

健康醫療新趨勢

讓你掌握健康醫療最新動態

08-16

亞洲吹起極端節食風

阿嘉莎·姚（音譯）是香港行銷高階人員，多年來嘗試許多方法保持苗條：包括吃減肥藥，午餐吃燙青菜，及忍耐克制以延遲滿足感。

二十二歲的姚小姐有天早上在吃早餐時表示，「有時候，我會看著食物、只是聞一聞而已。」

在大部分已開發國家，女性有維持身材窈窕的壓力，但這種壓力在亞洲特別嚴重，許多苗條女性似乎總是在尋找能讓自己變得更瘦的方法。專家指出，亞洲的節食方式比西方更極端，這是因為文化上對美麗的認知不同所致。

香港中文大學進食失調中心主任李誠表示，亞洲女性希望保持苗條，卻不願運動，因為一般認為肌肉不是女性特徵。

李主任表示，那就是為什麼「當她們想控制體重時，會採取少吃或服藥的方式，」而不是努力鍛鍊身體。

新型競爭

范德比大學心理學副教授大衛·施郎特指出，從農業社會變成都市化社會之後，「絕對有更多機會讓人飲食過量。」

亞洲的青少年肥胖問題雖然不像美國那麼嚴重，但是也愈來愈普遍。醫療專業人員表示，對香港這類城市來說，目前最大的挑戰是解決年輕女性進食不足的問題，而非飲食過量。

香港進食失調康復會的余文表示，「你可以看到瘦身在這個文化中的多麼普遍。」過去的亞洲婦女比的是能生幾個孩子，現在卻是比誰的事業最成功、誰的身材最苗條。

08-17

對抗腎衰竭新契機：交換捐腎人

瑪麗莎·拉森坐在咖啡館外，凝視著醫師剛剛給她的小手冊。

上面寫著「交換腎臟」，簡單幾個字代表的是能夠救她一命的絕妙點子。一位好心人士捐贈一枚腎臟，引發國內一連串手術，一個又一個的器官捐贈者不斷接續下去，讓腎臟移植手術可以無止盡地進行，直到最後找到適合她的腎臟為止。

拉森表示，「這是我必須走的路。」

兩年來，她一直在尋找器官捐贈者。現在拉森終於看到解決之道已經啟動了：搜尋觸角遍及全美的精明的電腦配對系統，將捐贈者與病患配對，為美國八萬名等待換腎者中的許多人帶來希望。

面對挑戰

「交換器官捐贈人」這個想法依然阻礙重重，除了必須讓全美兩百二十家器官移植醫院中有更多家能接受之外，對於活體捐贈者也必須有一套範圍更大、廣為人所接受的醫療規定，還需要聯邦醫療保險與其他健保計畫提供財務支援。有了財務支援，交換計畫才有能力建立全國性的配對系統，這能省下好幾百萬的腎臟疾病治療費用，結束數以千計嚴重腎病患者的煎熬。

交換腎臟計畫前所未聞，仰賴的卻是「交換」這種最古老的經濟模型。你的妻子從陌生人處得到一枚相容的腎臟，那麼你就將一枚相容的腎臟捐給這位陌生人的妹妹。兩個、四個、十個、或一百

個完美的配對，都是由電腦完成，電腦會從醫療與地理位置的角度來選擇最佳組合。

沒有人期待這種交換計畫能夠讓人不必再等候死亡民眾捐贈的腎臟，但有人預測，交換計畫可讓腎臟移植手術提高到每年四千件，剛好等於每年在等候換腎期間死亡的人數。