

青少年肥胖及第 2 型糖尿病之心理障礙

Psychological disorders of obese Adolescent and type 2 diabetes

蘇琮祺

四季心理諮商所 所長/諮商心理師

肥胖議題與糖尿病對青少年的心理影響無處不在，除了可能的心理障礙之外，更涉及家庭、學校和人際社會互動等向度。僅從生理面向進行介入處遇時，經常發現患者出現配合度欠佳與治療效果不如預期等現象。而透過瞭解出現肥胖議題或罹患第 2 型糖尿病的青少年所可能面臨的心理障礙，並導入必要資源或適時進行轉介，將能協助醫療團隊更有效率地調節青少年體重與治療糖尿病。

研究顯示，面臨肥胖議題或罹患糖尿病的青少年的生活品質滿意度較低，出現心理障礙的機會較高，且有較高機會出現不健康的減肥行為（禁食、催吐或使用瀉藥）。而且在罹患憂鬱症的情形之下，也可能會降低青少年採取健康生活方式（均衡飲食與適度運動）的能力，進一步影響到體重調節與糖尿病治療的效果。

本課程將先介紹青少年階段的心理社會特質，並簡要說明相處與溝通策略。接著探討肥胖議題與糖尿病對青少年所可能造成的心理社會影響，以及在此階段所可能造成影響或出現的心理障礙。最後將提供學員如何進行初步心理社會評估的基本架構與照護策略，並能適時導入必要的心理社會資源，以提供患者全面性的照護。由於台灣目前在此議題上的研究較少，此次分享除了希望透過臨床經驗與文獻整理讓與會專家參考，更期待開啟各位專家進一步探討的可能性。