

肥胖、老年人與非感染性疾病

馮容芬

摘要

近二十年來肥胖老人之盛行率明顯的上升，肥胖是老年人罹患非傳染性，如心血管疾病、2型糖尿病、關節炎、中風和部分癌症之危險因子，它也會增加老年人身體和認知殘疾的風險，這些都會影響到醫療支出和長期照護服務之需求。為了提高肥胖老年年人活動表現，認知功能和的生活品質，小小的改變其生活方式(飲食與運動)即可以產生巨大的效益。

關鍵詞：老人、肥胖、非感染性疾病、生活品質、生活方式。