

體重控制治療

“體重及治療計劃的自我評”

基本資料

性別：男 _____ 女 _____

電話： _____

E-mail： _____

年齡： _____ (年)

自覺體重過重多久： _____ 年

體重： _____ Kg (公斤) 身高： _____ M(公尺)

腹圍 _____ 公分、臀圍 _____ 公分

體質讓指數(BMI) _____

自覺體重目標： _____ Kg (公斤)

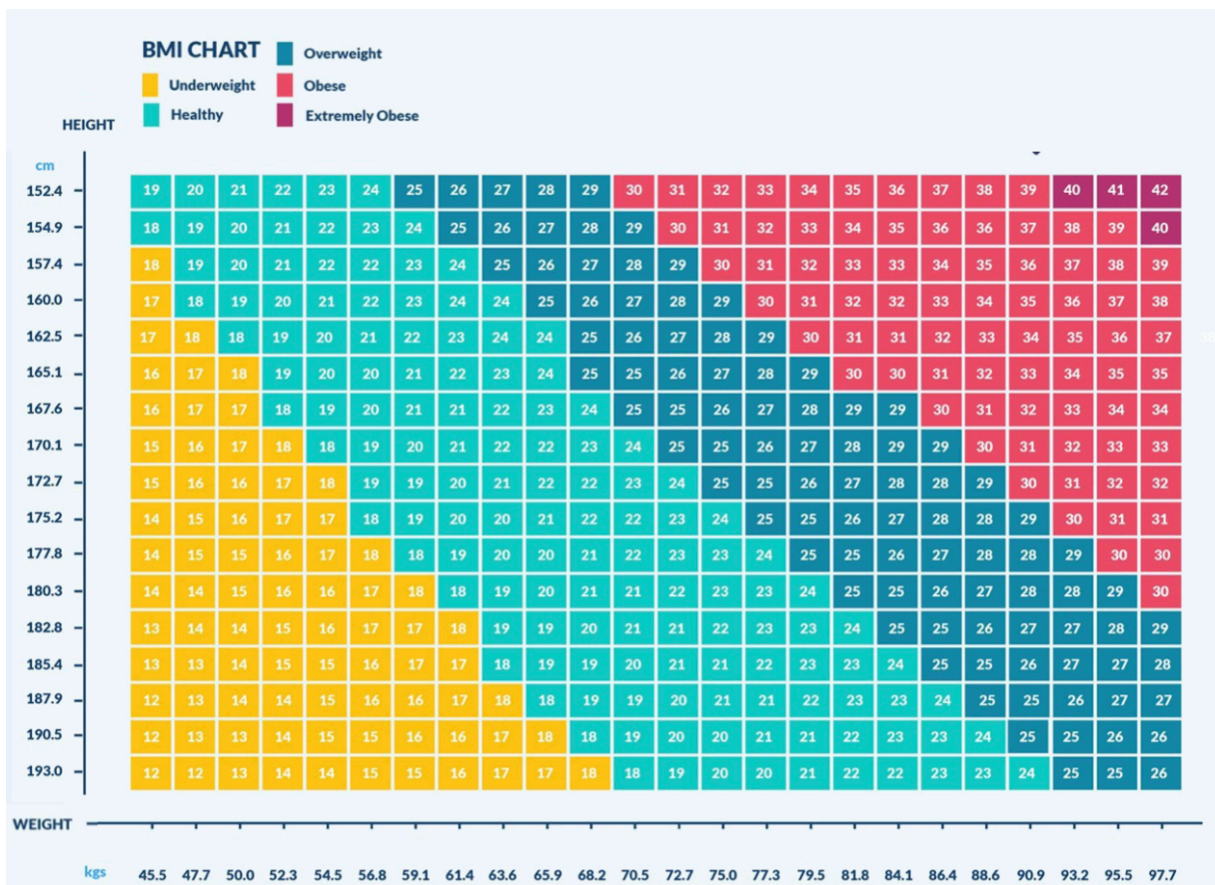
如果BMI=21體重應該為： _____ Kg (公斤)

現有疾病：

甲狀腺腫瘤 _____、甲狀腺癌 _____、
 糖尿病 _____、糖尿病前期 _____、高血壓 _____、
 多囊性卵巢症候群 _____、高胰島素血症 _____、
 糖耐性不良 _____、
 高脂肪/高膽固醇 _____、心臟病 _____、
 中風病史 _____。

現有使用藥物：

糖尿病相關藥物 否 () 有 () _____、 _____、
 甲狀腺相關藥物 否 () 有 () _____、 _____、
 高血壓相關藥物 否 () 有 () _____、 _____、
 抗凝血劑相關藥物 否 () 有 () _____、 _____、
 免疫抑制相關藥物 否 () 有 () _____、 _____、



過重風險的其他評估方法

腰圍：男性：健康風險增加 $\geq 94\text{cm}$ 、高健康風險 $\geq 102\text{cm}$
 女性：健康風險增加 $\geq 80\text{cm}$ 、高健康風險 $\geq 88\text{cm}$

腰圍臀圍比 (Waist/Hip ratio)

女性：健康風險增加 ≥ 0.85
 男性：健康風險增加 ≥ 1.0

腰圍身高比 (Waist/Height ratio)

女性：健康風險增加 ≥ 0.54
 男性：健康風險增加 ≥ 0.53