

法律與健康： 減重政策^①

公共衛生法律措施探討^{*}

Law and Health: Exploring Weight Reduction
Policies and Public Health Legal Measures

劉汗曦 Han-Hsi Indy Liu^{**} 莊海華 Hai-Hua Chuang^{***}



摘要

肥胖已成為21世紀全球公共健康的重大威脅。這種由體脂肪過度或不正常累積而引起的疾病可導致多種共

^{*}本議題部分內容曾於著者劉汗曦於政治大學創新國際學院所授課之「全球衛生治理」(Global Health Governance)課程中，與莊海華醫師一同講授，能透過本期主題加以文字化並補充最新資訊，十分感謝。惟文章內容均為兩位作者個人意見及學術討論，不代表任何團體與任職單位之立場，特予說明。

^{**}博思法律事務所顧問律師 (Of Counsel, Pontis Law)，政治大學創新國際學院兼任教師 (Adjunct Faculty, International College of Innovation, National Cheng Chi University)，美國喬治城大學法學院歐尼爾全球及國家衛生法研究中心博士候選人 (SJD Candidate, O'Neill Institute for National and Global and National Law, Georgetown University Law Center)

^{***}林口長庚醫院副教授級主治醫師、代謝暨體重健康管理中心副主任 (Associate Professor and Attending Physician, Vice Director to Metabolism and Obesity Institute, Linkou Chang Gung Memorial Hospital)，國立臺北科技大學管理學院博士候選人 (PhD Candidate, College of Management, National Taipei University of Technology)，台灣女醫師協會秘書長 (Secretary General, Taiwan Medical Women's Association)

關鍵詞：公共衛生法律與政策 (public health law and policy)、含糖飲料稅 (sugar-sweetened beverage tax)、肥胖 (obesity)、指定用途稅 (earmarking tax)、健康食品補貼 (healthy food subsidy)

DOI：10.53106/241553062024070093002

病並增加死亡風險。肥胖不僅與個人的飲食和運動習慣相關，更受到基因、環境和社會經濟因素的影響。公共衛生法律和政策，如含糖飲料稅、健康食物補貼和飲食教育，能有效減少肥胖率。這些措施應與跨部門合作和全面的健康政策結合，才能有效改善整體健康狀況。

Obesity has become a major public health threat in the 21st century. This condition, defined as excessive or abnormal accumulation of body fat, leads to multiple comorbidities and increases mortality risk. Obesity is associated not only with an individual's dietary and exercise habits but also with genetic, environmental, and socioeconomic factors. Public health laws and policies, such as sugar-sweetened beverage taxes, healthy food subsidies, and dietary education, can effectively reduce obesity prevalence. These approaches should be combined with interdepartmental cooperation and comprehensive health policies to improve overall health outcomes.

壹、從醫學與健康角度看肥胖問題

一、肥胖可 21世紀的人 大敵

肥胖是一個「因過度或不正常的體脂肪累積而對健康造成危害」的疾病，具有成因複雜、病程長、共病多且通常會漸進等特性。隨著生活方式及飲食結構轉變，已成為當前人類世界最嚴重的公共健康問題。而理解肥胖的定義、病態生理學以及流行病學特徵，對於制定有效的減重政策和公共衛生法律措施至關重要。

肥胖的診斷以身體質量數（body mass index, BMI）為準，計算方法是將一個人的體重（公斤）除以其身高（公尺）的平

方 (kg/m^2)。根據我國衛生福利部（下稱衛福部）的標準，成人的BMI分類如下¹：（一）正常體重：BMI 18.5~23.9；（二）過重：BMI 24~26.9；（三）肥胖：BMI ≥ 27 ；肥胖又可進一步分為三個階段：（一）I級肥胖：BMI 27~29.9；（二）II級肥胖：BMI 30~34.9；（三）III級肥胖：BMI ≥ 35 。

二、重問 已席捲全球

自1990年代以來，成人肥胖的盛行率倍增、青少年盛行率更高達過去的4倍！根據世界衛生組織，目前全球有超過25億成年人過重（約43%），其中大約9億人屬於肥胖（約16%）。而這一現象並非僅限於發達國家，許多中低收入國家的肥胖率也不斷上升。臺灣的肥胖問題同樣嚴重：根據國民健康署的調查，臺灣成年人中約有30%過重、約有20%屬於肥胖；特別是青少年和兒童的肥胖率也在上升，預示著未來肥胖相關疾病的負擔將進一步加重。

三、許多現代常見疾病皆與肥胖密切相

脂肪組織不僅只是能量儲存的部位，還能分泌多種激素和細胞因子，如瘦素（leptin）、脂聯素（adiponectin）和各種促炎細胞因子，這些物質會影響全身的代謝狀態。最為人熟知的是代謝和粥狀動脈硬化相關疾病，包括高血壓、血脂異常、第二型糖尿病、心衰竭、心肌梗塞、中風等。現代常見癌症，如乳癌、子宮內膜癌、大腸癌、攝護腺癌、胰腺癌等，也會因為肥胖而增加罹患風險。肥胖會增加關節負擔而導致提早退化。另外，肥胖也與憂鬱、焦慮、失智等精神或認知的疾病密

¹ 衛生福利部國民健康署，判斷自己是否屬於健康體重，2018年1月3日更新，<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=542&pid=705>（瀏覽日期：2024年6月9日）。