

名称不同但各具亮点

宁波20多家医院已开设体重门诊

“体重医生”定制的“减肥大计”，已让不少市民完成“蜕变”

近日，国家卫生健康委员会主任雷海潮在民生主题记者会上表示，将持续推进“体重管理年”行动，引导医疗卫生机构设立体重门诊。

记者了解到，宁波20多家医院开设了体重管理相关的门诊，已有市民根据“体重医生”定制的“减肥大计”，完成了“蜕变”。

1 体重门诊成多家市级医院“标配”且开辟出了各自独有的“赛道”

记者梳理发现，与体重管理相关的门诊，俨然成了市级医院的“标配”：宁波大学附属第一医院的“宁波市肥胖俱乐部”；宁波市第二医院的医学体重管理联合门诊；宁波市医疗中心李惠利医院的减重中心；宁波大学附属妇女儿童医院的儿童体重管理门诊及营养咨询和体重管理门诊；宁波市中医医院的中医减重中心等。

很多人好奇，医疗机构是怎么干预体重的？

据了解，体重管理相关门诊通常采取阶梯式综合干预策略，主要包括生活方式调整、药物治疗和减重代谢手术三类方法。根据每位患者的发病原因、体质状况、性别差异等具体情况进行治疗，突出多学科诊疗的优势，给出最科学合理的治疗方案。

显然，多学科、多元化、个性化是体重门诊共同的标签，但各家市级医院也开辟出了独有的“赛道”。

宁波大学附属第一医院是市级医院里“冲”在最前头的。早在2015年7月，该院内分泌团队就建立了多学科联合的减重干预团队“宁波市肥胖俱乐部”，是当时全国首批开展多学科

科全周期肥胖生活方式管理的医院。10年间，该院内分泌科主任励丽带领团队帮助6771人瘦身成功，共计甩掉42202.96公斤赘肉。经过多年发展，该团队逐渐完善并形成了科学体重管理的“宁波模式”。今年2月，宁大一院成为宁波市体重管理指导中心挂靠单位。

宁波市第二医院于2018年开始利用学科优势，多学科联合、多措并举帮助“胖友”减重。在该院减重外科，每年的手术量近百例。今年，该院对减重MDT（多学科诊疗模式）团队进行了升级，成立医学体重管理联合门诊，创新推出医学体重联合管理和疑难重度肥胖症多学科会诊互为补充的“华美模式”。

在手术干预、药物治疗等多种治疗手段不断涌现的同时，传统中医药也为肥胖的治疗提供了新的视角和解决方案。宁波市中医院中医经典病房开设的中医减重中心，已形成以中药内服为主导、中药外治为辅助、诊后健康行为训练为延伸的中医药减重体系，临床应用减重效果良好。

2 区县级医院体重门诊纷纷开诊更侧重于慢性病的共管共治

随着体重门诊大热，很多市民不经意间发现，其实区县级医院也开设了体重管理相关的门诊：镇海区人民医院肥胖（内分泌）门诊、奉化区中医医院肥胖与代谢病门诊、象山县第一人民医院减重门诊……

相比市级医院，区县级医院的体重管理相关门诊更侧重于将超重肥胖及其合并的高血压、高血糖、高血脂、高尿酸等慢性病共管共治，开展共同危险因素预防、联合筛查、管理随访、生活方式指导等。

“我们医院的肥胖（内分泌）门诊是2022年开设的，主要是面向因肥胖或超重导致代谢性疾病的人群进行规范的筛查和诊疗。”江秋燕是镇海区人民医院内分泌科主任医师，她常年和糖尿病、高脂血症、肥胖症、痛风等患者打交道。她告诉记者，该院设立肥胖（内分泌）门诊以来，每年都会筛查出潜在糖尿病患者和继发性肥胖患者，进行针对病因综合管理，其间有至少20名不孕不育女性通过减重成功受孕。

由于内分泌代谢性疾病多属于慢性病，慢性病管理需要长期性和连贯性，为方便患者咨询和宣教健康知识，江秋燕先后组



江秋燕在门诊中。

建了10个患者微信群，总共吸纳了2700余名患者。她还带着团队形成线上线下多种宣教模式，每周定期推送科普视频。

记者从奉化区中医医院了解到，该院于去年9月开设肥胖和代谢病门诊，还特别成立了由内分泌科张洁吉主任牵头的减重管理小组及专业MTD团队，为肥胖人群定制个性化减重计划，包含体重评估及检测、内分泌管理、营养干预、中西医结合治疗等。

40岁的张先生（化姓）是该门诊开设以来的其中一位受益者。初诊时，张先生体重为105公斤，血压高达210/110mmHg。他时常感到疲倦、气短，日常行动颇为不便，还饱受高血脂、高血糖等健康问题的困扰。经过半年治疗，张先生成功减重15公斤，血压、血脂、血糖等指标也趋于稳定。

结合“家庭医生签约”制度 宁波已形成切实有效的基层减重模式

推动体重管理门诊建设和发展，需要纵向推动优质医疗资源扩容下沉，将体重管理的触角延伸到基层。宁波已有三甲医院与社区卫生服务中心合作，结合“家庭医生签约”制度，以家庭医生为“针”、以上级医疗机构的专业指导为“线”，将体重管理理念“缝”进签约人群的生活中。

2022年1月，为深化落实健康宁波行动，在宁波市健康办支持下，以宁波大学附属第一医院内分泌团队为主要班底的宁波市健康生活方式研究中心正式启用。2023年，宁波市健康生活方式研究中心开启全新探索，与北仑区戚家山社区卫生服务中心展开全面合作，结合家庭医生签约服务，优化形成一套基层健康减重7+3（戚家山）模式。

所谓的7+3（戚家山）模式，指的是通过调查、评估、运动、饮食、行为、监测和评价这7大模块，围绕三大主线：多学科团队

联动，强化家庭医生协作；全方位关心关怀，关注患者身心俱变；全流程管理，实现减重量变到质变，最终形成健康体重管理模式。

记者从北仑区戚家山街道社区卫生服务中心了解到，该中心的体重管理门诊对超重/肥胖者建立专属管理群组，并结合微信小程序关注肥胖患者的每一餐、每一次加餐、每一次运动和每一个不良行为的改变，实时开展线上线下交互指导和干预，实现全周期全流程管理。

实践下来的成果怎么样？截至目前，该中心已科学指导265位患者开展健康体重管理，并成功减重1387公斤，帮助患者延缓或缓解了慢性疾病的发生和发展。

据了解，下一步，宁大一院还计划在另外8家社区卫生服务中心推广减肥门诊和基层减重服务。 记者 庞锦燕



近日，宁波大学附属第一医院成为全国首批健康减重营科普单位。