讀者 Q&A

Q： 請問什麼是 BMI 值？去哪裡可以測量 BMI 值？

A： 身體質量指數（Body Mass Index），簡稱 BMI 值，是世界衛生組織（WHO）建議用來評估肥胖程度的指標，只需測量身高及體重即可自行計算。計算方式爲：BMI 值=體重（公斤）÷身高^2（公尺^2）。目前國民健康署建議我國成人 BMI 值應維持在 18.5 及 24 之間，太瘦或太胖皆有礙健康。 （舉例：身高 160 公分，體重 55 公斤，其 BMI 值爲 55÷1.62=21.48。）

Q： 我想要做健康檢查，請問貴院有做健康檢查的部門嗎？

A：

本院受理民眾健康檢查的單位包括家庭醫學部及健康管理中心，說明如下：

家庭醫學部提供健保給付 40～64 歲民眾每 3 年 1 次、65 歲以上的民眾每年一次的健康檢查，內容包含身體檢查、健康諮詢、尿液及血液檢查，洽詢專線（02）2312-3456，分機 62601。

健康管理中心則依民眾的性別及年齡提供詳細的一日自費健檢套裝，亦可加選單項檢查的服務，以滿足不同的需求，洽詢專線（02）2356-2916～8。

健康教育中心

NTUH