝福禮，給予鼓勵，阿富滿懷感恩地打開禮物，看見復健球與彈力帶後開心道：「太好了！我家那條彈力帶對現在的我說好像已經太鬆了。」

扛過新冠疫情危機 轉心念自助而後人助

漫長的減重之路並非一路順遂，因為接下來出現了新冠肺炎疫情，再加上

家庭問題、自身懈怠等因素，阿富的體重一度回彈，但志工與醫院營養師不放棄，在眾人的支持下，阿富找回初衷繼續堅持。二〇二二年初，阿富也在志工的鼓勵下，從新北市搬回桃園龍潭老家，原生家庭修復關係，龍潭當地的慈濟志工也接續陪伴。

吃著媽媽精心準備的營養餐食，和家人一起到公園運動，也帶著媽媽到社區環保站發心付出，隨著減重計畫執行，生活重新回到正軌。二〇二二年三月，阿富與母親搭乘客運來到台北慈濟醫院回診，他開心地向社工表示：「這



洪于綉物理治療師示範居家復健動作，並請阿富實際練習。



次我和媽媽是搭客運來的哦！本來還擔心階梯太高會爬不上車，沒想到很順利呢！」踏著輕快的步伐前往各檢查室進行檢查，此時的阿富行走時已不再需倚靠拐杖了。

六月，阿富例行回診，新陳代謝廖瑜皇醫師看了看檢查數值，捎來好消息，他告訴阿富數值「很漂亮」，如果繼續保持甚至又更好一點，也許可以提早接受縮胃手術的評估。阿富興奮地向醫師分享自己現在都跟媽媽一起吃燕麥，身體健康又順暢，只剩不到一百八十公斤，並承諾自己會再加把勁。而後，與媽媽一起排隊，接種第一劑新冠疫苗，他笑著說：「從來沒想過有一天我也可以跟大家一起排隊，站這麼久等著打疫苗。有了疫苗的保護之後，我就可以帶媽媽去逛賣場、看電影、去公園運動了！」

信守對醫護團隊的承諾，阿富持續運動與飲食控制，十月六日再次回診，

大家看見阿富都驚訝得不得了，站在體重計上顯示著一百六十三公斤，整整瘦了一百一十七公斤，體態明顯小了一號，他還指著自己身上的衣服歡喜地說：「我今天穿得下新買的衣服喔！」瘦身有成的他更有信心。阿富跟大家分享，他的心態完全改變了，過往只想著仰賴醫療，現在知道自己先努力，醫療只是輔助，之前去別的醫院還會跟醫師吵架，覺得是醫師不願意幫他，現在轉換心念後，更能正向地看待自己的人生。

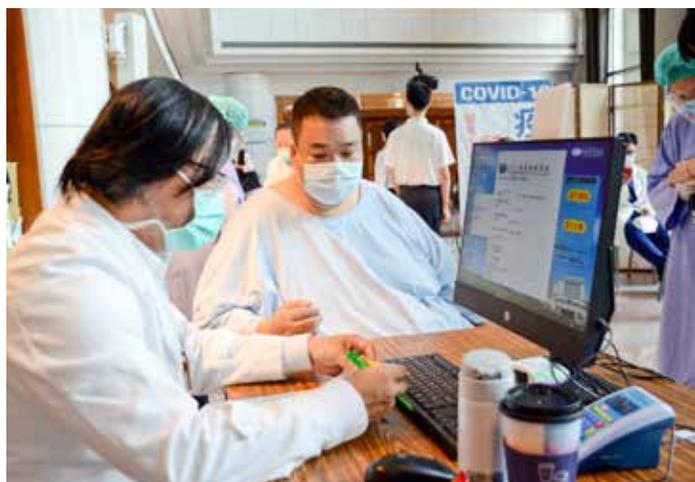
四科多方合作減百公斤 成功接受縮胃手術

在新陳代謝科、一般外科、整形外科與身心科等醫療團隊持續陪伴下，繼續為縮胃手術做準備，積極地邁向下一個目標。

從飲食、運動、醫療、生活環境各方面多管齊下，醫療團隊幫阿富設定目



二〇二二年初，新冠疫情期間，阿富在媽媽的督促下到公園運動。（影片截圖）



二〇二二年六月，阿富接種第一劑新冠疫苗。

標，瘦到一百五十公斤，就可以接受手術。二〇二三年體重達標，由一般外科張健輝醫師執行縮胃手術，隔一段時間由整形外科切除四點五公斤的贅皮，二〇二五年六月，阿富的體重降至八十公斤，而且還在持續下降。出院時，阿富笑著說：「我終於看到肚子下面的世界了。」

胃手術改善病態性肥胖 正視肥胖擁健康人生

「阿富初期因過胖無法移動、無法抽血，因此醫療團隊先從飲食調控、運動介入，由營養師制定素食飲食計畫、內科醫師以藥物治療、復健科安排運動計畫，瘦至兩百公斤後才有辦法到院進一步檢查。」張健輝醫師說明，阿富減



兩年的時間幫助阿富從兩百八十公斤成功減至一百六十三公斤，接下來由一般外科張健輝醫師評估縮胃手術的可能性。

重手術最大的挑戰在麻醉風險與手術併發症，國際文獻紀載，BMI 五十到六十以上，在麻醉狀態下發生心肌梗塞、中風、肺靜脈栓塞等併發症的機率急遽上升，阿富當時的 BMI 高達八十七，遠超過病態性肥胖 (BMI 四十)，因此就算手術時體重一百五十五公斤，仍有相當風險。

胃繞道手術和縮胃手術都是耳熟能詳的減重手術，阿富接受的是縮胃手術。張健輝醫師指出，胃主要分泌飢餓荷爾蒙，遠端小腸則是負責分泌飽足荷爾蒙，這兩種手術概念都是藉由改變腸胃道路徑，改變荷爾蒙濃度。縮胃後會加速胃排空，與繞道手術都能讓食物提早進入遠端小腸，刺激小腸的飽足荷爾蒙上升，進一步將飽足訊號傳遞至腦部下視丘，停止飢餓感。國際文獻發現，兩種手術相比，胃繞道手術雖能減少多餘體重的百分之七十五到八十，但因為要



二〇二二年十月回診新陳代謝科，廖瑜皇醫師肯定阿富的努力，各項檢查數值均有明顯改善。

切除胃和小腸，再進行重建縫合，極度肥胖的患者發生術後滲漏、營養不良的比例高達百分之二十，往往在術後需返院施打營養針和輸血；而縮胃手術單純切胃，無須重建，故能減少多餘體重的百分之五十到六十，併發症降低，營養不良的比例也小於百分之一。張健輝醫師提及：「胃的功能區是垂直區分，因此縮胃手術是以腹腔鏡手術垂直切除部分的胃，保留既有功能，減少儲存食物功能。但術後長期下來，仍有近三成的病人會出現復胖情形，因此病人仍要自我努力維持，不能完全倚賴手術。」

醫學上現有減重方式繁多，從口服藥物、瘦瘦針、胃內水球、打肉毒到縮胃手術、繞道手術，效果不同，適用對象也不同。張健輝醫師表示，許多民眾到門診直接請醫師開減肥藥，認為自己吃藥就能瘦，但肥胖牽涉多種成因，甲狀腺、腎上腺等內分泌失調、代謝問題都可能導致，並非每個人都能透過藥物或手術治療，因此必須透過詳盡檢查，加上病人自己的毅力、行動力，才有可能對症下藥，成功減重。此外，許多人不要把肥胖當作疾病，但國民健康署已明確指出 BMI 大於二十四就是過重，大於二十七即是肥胖，張醫師呼籲民眾重視肥胖問題，必要時可以尋求醫療資源，才能擁有健康人生。

凡事一步一腳印，實現理想的道路不會一帆風順，因為成功從不是一蹴可幾；有「愛」就無「礙」，志工們的愛，讓封閉多年的阿富決心改變現況，醫療

團隊的愛堅定阿富的信念，家人們的愛讓阿富重拾勇氣面對艱辛；慈濟醫療與慈善攜手，幫助了一個放棄人生的人，在五年內少了兩百公斤，重現帥氣自信的外表，重拾自在的行動力，房間到客廳只是幾秒的距離，重新感受人生的美好。🌱



二〇二五年六月阿富體重八十公斤且持續下降中，右為張健輝醫師。