

# 戀愛墳墓讓人變胖

## 結婚讓男性增重 2.18Kg 女 2.54

經濟學家：節約成本、不再約會 無動機為悅己者容

## 結婚越久 男女體重越接近

社會學家：胖先生或胖太太對婚姻滿意度較高

「中年發福」是一般人對於年紀漸長後，身體代謝機能衰退、缺乏運動的常態發展；但在不同領域的學界不斷有新的研究，有別於醫藥界的傳統看法，不妨莞爾一笑；如兩位學者在2002年的研究就發現：結婚使男性的「身體質量指數」(BMI = 體重/身高的平方)增加 0.7，女性則增加 0.96，對典型的美國人來說，這相當於男性增加 4.8 磅(約 2.18 Kg)，女性增加 5.6 磅(2.54 Kg)。反之，離婚則各讓男性及女性的 BMI 減少 0.27 及 0.63。另外，這份研究還指出：「隨著時間經過，配偶彼此的體重會更接近。」

結婚讓人們變得體重更重，在不同國家都有研究陸續發現此一類似現象，學界也曾提出過解釋，不外乎是吸收更多食物，或婚後改變生活習慣，如：變得愛運動，或戒菸，而戒菸會導致體重增加等。

近來兩位經濟學家的研究，對這個現象提出新解釋：人們婚後體重增加，是因為不會再投入約會市場，因此無動機「女(男)為悅己者容」，體重便直線上升。

人們在約會市場會釋放各種訊息以吸引對象，這些訊息包括名牌服飾、出身名校、擁有一個好身材等，這些訊息都是「個人廣告」，但在經濟學家眼中，人們要打這種廣告須負擔成本；如：想練出好身材或維持標準體重，就得花時間運動或準備健康餐，而人們是否願意負擔這些成本，取決於他們認為在約會市場能否獲得效益一

一也就是交到理想對象而定。

已婚者比未婚者平均體重還重，經濟學家的解釋是：這是因為已婚者無動機再投入約會市場(有心外遇者例外)，因此不用再注意自己的儀表以吸引對象，體重也無心維持而增加。

學者利用荷蘭的 13 年人口數據，將人們分成 3 種族群：已婚者、只訂婚而未結婚、同居者，結果發現同居者的體重，比已結婚者還輕，而人們與某一對象建立關係越長(結婚最長，只訂婚次之，同居最短)，這些人的體重也越重。

在學者眼中，人們是否願意維持體重，乃是成本—效益間的選擇，不管是用什麼方式維持體重(運動或健康飲食)，都得花時間和金錢，而人們是否願意付出這些成本，取決於在約會市場是否能交往到理想對象，但已婚者既已走入「戀愛墳墓」，無動機在約會市場擇偶，自然不肯花成本維持體重。

美國康乃爾大學社會學家索柏的研究就顯示：高中女生比她們的男同學更關心自己的體重，但她們和體重過重的男性約會的意願，卻比男性和體重過重女性約會的意願還高；一旦結婚，胖丈夫對自己婚姻比一般男性更快樂，胖妻子對婚姻也比一般女性更滿意。

誠如《傅雷家書》所言：「對終身伴侶的要求，正如對人生的要求一樣，不能太苛。」對待婚後體重，除健康考量外，亦該如此。(98. 3/27：摘錄、整理自《商業周刊·1110》)