



## 三级公立医院将全部提供健康体重管理门诊 专家建议

## 体重门诊服务应下沉至社区卫生服务中心

□ 本报记者 张守坤  
□ 本报见习记者 张嘉幸

近日,长年饱受体重困扰的北京市民张先生听说不少三甲医院开设健康体重管理门诊后,抱着试一试的心态挂号就诊。

张先生说:“十几年来,我的体重一直都在200斤以上。曾尝试过几次减重,但效果并不好。这次到医院看门诊,希望能够瘦下去。”据他介绍,在医院,医生询问了他的身体情况并进行抽血等检测。

“我一直以为有糖尿病,但从检测结果来看,血糖值在正常范围内。医生开了药,按时服用一个星期后,我瘦了3斤,精神状态也好了。”他高兴地说。

在近日召开的全国卫生健康工作会议上,国家卫生健康委确定2026年全系统为民服务十件实事,其中一件是,三级公立医院均提供健康体重管理门诊服务,降低慢性病对人群健康的危害。

从2024年16部门联合发起“体重管理年”,到2025年不少三甲医院陆续开设体重管理门诊,再到2026年要求三级公立医院全覆盖,体重一直是全民热议的话题。

## 肥胖问题不容乐观

在广东的陈女士看来,如果察觉体重超标,去医院体重管理门诊挂号做检查很有必要。

“去年底,我去医院营养减重门诊检查。因为BMI(即身体质量指数,用体重公斤数除以身高米数平方得出的数字,是目前国际上常用的衡量人体胖瘦程度以及是否健康的一个标准)偏高,所以医生用仪器进行体脂测量,然后结合我的生活习惯制定了饮食食谱,推荐适量运动。坚持一个月后,体重减了5斤。”陈女士说。

在她看来,去医院减肥并不意味着吃药、打针甚至做手术,而是在医生的指导下,对身体更加了解,包括导致肥胖的原因究竟是什么,在此基础上进行科学减肥。

她说:“我只负担了挂号费用和检查费用,加起来不到100元,竟然给身体带来这么大的转变,很值得。”

值得注意的是,我国居民肥胖问题不容乐观。国家卫生健康委发布的《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》显示,成年居民超重肥胖率超过50%,6至17岁儿童青少年超重肥胖率近20%,6岁以下儿童超重肥胖率达10%。

据了解,高血压、高血脂、冠心病都与肥胖有关;大多数2型糖尿病患者超重或肥胖,长期血糖失控还可能对肾脏、眼睛造成损害,就连关节也会被连累。对女性来说,体重超标容易导致月经不调、多囊卵巢综合征,甚至影响生育;男性则可能出现激素紊乱,影响生殖功能。而且,肥胖带来的伤害是慢慢积累,早期可能没有感觉,等真的出现症状,往往情况已经比较严重。

受访专家介绍,体重管理是一项系统性工程。体重管理门诊通常由医生、营养师、运动指导师等多学科团队组成,更像一个诊断和指导中心,能够帮体重超重者科学评估身体状况,找到肥胖的真



正原因,提供个性化减重方案。

记者注意到,虽然很多医院都有体重管理门诊,但具体而言,门诊名称并不相同,有的叫作中医体重管理门诊,通过辨识体质,采用中药、针灸等手段调理身体机能;有的叫作内分泌体重管理门诊,如果怀疑是因为甲状腺、性激素等问题导致的肥胖,可以在这里进行检查;有的叫作营养体重管理门诊,医生会通过人体成分分析、代谢率测定等定制食谱和营养补充方案等。

## 体重超标危及生命

广东省广州市的梁先生由于久坐、饮食休息不规律,身体逐渐“发福”,不到40岁体重一度飙升至425斤,甚至无法正常下地行走。

“即便如此,当时梁先生还觉得自己的问题不大,只是胖了些。”中山大学孙逸仙纪念医院胃肠外科主治医师,逸仙减重负责人朱满生向记者介绍了一位患者的经历。经过初步检查,梁先生全身水肿,BMI甚至达到 $69.4kg/m^2$ (按照我国标准,BMI大于或等于 $24kg/m^2$ 为超重;BMI大于或等于 $28kg/m^2$ 为肥胖)。更为严重的是,梁先生被确诊为呼吸衰竭。

直到看到身体数值,梁先生才意识到,生命已岌岌可危。

为了降低手术风险,在进行多学科会诊后,医

院为他制定了个性化的“药物+代餐”减重方案。经过1个月的减重,梁先生减重63斤,皮肤水肿溃烂基本消失,能够恢复下地活动。经过多学科团队再次研判,梁先生接受了腹腔镜袖状胃切除术,术后恢复顺利。

“我们持续跟进,帮助他进行体重管理,一年后,梁先生再次减重160斤左右。”朱满生介绍说。

朱满生印象比较深刻的还有一位14岁青少年患者,身高1.7米,但体重已经达到250斤。

“孩子平时的学习压力较大,作息不规律,体重逐渐上涨。”朱满生说,当时对其进行了一系列肥胖相关的疾病筛查,匪夷所思的是,该患者居然还有2型糖尿病,这种病一般是中老年人才会患有。

“我们持续跟进,帮助他进行体重管理,一年后,梁先生再次减重160斤左右。”朱满生介绍说。

朱满生印象比较深刻的还有一位14岁青少年患者,身高1.7米,但体重已经达到250斤。

“孩子平时的学习压力较大,作息不规律,体重逐渐上涨。”朱满生说,当时对其进行了一系列肥胖相关的疾病筛查,匪夷所思的是,该患者居然还有2型糖尿病,这种病一般是中老年人才会患有。

“我们持续跟进,帮助他进行体重管理,一年后,梁先生再次减重160斤左右。”朱满生介绍说。

“我们持续跟进,帮助他进行体重管理,一年后,