

醫生Keep Fit成功 幕後功臣逐個捉... 專家+用家之談

以往訪問醫生，通常都是查詢醫療專業意見，但今次訪問歐陽英傑醫生，卻與貼身話題有關——個人瘦身經驗。歐陽醫生坦言：「作為醫生，只叫病人注意健康和減肥，自己卻做不到似乎有點說不通，但如果自己保持到身型，說服力一定更大。」究竟歐陽醫生用甚麼方法減去十多磅？想知道醫生的減肥秘訣，就要留意啦！

歐陽英傑醫生自兩年前離開醫院，轉為私人執業醫生後，體重便開始向上攀升。「在診所工作，經常坐著看診，加上少運動，就更容易增磅，最明顯是多了一個肚腩。」雖然歐陽醫生意識到自己「肥肥地」，但減肥的決心始終不大，只是間中「做gym」，而最終促成他 Keep Fit 成功的幕後功臣，原來是歐陽醫生的賢內助。

夫妻檔「拍住減」

「在去年我們結婚前，太太為了影結婚相及穿婚紗時好看一點，於是想減肥，但又擔心食藥減肥會有問題，就叫我一齊減。」於是，歐陽醫生便和太太「拍住上」，為共同目標而努力減肥。這次減肥成功，太太當然功不可沒，而採用有效的減肥方法同樣重要。他們二人一同服用諾美亭，過了兩個月左右，歐陽醫生已減了十磅，西裝褲的褲頭鬆了，而太太亦明顯比之前窈窕，穿起緊身婚紗及晚裝時，「鬼崇肉」不見了，顯得明艷照人，二人更可以最佳狀態步入教堂。

減食量 燒脂肪

從以往建議病人使用，到現在親身成為用家，歐陽醫生覺得諾美亭的功效如何？有沒有甚麼副作用？「我覺得自己比以前容易飽，食量減少了，胃部不會『滯住滯住』，此外便沒有其他分別。至於我太太亦比之前吃少了零食及宵夜。」

諾美亭有兩大功效，一是能夠令服用人士提早獲得飽肚感，從而有效控制食量；第二是幫助燃燒體內的棕色脂肪產生熱量，從而提高新陳代謝及增加熱量消耗，雙管齊下發揮減肥效用。



01 多得太太的「鼓勵」，歐陽英傑醫生能夠減肥成功。

02 減肥前的歐陽醫生，雖然不算是「肥仔」，但明顯身型稍為「大份」。

減肥藥 重安全

身為專業人士，歐陽醫生選擇減肥藥自然有專業見解。「無論是病人或自己使用前都一樣，我都會先研究有關的醫學報告，了解藥物的成效及安全性。」對有病人於坊間購買減肥藥物，歐陽醫生有以下意見：「坊間的藥物安全性及減肥功效成疑，甚至可能沒有受到當局管制，市民可能會誤選問題藥物。」事實上，在醫生處方下以藥物減肥，

的確是安全可靠得多，因為醫生會為病人進行一系列檢查，又會度身訂造專業的體重管理計劃，期間監察著整個過程，令病人更加放心。

歐陽醫生對自己現在的身型滿意嗎？「始終夏天到，再瘦一點身型會更加好看，所以我都希望可以再減多 5 磅左右。」無錯，夏天一到，又是時候計劃減肥瘦身，您準備好未？

藥物檔案

諾美亭早於 1997 年獲得 FDA（美國食品及藥物管理局）註冊。由 1997 年至今，諾美亭已在超過 75 個國家註冊及上市，全球更有超過一千五百萬人服用。

備註：根據臨床醫學研究 (Lancet Dec 2000) 指出，在減磅後持續服藥，加上適量運動及均衡飲食，能夠有效保持已減的體重，新陳代謝亦得到改善。



諾美亭® Reductil® 乃醫生處方減肥藥物