

好。

藥物讓腸泌素濃度增高，抑制了饑餓感。使用腸泌素分解酵素抑制劑的糖尿病患不會胖，就是證明。

人體腸泌素能讓人產生飽足感，因而停止進食。推論之，某些糖尿病患者的腸泌素濃度，應該是偏低的，才會不斷饑餓想要進食。

一份研究報告指出，患有厭食症患者，體內腸泌素的濃度，是相對正常人為高的。以腸泌素的相關製劑來控制食慾，從而控制體重，可能是未來肥胖醫學的研究方向。

好吃可能導致糖尿病

目前已知，可以由脂肪細胞所釋出來刺激腦中樞產生飽足感的蛋白質是liptin，但是沒有臨床運用價值。美國FDA所通過的食慾抑制劑，乃是擬交感神經作用藥物，造成血壓高、心悸、失眠的機率很大。

許多人為了經常肚子餓而煩惱。明明才吃沒多久，為什麼又餓了呢？患者身體若真的是營養過剩，腦部為什麼一直想吃呢？面對這一類患者，醫師必須檢查及排除其他病因，確定沒有消化性潰瘍、早期糖尿病、胰島素瘤、食物依賴心理症、腸疾無法吸收營養，或寄生蟲消耗養分。

當所有已知原因都排除後，只剩下「原因不明

性好吃症」一種病。患病者體型必然趨於肥胖。

肥胖，是成年性糖尿病患者的危險因子之一。近年公共衛生調查發現：一旦血糖衝的太高，周邊組織就會受到永久性不可逆的傷害。這種傷害，就算是自此嚴格地控制血糖到標準值，也無法挽救！

筆者於門診常常發現首次被查出有高血糖值的患者，他們不知何時開始，早已血糖飆高。有的患者還認為醫師烏鴉嘴，不肯繼續追蹤控制血糖。這些喪失早期治療先機的患者，晚年勢必早發糖尿病的併發症。

控制體重預防新生糖尿病

許多糖尿病患者，還沒有明顯高血糖事實發生前，就已然有了多吃增胖的症狀。若能以減少食慾藥物，將患者多吃增胖的現象予以矯正，則糖尿病的發生率應可獲得改善。

對於有肥胖傾向的饑餓症狀患者，以藥物調減食慾，以預防後續併發症的發生，乃適當的治療處置。

現代人又貪嘴又愛美，想要苗條卻又懶得運動。熱量不得耗用只好留在體內，形成體脂肪造成體型臃腫。然而，貪嘴是人性的弱點，這種心理弱點，也許用藥物能調整克服。美好的一切、就有待醫藥界的新發明吧！

解

人性化醫學

一粒湯圓

文／洪建德 醫學博士

糯米在糖尿病人的心目中，常保有一份敬而遠之的心理，都認為糯米會使血糖上升，真的是這樣嗎？

從德國回來後，我做了一個實驗，將17種台灣常吃的主食，在同樣碳水化合物量時，做上升血糖的實驗，結果顯示，糯米比白米來得容易上升血糖，但是如果做成湯圓後，反而與白米相同。

湯圓在許多糖尿病人的心目中，有如毒蛇猛獸，有一些人雖然知道湯圓會上升血糖，可是由於太想吃了，於是就偷偷的吃了許多，尤其是那些被兒女、醫師限制食用的病人，到了元宵節吃湯圓的日子，會因為吃湯圓產生很多問題。

在這些節慶之前，常有記者會針對湯圓的問題訪問我，有一次我說：「不要限制病人的飲食，而是要讓病人自己操控自己的飲食，愛惜自己的身體，進而掌握自己的血糖」。

這種全新的觀念，對記者小姐而言，有時來得太過唐突，於是記者並沒有報導。不過冬至後的一個禮拜，一位跑市立醫院線上的記者小姐遇到我，很感慨的說：「因為她觀念上的錯誤，使她少救了1個人。」

因為在她認識的朋友中，聽到一位老人家因為偷吃湯圓而噎死，那位老人家被限制不能吃湯圓，可是病人卻非常想吃湯圓，於是病人就偷偷大量的吞食湯圓，直到孫子發現他吃湯圓，大叫道：「阿公在偷吃湯圓！」

由於牙齒又來不及咀嚼，囫圇吞棗的將湯圓哽在食道中，自然壓迫到氣管，造成老人家窒息而死。

一個人性化醫學是「解民倒懸」，不只是給病人尊重、精神上的鼓舞，更重要的是能挽回很多病人的生命，這只是其中一個例子。

解