

三个月减重30多公斤 减重手术帮“胖友”重塑健康

本报讯 肥胖就好比一场噩梦，对于每个“胖友”来说都有一个痛苦的减肥历程，甚至都经历了相似的减肥方法和心理折磨。这不，三个月前，在市第一人民医院新院区普外科三病区(胃肠肝胆胰外科)做完减重手术的晓江(化名)，提及自己减肥的历程有道不尽的心酸。

减肥路上的心酸：胖到浑身没劲

25岁，身高160厘米，体重100多公斤，BMI严重超标……家住卫东区的姑娘晓江如果不是生活受到影响，她可能不会想到进医院做减重手术。

当很多人都在为自己胖了几公斤发愁的时候，晓江对这些数字完全没有概念，她已经记不清自己各个阶段的体重数字了。她察觉到身体不对劲，是因为她感到有些走不动路了，走几步就气喘吁吁，平日里觉得浑身没劲，爱打瞌睡。

爱美之心，人皆有之。晓江也希望像其他女孩一样，能穿上漂亮的衣服。多年来，她一直在努力尝试减肥，但屡屡失败，即使减下来又会迅速反弹，这让她很“心塞”。她开始正视自己的健康问题，逐渐意识到只有减重手术才能帮到自己。

“其实在很早之前，我就了解过减重手术，只是一直没有勇气去做这个手术。”晓江说，看着自己难以控制的体重和日渐臃肿的身体，经父母同意之后，她选择了到医院做

减重手术。她了解到，市一院普外科三病区(胃肠肝胆胰外科)有着专业的减重外科团队，已经成功为大量肥胖患者解决了多年的困扰，她决定进行手术减重。结合晓江的实际情况，该病区主任王结实为她行腹腔镜下袖状胃切除术，手术进行顺利，术后三个月，晓江的体重就减少了30多公斤。

“这里的团队让我很安心，术前为我进行全面的身体检查，了解我的肥胖史和减肥史，详细跟我说明手术方式及原理，耐心解答我的疑虑。术后减重代谢个案管理师也会对我进行一对一的指导，告诉我术后的营养方案、饮食方案以及术后的注意事项。”晓江说道。

减重手术最大的获益不是减重

王结实介绍，减重手术只需要在腹部打几个小孔，创伤小、并发症少、术后恢复快。它的基本原理是通过减少胃的容积或改变食物的路径以达到减少热量摄入和吸收。术后一般在一年到一年半的时间达到最终效果，之后就能基本维持在这一水平。晓江属于典型的单纯性肥胖，伴有睡眠呼吸暂停综合征，无合并代谢综合征，术后除了体重减轻，睡眠呼吸暂停综合征也得到了改善。

据了解，所谓的单纯性肥胖是非疾病原因的肥胖，可能与遗传、饮食和运动等相关。在日常生活中，除了单纯性肥胖外，很多人并没意

识到过度肥胖还会引起很多慢性病，例如，Ⅱ型糖尿病、心血管病、脑血管病、代谢综合征等，严重影响身体健康，导致工作生活质量大幅下降。

王结实表示，现在治疗肥胖的方法有很多，包括生活方式干预、药物治疗、针灸减肥等。但王结实指出，这些保守治疗的方法都有一个共同问题，就是停止治疗之后会引起“反弹”，而且减重过快会导致营养不良。减重手术恰恰能弥补这一不足，同时还能消除肥胖带来的一系列健康危害，改变机体代谢，真正起到防病治病的作用。

减重手术要科学管理和严格把关

既然手术效果这么好，是不是所有肥胖的人都可以采用手术来减肥呢？王结实表示，减重手术虽然有效，但并不是所有肥胖者都适合，还需科学管理，严格把关。BMI是目前临床判断超重和肥胖的最常用、简便的指标。针对单纯性肥胖人群， $BMI \geq 37.5$ ，建议积极手术； $32.5 \leq BMI < 37.5$ ，推荐手术。

更值得注意的是，做完减重手术后不代表就一劳永逸了。王结实强调，术后的管理非常重要，手术台上的成功仅仅是一个开端，术后的长期随访、生活方式的改善和饮食营养管理才是确保手术成功的重要保证。因此，患者在术后要积极配合医生，做好饮食等各方面的管理。(李莹)

宝丰县胸痛中心联盟暨第三批胸痛救治单元建设启动会成功举办

□记者 魏应钦 通讯员 吴菲

本报讯 为建立科学的胸痛区域协同救治体系，提高胸痛救治能力和水平，促进宝丰县各医疗单位胸痛诊疗技术发展，3月11日，宝丰县胸痛中心联盟暨第三批胸痛救治单元建设启动会于宝丰县医疗健康集团人民医院举行。

中国心血管健康联盟、胸痛中心总部培训部主任姬娜远程线上参会，中国胸痛中心联盟副主席、河南省胸痛中心联盟主席、阜外华中心血管病医院副院长高传玉，平顶山市胸痛中心联盟副主席王蕾，宝丰县四级调研员谢水池，宝丰县卫健委党组书记、主任、县医疗健康集团党委书记赵延军，该集团领导班子成员、人民医院领导班子成员及相关单位成员、村医等参加。会议分别由宝丰县医疗健康集团人民医院党委书记、院长郭首学，副院长闫素霞主持。

开幕式上，高传玉在讲话中对宝丰县胸痛中心联盟提出了殷切期望，希望宝丰县医疗健康集团人民医院胸痛中心与联盟成员单位紧密合作、培养基层胸痛专科人才、不断提升急性胸痛救治能力，并带动县域内各医疗机构对胸痛患者的诊疗水平同步提高，更好地为全县人民的身体健康保驾护航。

谢水池发表致辞并提出工作要求，要把胸痛中心联盟作为相互交流、共同发展的平台，充分发挥专业优势，通过技术帮扶、学术交流等方式，促进联盟医院的深度合作，提高胸痛疾病的救治能力，共同发展，为宝丰县胸痛患者提供更好、更快、更及时的救治。

赵延军宣读了《宝丰县胸痛中心联盟成立的通知》，并表示宝丰县胸痛中心联盟的成立对该县建立科学的急性胸痛区域协作救治体系具有里程碑的意义，这是该县卫健委在新时期推出的“胸痛中心-救治单元-救治点”县、乡、村三级胸痛救治网络体系建设新举措，是医疗卫生体制改革的有效抓手和重要方式。

郭首学对各位领导、各位专家的出席表示热烈欢迎，并表态，宝丰县胸痛中心联盟将充分发挥引领作用，整合全县医疗资源，优化胸痛救治流程，挽救更多患者的生命，造福县域内百姓。

王蕾代表市胸痛中心联盟对会议的召开表示祝贺并指出，胸痛中心联盟以宝丰县医疗健康集团人民医院为核心，上下联动，合理分配医疗资源，使胸痛患者能在最短的时间内得到最有效的关键治疗。

会上，闫素霞进行了《2021年宝丰县胸痛中心质控报告》，与在座同仁分享了2021年宝丰县胸痛中心联盟的建设成果以及2022年胸痛中心联盟的工作规划。高传玉教授分享了《STEMI病人的诊断与处理》，给与会医生带来了一场精彩的学术盛宴。

当天，宝丰县第三批胸痛救治单元启动建设，标志着该县13个乡镇卫生院——胸痛救治单元建设实现了全域覆盖。

关爱儿童，关注健康

市二院新城区分院开展春季儿童健康体检活动

□记者 魏应钦
通讯员 郭傲寒

本报讯 3月11日下午，市二院新城区分院(湖滨社区卫生服务中心)4名医务人员来到新城区爱贝佳幼儿园，为50余名家长举行了一场“儿童春季健康体检家长沟通会”，集中反馈了前一阶段该园幼儿体检结果，用浅显易懂的语言讲解了春季儿童生长发育“密码”，告诉家长要让孩子“睡足、睡稳、消化旺、运动多、情绪好、体质强”。

家长们凝神听讲，纷纷用手机和纸笔认真记录。讲课结束后，针对若干脾胃虚弱、积食、生长发育迟缓的儿童，医务人员还现场演示了中药贴敷、小儿推拿和身柱灸，引起了家长极大兴趣。

长期以来，市二院新城区分院医务人员坚持深入基层，开展多种形式的健康教育，完成了基本公共卫生服务任务，提高了居民的健康素养，同时也介绍了该院特色诊疗项目，为居民提供了更多的健康选择及医疗保障。

据了解，此次新城区春季儿童健康体检预计将普查2300余名幼儿园儿童，每完成一个幼儿园体检，都将举办类似的家长沟通会，发放《儿童健康体检告知单》和相关宣传资料，让家长更好地了解孩子的生长发育状况。



医护人员在向家长发放宣传资料 郭向军摄