

体重管理门诊来了 教你科学“享瘦”

N 新华社

今年4月,国家卫生健康委办公厅、国家中医药局综合司联合发布《关于做好健康体重管理门诊设置与管理工作的通知》,要求国家卫生健康委、国家中医药局属(管)、省(区、市)属综合医院、儿童医院、中医医院要在2025年6月底前基本实现健康体重管理门诊设置全覆盖。

目前体重管理门诊开设情况如何?公立医院在健康减重方面有什么“秘诀”?

科学减重需求旺盛

走进北京大学第一医院多学科联合减重门诊,候诊区坐满了人。42岁的王女士身高1.65米,体重达85公斤,体检时血糖偏高让她心急如焚。“以前减肥盲目节食,总是反弹。”王女士说,“听说这里能科学减重,就赶紧来了。”

像王女士这样的案例并非个例。国家卫生健康委数据显示,我国18岁及以上居民超重及肥胖率已

超50%。肥胖及相关代谢性疾病,如高血压、糖尿病、高血脂等,已成为影响国民健康的重要公共卫生问题。

肥胖率攀升的背后,是现代社会生活方式的深刻变化。快节奏的工作模式让“久坐”成为常态,外卖、快餐等高热量饮食占据日常餐桌,运动时间却严重不足。

此外,儿童肥胖问题同样不容忽视。中国疾控

中心数据显示,当前,我国6岁至17岁儿童青少年超重肥胖率约为19%。专家指出,超重肥胖儿童往往合并多种代谢紊乱问题,还易产生焦虑、抑郁等心理健康问题。

为了减肥,很多人尝试过极端节食、代餐甚至减肥药,但往往反弹快,甚至损害健康。科学减重需要医学干预,而非盲目尝试。

北京大学第一医院多

学科联合减重门诊暨减重中心副主任医师陆迪菲表示,体重管理不是单纯减重,而是改善整体健康。

据不完全统计,目前全国多地医院已开设体重管理门诊。其中,苏州已有37家医院设立健康体重管理门诊;上海大部分市级医院和区级医院、近半数的社区卫生服务中心都已开设与体重管理相关门诊。

如何让科学减重“可持续”

尽管体重管理门诊发展迅速,但在落地过程中仍面临理念、人才、考核机制等挑战。受访专家表示,未来需从政策支持、公众教育、技术创新等方面进一步完善。

据了解,目前一些医院未将体重管理纳入科室考核指标,导致医务人员积极性不高。专家建议,可开发智慧管理系统自动抓取减重效果数据并换算为绩效点数,比如,管理1例成功减重10%的患者,团队可获得相当于3个普通门诊的绩效。

记者了解到,目前多数地区的体重管理门诊费用需患者自费,部分检查项目、减重药物等未被纳入医保,导致一些患者因经济原因无法坚持全程管理。北京大学第一医院儿童医学中心儿内科研究员韩颖建议,探索医保

支付方式改革,推动将部分体重管理服务纳入基本公共卫生服务项目。

韩颖说,儿童科学减重速度应是每周0.5公斤左右,过快减重可能导致肌肉流失、代谢下降。建议加强健康宣教,提高公众对科学减重的认知。同时,相关部门应加强监管,确保体重管理服务的科学性和规范性,避免被商业行为带偏。

受访专家建议,下一步应制定国家标准,建立从筛查诊断到随访管理的全流程规范,推动“互联网+体重管理”模式,让科学减重服务更可达。同时,鼓励支持有条件的基层医疗卫生机构设置体重管理门诊,未来更多社区医院有望成为居民健康减重的“第一站”,形成“医院—社区—家庭”联动机制。

体重管理门诊 并非简单“开减肥药”

记者走访多地发现,体重管理门诊并非简单“开减肥药”,而是结合医学评估、营养指导、运动处方、行为干预等综合手段,形成个性化方案。

“与商业机构相比,公立医院体重管理门诊的核心优势在于其医疗专业性和科学规范性。”中国医院协会常务副会长毛群安说。

北京大学第一医院多学科联合减重门诊为王女

士提供了一整套减重方案:接诊医生先对她进行体脂分析、代谢率检测和饮食习惯评估,然后临床营养师为她制定低升糖指数饮食方案,运动康复师根据她的膝关节情况推荐游泳和快走结合方式。

苏州市立医院院长陈彦介绍,体重管理中心并非由一个科室单打独斗,而是采用多学科协作模式,由内分泌科、运动医学中心、营养科、消化内科、

胃肠外科、中医科、体检中心等多学科团队紧密协作,确保患者获得全方位健康管理支持。

中医在体重管理中发挥着独特作用。“中医讲究‘治未病’与整体观,体重管理要通过调理脾胃、祛湿化痰等方式重建人体代谢平衡。”苏州市立医院康复院区中医科主任王晓文说。

部分基层社区医院也在试点体重管理服务。杭

州市拱墅区长庆潮鸣街道社区卫生服务中心的营养体重管理门诊自2024年7月开设以来,门诊业务量维持在每周6至10人,已累计管理110余名就诊者,其中减重2.5公斤以上的就诊者达22人。中心主治医师许丽琼表示,社区门诊的优势在于价格亲民、就近便捷,且能结合慢性病管理,为高血压、糖尿病患者提供长期膳食指导。

颈部“定时炸弹”咋拆? 一根针即可“解结”

女子甲状腺长5厘米结节,颈部被压迫多年,医生用一根仅1毫米粗的“热消融针”,40分钟就将结节“灭活”

N 海都见习记者
何丹莹 蔡怡晴

近日,30岁香港白领林女士因颈部长5厘米甲状腺结节来福州求医,医生用一根仅1毫米粗的“热消融针”,在超声“导航”下精准刺入结节,通过65℃~95℃高温,用时40分钟将其“灭活”,术后颈部无痕且甲状腺功能完好。

甲状腺疾病更“偏爱”女性吗?生气会影响甲状腺吗?查出甲状腺疾病后如何选择治疗方式?5月25日是世界甲状腺日,本报邀请专家,为大家答疑解惑。

用时40分钟 告别多年“大脖子”

“其他医生说要切掉甲状腺,以后每天都要吃药。”30岁的香港职场白领林女士,颈部被甲状腺5厘米大的结节压迫多年。此前香港多家医院都告诉她需采用开放手术切除甲状腺,因担忧传统手术需“切甲状腺+终生服药”的副作用,

用,未婚未育的她一直不敢治疗。

去年体检时,林女士发现结节又变大了,得知省立医院能通过甲状腺结节射频消融术“去瘤保甲”——既能有效清除病变,又能避免传统手术切除甲状腺,减少终生服药风险,便前来求

诊。经内分泌与代谢病医学中心团队超声评估与穿刺活检,确诊结节为良性。内分泌科、超声科、甲状腺(疝)外科等多科室专家联合会诊后,决定采用静脉镇静镇痛下甲状腺结节射频消融术进行治疗。

“手术仅40分钟,术后

超声造影显示结节完全灭活,林女士也没有出现疼痛、声音嘶哑等并发症,第二天就重返工作岗位。一年后复查结果显示,她右侧消融灶吸收率达90%,甲状腺功能正常。”内分泌与代谢病医学中心副主任、超声医学科主任医师吴松松说。

针尖产生高温 可将肿瘤细胞“煮熟”

“甲状腺消融手术就像用一根‘神奇’的针,在超声等影像技术的‘导航’下,精准地插入到肿瘤内部。然后通过射频或微波等方式,让针尖产生高温(通常在65℃~95℃)。这种高温会像‘煮鸡蛋’一样,让肿瘤细胞凝

固、坏死,从而达到‘烧死’肿瘤的目的。”吴松松说。

除了甲状腺良性结节,部分甲状腺癌也可通过这项技术实现“去瘤保甲”。近日,省立医院超声医学科参与制定了国际第一版“甲状腺乳头状癌T1N0M0热消

融治疗国际专家共识”。该共识突破了热消融技术在甲状腺治疗中的上限,“治疗范围从1厘米以下的恶性肿瘤扩展到2厘米以下,从单一肿瘤治疗到多发肿瘤治疗。”吴松松表示,多数患者术后1小时即可恢复正常生活。

致 歉

惠安县云想农业科技有限公司:

我单位就2025年5月公益宣传活动中未经授权使用“海的女儿”惠女IP形象一事,深表歉意。因版权意识不足,未事先沟通即使用4个形象素材,侵害了原创权益。事件发生后,我中心已立即删除侵权内容并主动联系协商。现承诺:严格履行版权审核程序,杜绝类似问题;并全力配合贵司维权并依法担责。

谨向贵司致以诚挚歉意,恳请谅解!

特此声明。

惠安县和惠社会工作服务中心
2025年5月27日

声 明

本人覃炳辉,身份证号:350600196604141016,本人位于梦城区文川里163号(地号东南1792-4)房产已在2020年5月4日被征收(丈量编号:B19)砖木结构41.5㎡(上述房产为本人合法继承)。如对该部分房屋产权及继承事宜有异议,请在7日内持被征收房屋产权证证明及居民身份证等相关材料到江滨花园项目历史遗留问题处置工作指挥部(地址:建元路与解放路交汇处往西南方向100米。联系电话:0596-2571707)申报,特此声明。

声明人:覃炳辉
2025年5月27日