

<b>論文中文摘要</b>	
<b>中文題目</b>	運用健康信念模式及使用素食餐進行體重控制計畫
<b>英文題目</b>	Use of the Health Belief Model for Weight Control Promotion Using Vegetarian Meal Plans
<b>作者群</b>	<sup>1</sup> 侯沂錚， <sup>1</sup> 吳晶惠， <sup>2,3,4</sup> 鄭敬楓， <sup>1-5</sup> 郭展延， <sup>5</sup> 曾奕翔
<b>單位群</b>	<sup>1</sup> 台北慈濟醫院營養科， <sup>2</sup> 台北慈濟醫院小兒科， <sup>3</sup> 中央研究院生物醫學科學研究所， <sup>4</sup> 慈濟大學醫學院小兒科， <sup>5</sup> 台北慈濟醫院研究部
<b>摘要內容</b>	健康信念模式被用來評估人們對健康問題的信念，並預測對健康促進行為的參與度。過重和肥胖是可以通過更健康的飲食來改善的健康問題。台北慈濟醫院的 87 名員工參加了一個為期一個月的餐食計畫，該計畫提供 500 卡路里的素食餐。設計並實施了健康信念模式的調查問卷。每週測量身體組成（體重、身體質量指數、身體脂肪、身體水分和肌肉量）。此外，還分析了進餐的次數和訪問營養師的情況。整體而言，較高的自覺罹患性與體重、體脂和肌肉的減少有關。較高的自覺利益或較高的自覺障礙都與體重和體脂的減少有關，但與身體水分和肌肉的增加有關。在過重或肥胖組中，發現自覺障礙與體重之間具有顯著相關。在健康信念模式和總餐數或營養師會診的次數之間沒有發現顯著相關。自覺益處和障礙與體重、體脂、身體水分和肌肉的變化具有顯著相關。以蔬食餐食計畫作為行動的提示，健康信念模式可以用來預測身體組成的變化。
<b>刊載雜誌資訊</b>	英文：New Century Health Publishers 中文：新世紀健康出版社(直譯) 卷(冊)：20 起始頁碼-結束頁碼：1-10
<b>發表年代</b>	2022
<b>SCI 影響係數</b>	2.0
<b>本論文在學術上之重要發現或貢獻</b>	整體而言，較高的自覺罹患性與體重、體脂和肌肉的減少有關。較高的自覺利益或較高的自覺障礙都與體重和體脂的減少有關，但與身體水分和肌肉的增加有關。在過重或肥胖組中，發現自覺障礙與體重之間具有顯著相關。在健康信念模式和總餐數或營養師會診的次數之間沒有發現顯著相關。自覺益處和障礙與體重、體脂、身體水分和肌肉的變化具有顯著相關。以蔬食餐食計畫作為行動的提示，健康信念模式可以用來預測身體組成的變化。