

# 臺灣素食者之前瞻性健康結果 與健保支出

朱芯函<sup>1</sup>、邱雪婷<sup>1,\*</sup>

## 摘要

近年來，慢性非傳染性疾病已成為全球重大的健康問題，不僅對病人的生活品質、家庭照護及經濟造成影響，更因此加重了整體國家醫療支出。近期已有許多研究指出素食飲食對健康的好處。為了探討素食飲食與不同慢性疾病發生率之間的相關性，慈濟健康研究及慈濟素食研究針對臺灣的慈濟志工以及其他人士進行了長達十年以上的追蹤研究。研究發現素食飲食可顯著降低慢性疾病的發生，如糖尿病、腦中風、高血壓、非酒精性脂肪肝、痛風、泌尿道感染及膽結石之風險。臺灣其他的研究也發現素食者的代謝相關數值多優於葷食者。素食者有較低的整體醫療照護花費及支出，可有效改善台灣目前的醫療經濟負擔。

**關鍵詞：** 素食、醫療支出、慢性疾病、世代追蹤研究

---

<sup>1</sup> 輔仁大學營養科學系

\*通訊作者: 144601@mail.fju.edu.tw