

5月11日是“世界防治肥胖日”

肥胖可引发多种疾病

应注意科学减重

5月11日是“世界防治肥胖日”，国际医学杂志《柳叶刀》发布的最新数据显示，中国有9000万肥胖人群，其中1200万属于重度肥胖。专家指出，肥胖可以导致心血管问题，甚至消化系统问题、中枢神经系统问题、心理问题等。对于肥胖人群来说，应注重科学减重。

肥胖是疾病之源

“肥胖理论上讲是一类因为体重增加所引起的一系列的症候群，它可能影响到很多脏器的功能。”中国医师协会外科医师分会肥胖和糖尿病外科医师委员会副主任委员、中国医科大学附属第四医院副院长王勇教授说，WHO对肥胖的定义，是根据体重指数(BMI, Body Mass Index)来计算的。

中国医师协会肥胖和糖尿病外科医师委员会副主任委员、南京医科大学第一附属医院减重代谢外科主任梁辉教授表示，当前，中国肥胖人群的特点包括腹型肥胖比例较高，青少年肥胖率增长较快，北方人群肥胖比例比南方高等。他认为，大部分中国肥胖人群可能和其生活方式密切相关，比如高热量的饮食。此外，环境污染、精神压力，包括一些慢性的炎症等疾病，在形成肥胖过程中都起到了很重要的作用。

肥胖是疾病之源，从头到脚，每个系统和器官都会受到肥胖的危害，或者产生相关的疾病。梁辉教授补充说，例如

中风跟肥胖是密切相关的，与代谢相关的包括高血脂、高胰岛素血症、糖尿病等，跟呼吸系统有关的最明显的是睡眠呼吸暂停综合征等。此外，肥胖对性激素、生育方面也有很大的影响，肥胖与很多肿瘤也密切相关。

肥胖病人应注意科学减重

专家介绍，控制体重需要长期保持能量摄入比，加强运动锻炼和体力活动，改变静坐乏动的生活方式，必要时应在医生的指导下配合药物治疗。对重度肥胖者，还可进行减重手术治疗。

什么样的人适合做减重手术或者是代谢手术？梁辉教授介绍道，中国医师协会肥胖和糖尿病外科医师委员会以及中华医学会内分泌学分会都制定了相应的指南。体重指数超过32.5，不管有没有糖尿病都推荐减重手术，因为自己减下来的可能性微乎其微，而这个体重会带来潜在的风险；体重指数在27.5到32.5之间，合并有两三种代谢疾病和代谢相关的问题，也应该考虑减重手术治疗。从病人的年龄来讲，现在推荐的是16岁到65岁之间，同时，要小心有一些病人可能有手术的禁忌证或者是麻醉的禁忌证。

需要注意的是，减重手术的麻醉对于麻醉医生来讲是极大的挑战。中华医学会麻醉学分会委员、南京医科大学第一附属医院麻醉科主任刘存明教授

表示，在术前，肥胖病人有很多合并症以及呼吸功能不全，往往具有抑郁或者自闭心理。到手术后，护理方面存在挑战，病人皮下脂肪很厚，要找到静脉打一针或者移动病人都很困难。在麻醉诱导阶段，肥胖病人要上麻醉都是选择全身麻醉，要进行气管插管。但因为这些病人本身呼吸道不是很通畅，有呼吸暂停综合征或者打鼾，用一点点药以后，呼吸道就容易完全不通，这个是很大的挑战。在术后，病人需要恢复到能够满足其自身需求的状态，才能拔出气管、导管，恢复到麻醉后正常的状态。如果用麻醉药尤其是肌松药后，病人肌肉力量会下降，从而导致呼吸不畅，术后拔管就更困难，这就需要医生给病人用一些拮抗药。

天津市麻醉学研究所所长、天津医科大学总医院麻醉科主任于泳浩教授指出，减重代谢最终目的不是为了美，肥胖患者最大的问题是来自于身体内部的改变，就是各种合并症的出现。他认为，这种情况下一旦符合适应证，就要尽快进行手术。

针对外界不少人关注的医美减肥，专家提醒，医美最早介入减肥领域是吸脂、抽脂、切脂等对皮下脂肪所做的一系列手术，但其实皮下脂肪具有储存保护人体的能量作用，大多数的情况下是有益的，真正对人体的脏器功能有害的是内脏脂肪。(李亚南)

导读

市二院成功为83岁老人实施腹腔镜下结肠癌根治术

[B2]

市妇幼保健院生殖遗传科专家提醒：预防出生缺陷 孕育健康宝宝

[B4]

手脚有肌肉 健康又长寿

[B5]

男子街头发病 巧遇护士林洁

[B7]

学龄前儿童看动画片 每次不宜超15分钟

[B7]



健康视界



平顶山金融圈



5月11日上午，市第一人民医院内分泌代谢科联合营养科在门诊楼前开展“世界防治肥胖日”大型义诊活动 王俊豪 摄