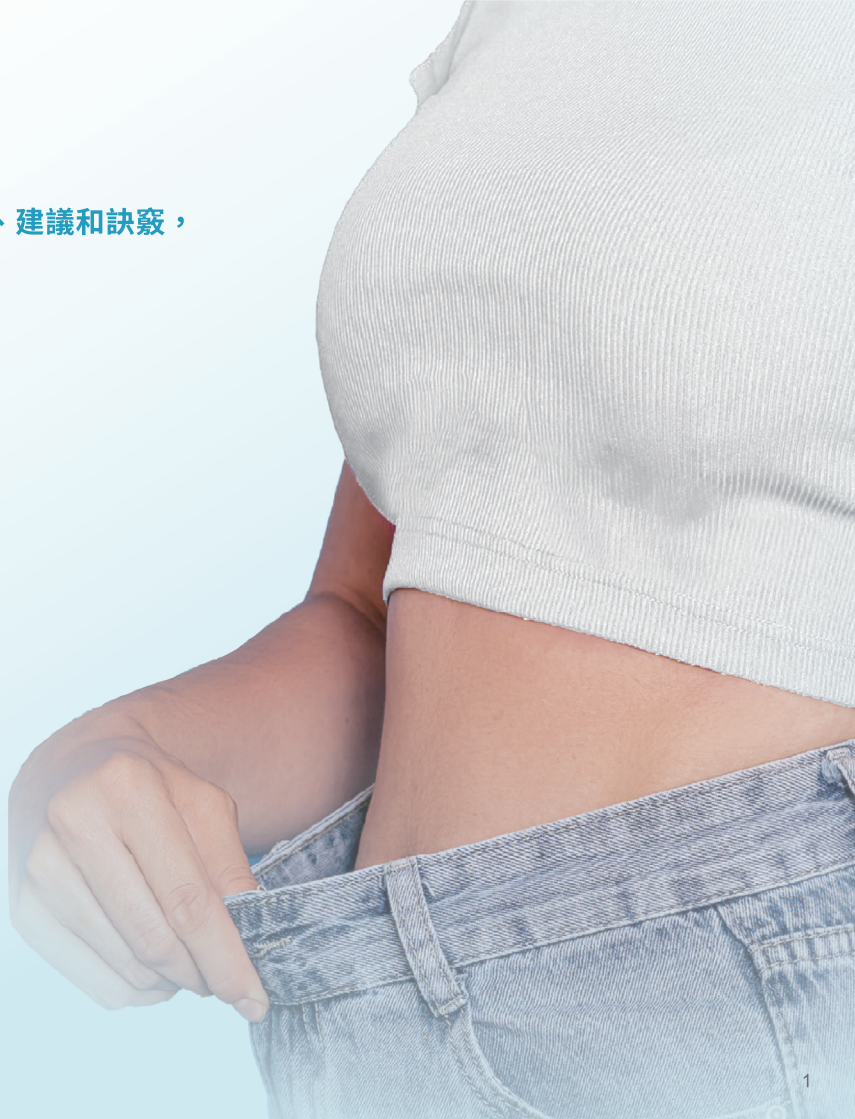


翻開新篇章

歡迎使用週纖達®！本文將提供您相關資訊、建議和訣竅，協助您透過週纖達® 減輕體重和改善健康。

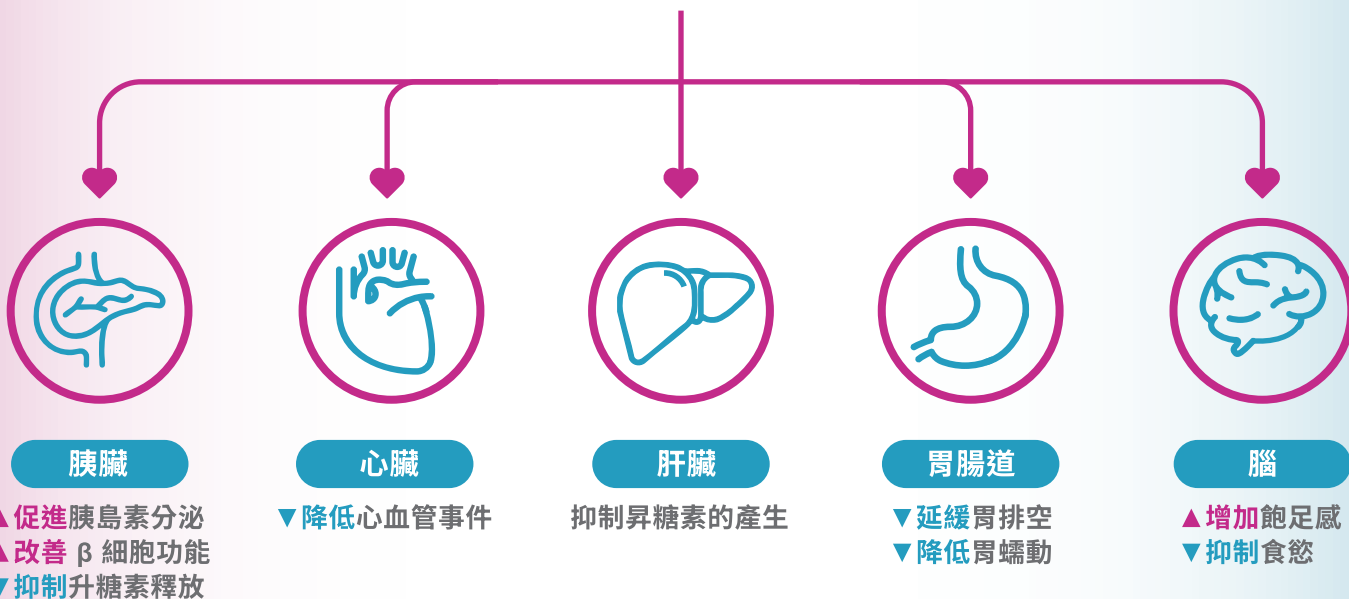
目錄

Wegovy® 週纖達® 的作用	2
Wegovy® 週纖達® 多重健康效益	3
Wegovy® 週纖達® 注射筆示意圖	4
Wegovy® 週纖達® FlexTouch® 注射筆排除空氣	5
如何使用 Wegovy® 週纖達® FlexTouch® 注射筆	6
Wegovy® 週纖達® FlexTouch® 注射筆特色	8
劑量調整方式	9
忘記注射怎麼辦？	10
Wegovy® 週纖達® 的存放方式	10
常見副作用	11
健康地吃	12
健康地動	13
纖達日記線上支援	14



Wegovy® 週纖達® 的作用¹

週纖達®的成分 Semaglutide 是一種 GLP-1 類似物，
與人類 GLP-1 有 94% 的序列同源性。



週纖達® Wegovy® 的多重健康效益²⁻⁵



減重²⁻⁵



平均體重降幅達到 **17%**
效果可以**持續至少 2 年**^{*2,3}



腰圍減少 **14.6 (cm)**⁴



BMI

平均降低 **6.5 (kg/m²)**^{2,3}



內臟脂肪降低 **40%**⁵



改善高血脂³



顯著降低
TC、TG、VLDL-C³



升高
HDL-C³



改善高血糖⁵



逆轉糖尿病前期 **91%**



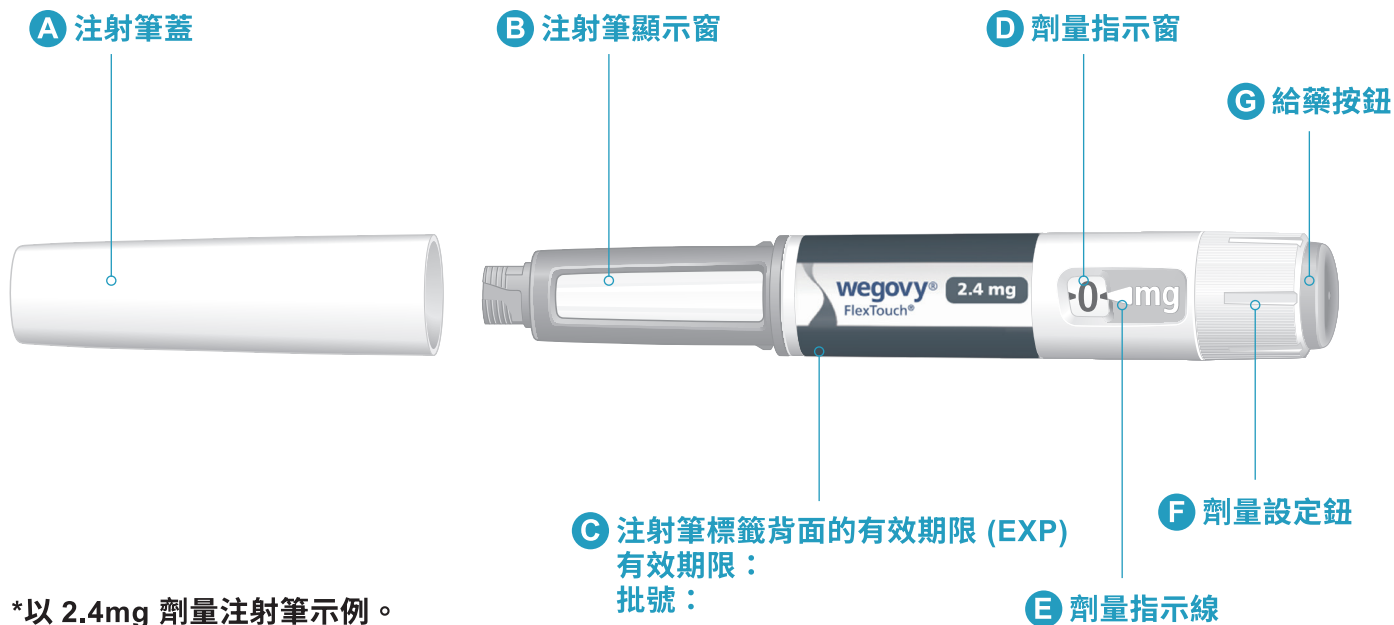
改善發炎⁴



CRP 降低 **59.6%**

*基於試驗藥物估計目標•BMI•身體質量指數

Wegovy® 週纖達® 注射筆示意圖^{1*}



* 具體規格、用法用量和使用說明等，請參考週纖達® 中文仿單。

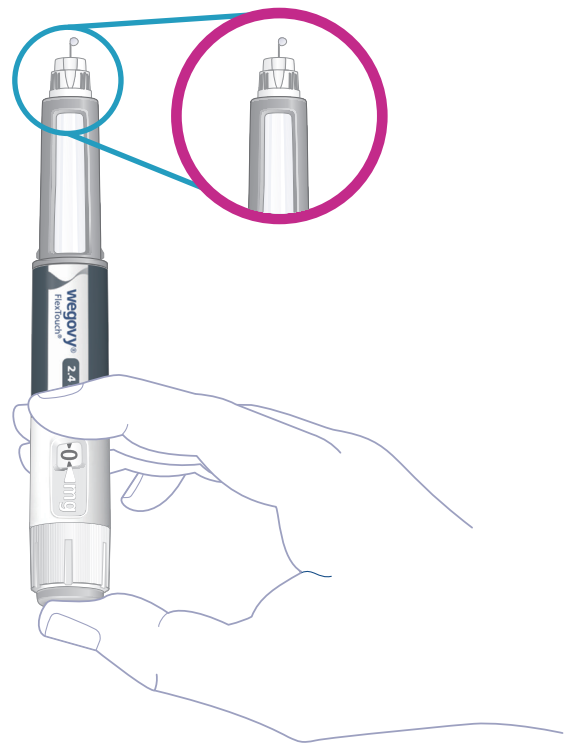
Wegovy® 週纖達® FlexTouch® 注射筆排除空氣

第一次使用新的注射筆，套上針頭後¹：

- 轉動劑量設定鈕，從 -0- 轉到排除空氣的符號 (■ ■ ▴)。
- 將注射筆遠離身體，針頭朝上。
- 按下給藥按鈕。
- 劑量指示窗會回到 -0-，此時針頭會出現一滴溶液。
- 注射筆可以使用了。

請切記！週纖達® FlexTouch® 注射筆只需排除空氣一次。

如果未出現一滴溶液，請參閱產品包裝的使用說明。



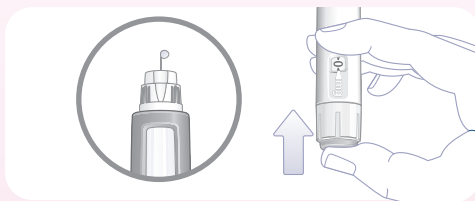
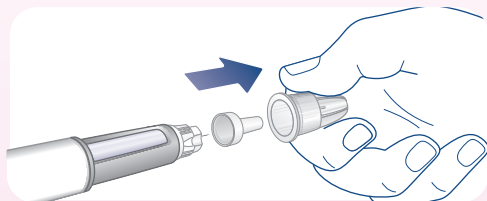
FlexTouch® 注射筆

非伸長式按鈕：推力低，好按壓。

* 根據 BEGIN 隨機分配試驗的資料，受試者為 222 名未曾使用胰島素的第二型糖尿病患者。

如何使用 Wegovy® 週纖達® FlexTouch® 注射筆¹

精心設計的預填式 FlexTouch® 注射筆，方便您自行用藥。¹



1 在注射筆裝上新的針頭

- 檢查注射筆的名稱、劑量和週纖達® 是否澄清無色。
- 每次注射必須使用新的針頭。撕下保護片，將針頭筆直推入注射筆，確實旋緊。
- 針頭上有 2 個蓋子，取下針頭外蓋，放在一旁備用，取下針頭內蓋並丟棄。

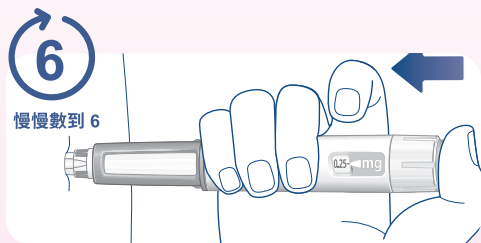
2 每次使用新的注射筆必須先排除空氣

- 如果是已經在使用的注射筆，請跳到步驟 3。
- 轉動劑量設定鈕，確認排除空氣符號對齊劑量指示線。
- 按住給藥按鈕，直到劑量指示窗刻度回到 0，而且對齊劑量指示線。
- 針尖應出現一滴週纖達® 溶液。



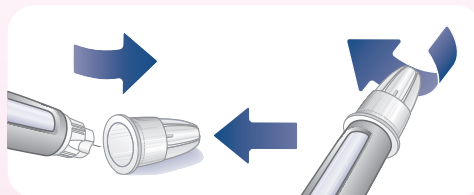
3 設定劑量

- 轉動劑量設定鈕，處方劑量 (例如 0.25 mg) 對齊劑量指示線時，表示已選擇您的劑量。
- 轉動劑量設定鈕，會聽到「喀嚓聲」。請勿依據「喀嚓聲」的次數設定劑量。



4 注射您的劑量

- 將針頭刺入皮膚。
- 必須能夠看到劑量指示窗，不要用手指遮住。
- 按住給藥按鈕，直到劑量指示窗顯示 0，然後慢慢數到 6。
- 劑量指示窗回到 0 時，可聽到或感覺到「喀噠聲」。
- 將針頭從皮膚拔出。針尖可能留有一滴週纖達® 溶液，這是正常現象。

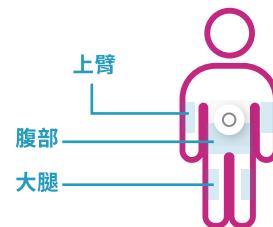


5 注射之後

- 將針頭前端套入針頭外蓋。
- 旋轉取下針頭，每次注射後務必立即丟棄針頭。
- 每次使用注射筆後請將筆蓋套回，避免週纖達® 受到光線照射。

注射部位

- 選擇上臂、腹部或大腿(距離肚臍5cm以上)。
- 可以每週注射在相同的部位區域，但是要避免和前一次相同的注射點。



掃描觀看，
注射步驟教學影片。

Wegovy® 週纖達® FlexTouch® 注射筆特色^{1,6}



✓ 每支注射筆含**4劑**的劑量，附 **4 支 4 mm NovoFine® Plus 針頭 (32G)**。



✓ 調整劑量時，**筆針不會伸長**，減少痛感。



✓ **轉到底即顯示劑量**，方便清楚識別不同筆針。



✓ 使用中可**常溫保存達6週**。



原裝進口針頭

- Superflow™ 技術
- 圓錐斜切口
- 獨特的扭轉式設計

劑量調整方式

治療將從每週一次 0.25 毫克低劑量開始，持續 4 週。
醫師將指示您每 4 週逐漸調高劑量，直至達到維持劑量。¹



此劑量設計有助於減少胃腸道相關不良反應的機率。醫師會定期評估您的治療。¹

忘記注射怎麼辦？¹

- 錯過一劑藥物，應在 **5 天內儘快施打**，超過 5 天則應跳過，依原訂時程繼續注射下一劑。
- 可改變每週注射的日期，但兩次注射之間應至少**相隔 3 天** (超過 72 小時)。



Wegovy® 週纖達® 的存放方式¹

- 拆封前：
 - 置於冰箱冷藏 (2°C-8°C)。不可冷凍。避免接觸冷卻元件。
- 使用期間：
 - 注射筆存放在低於 30°C 的溫度下，或未接觸冷卻元件的冰箱冷藏 (2°C-8°C) 時，可以保存 6 週。週纖達® 不可冷凍，如果經過冷凍，請勿使用。
 - 注射筆未使用時，請蓋上筆蓋，避免光線照射。
- 旅行時該怎麼辦？
 - 如果您要出遠門，請詢問醫師、護理師或藥師旅行時使用週纖達® 的相關資訊。



常見副作用

和所有的藥物一樣，週纖達® 也可能引起副作用，但並不是每個人都會發生。¹

最常見的副作用為胃腸道不良反應 (噁心和腹瀉)

通常為輕度至中度，而且隨著持續治療會逐漸改善。¹

嘔吐和腹瀉這類副作用可能導致脫水 (水分流失)，請務必補充大量水分，尤其是有腎臟問題的患者。如果您發生副作用或有任何疑問，請詢問醫師或護理師。¹



緩和和管理腸胃道副作用的建議⁷

建議



減少餐點份量



有飽足感或不餓時
停止進食



多喝水和食用
高纖維食物

避免



食用辛辣或
高脂食物



飲用含碳酸或
酒精飲料

健康地吃

從控制飲食減重

透過選擇正確食物、健康飲食行為，朝健康的體重邁進！⁸

控制能量攝取⁸



女

建議 1200-1500 大卡/天

男

建議 1500-1800 大卡/天

或



500-750 大卡/天

選擇正確食物⁸⁻¹¹



全穀雜糧

推薦糙米、五穀、
地瓜、南瓜



蔬果

增加膳食纖維



蛋白質

推薦黃豆製品、
魚、蛋、雞



開水

每天每公斤 30 毫升



拒含糖飲料、
酒精



拒高脂、高糖、
低纖維食物



拒零食、外食、
炸物

健康飲食行為^{8,10,11}



規律進食

正常三餐，不跳過
早餐



細嚼慢嚥



進食不過量

每餐八分飽



拒宵夜

睡前三小時
不進食

健康地動

從運動減重

肥胖者建議每週運動量 250-300 分鐘以上，養成習慣、健康減重！⁸

有氧運動^{8,12}



健走



慢跑



跳繩



騎腳踏車



跳舞



阻力訓練^{8,12}



爬樓梯



伏地挺身



抬腿



彈力帶



啞鈴



柔軟度訓練^{8,12}



瑜珈



皮拉提斯



運動的強度以中等強度為主

- 持續運動 10 分鐘以上還能順暢對話但無法唱歌。^{8,13}
- 感覺有點累，呼吸及心跳比平常快，也會流一些汗。¹³
- 建議的運動類型為健走、慢跑、爬樓梯、游泳、跳舞。¹⁴



纖達日記

您管理體重的好幫手！

豐富衛教資料庫

常見用藥 QA

用藥操作影片

直覺簡易地記錄與追蹤



LINE 使用介面



每日紀錄



今日紀錄報告



體重趨勢報告



AI營養分析功能

掃描QR code
了解如何使用



纖達日記

觀看纖達日記
介紹影片



加入纖達日記
LINE官方帳號



專業醫護人員隨時可為您提供協助。

與專業醫護人員安排定期約診，有助於減重計畫邁向成功。

Wegovy[®]週纖達[®] 劑量追蹤表

日期	劑量	備註

[illegible]