

体重管理门诊加速落地

如何科学“减肥”？

新华社“新华视点”记者 李 恒 顾天成 黄 筱

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《关于做好健康体检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检管理门诊设置全覆盖。

目前健康体检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”？“新华视点”记者在多地进行了调查。

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，就赶来了了。”

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。

陆迪菲介绍，该门诊自2016年成立以来，已接诊超2000名患者，规律随访近1000名患者。今年一季度，就诊人数和就诊人次较去年同期增加超60%。通过综合干预，体重较基线下降超5%的患者达40.9%至50.9%。

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家医院设立健康体检管理门诊；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。

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。”中国医师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。中医科医生还为她进行体质辨识，建议配合针灸和中药调理代谢。

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。

中医在体重管理中也发挥着独特作用。“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。

“该中心门诊挂号费全免，专业营养咨询按医保内类收费25元/次，人体成分分析自费50元/次，线上随访全程‘零付费’。”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。

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，让科学减重服务更普及。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。（新华社北京5月26日电）

热点关注

民俗文化活动为牧区生活添彩



5月24日，在新疆阿勒泰市汗德尕特蒙古族乡，选手在参加抱石头比赛。

夏初时节，新疆阿勒泰市汗德尕特蒙古族乡举办“兴生态·宏文旅·泰美好”第六届文化旅游活动。热闹欢快的歌舞表演、激情四溢的民俗运动，吸引当地牧民和游客参与其中，感受民俗文化的魅力。

新华社记者 王菲 摄

港口来了中国船

新华社记者 黄韬铭

“这里是‘雪龙2’号的驾驶台，配有各种先进的雷达装置，船航行时大部分操作都在这里完成。”边引导边讲解，陈梦云熟练自然，丝毫没有首次登船的生涩。

作为泰国东方大学中文专业的大四学生，陈梦云同样对此次开放日期期待已久。“接到做志愿者的任务后我们同学都非常兴奋，很早就开始准备资料、反复练习，了解‘雪龙2’号和中国极地科考的相关情况。”她说，“但真到上船前，还是感到紧张。幸好有中国队员的专业培训、耐心解答，我们才能快速熟悉情况。”

“这里伙食太好了，两个月我足足胖了5

斤！”驾驶台另一侧，泰国朱拉隆功大学教授达鲁玛斯正和参观民众交流，人群中不时传来欢快笑声。作为中国第41次南极考察罗斯海联合航次的队员，他在“雪龙2”号上待了两个月。回到泰国后，他主动请缨当起讲解员，和大家分享亲历者的感受。

“搭乘这艘船，我们甚至能在天气和海况都极为恶劣的秋天前往南极科考。”达鲁玛斯说，“我们希望获取的样本、想做的研究，大部分都能实现。这是我最难忘的一段经历。”

自2016年中泰签署《极地科研合作谅解备忘录》以来，已有15名像达鲁玛斯这样的泰国科研人员参与中国南极科考。在中国

南极长城站，还建设有“中泰诗琳通公主南极联合实验室”，在极地生物生态、海洋化学、大气和天文学等领域开展合作研究。

一天时间过得很快，开放日很快进入尾声。梯口处，带完最后一批参观民众的陈梦云意犹未尽：“以后如果有机会，我们还想再来一次。”

舰甲板，老何兴奋地和队员们挨个合影，握着手久久不愿松开：“感谢你们举办开放日，让我们了解中国有这么先进的极地科考船，极地事业做得这么好。欢迎你们随时再来泰国啊！”

驾驶台，泰国学生许翊明对各种科考设备充满好奇，东问问、西看看，直到最后才依依不舍地离去。临走前，她打开手机翻译软件，对照着在留言本上一笔一划地写下两行中文：“谢谢中国”“欢迎雪龙2”。

中泰极地交流的新篇章，正徐徐展开。（新华社“雪龙2”号5月24日电）

帕米尔高原的樱桃如何实现身价倍增？

新华社记者 蔡国栋 尹茹红

套技术组合拳，让樱桃在高原上扎了根。

2023年首批从新疆阿克苏地区沙雅县移植至帕米尔高原的樱桃树，在经历初期亩产不足几十公斤的困境后，今年亩产突破500多公斤，与平原优质产区产量持平。更令人惊叹的是，帕米尔高原光照时间长和昼夜温差大的独特优势，让在这里种出来的樱桃含糖量高、色泽鲜艳，很快便被消费者预订一空。

“平原刚开花，我们已收成。”玉苏甫揭秘“时间魔法”，通过精准控温将樱桃挂果期提前两到三个月，巧妙避开传统产区上市高峰，“这种‘人无我有’的策略，让帕米尔高原樱桃身价倍增”。

帕米尔高原樱桃身价倍增的背后，也有

塔县农牧民转型的故事。在莫明巴依·满苏尔管理的6座樱桃大棚里，物联网设备正实时回传着土壤湿度数据。这位35岁来自塔县瓦恰乡汉子曾是牧民，今年2月转型为“樱桃农”，每月稳赚4000元以上，年收入较过去单纯放牧时增长不少。

“以前只在塔里木盆地的绿洲见过樱桃，没想到能在高原种出这么甜的果子！”莫明巴依说着，顺手拿出手机查看大棚内的空气湿度和土壤含水率等数据。

塔县地处帕米尔高原腹地，平均海拔超过4000米，气候高寒，荒漠化严重，生态环境脆弱。过去，当地居民日常所需的蔬菜水果大多依赖外地供应，不仅运输时间长，而且价格偏高。如今，戈壁设施农业的发展，

彻底改变了这一局面。

近年来，塔县积极推动设施农业发展，借助搭建农业设施大棚、引进新品种、推广新技术等系列举措，持续优化农业产业结构，提升农业综合生产能力。

如今，在温室大棚项目区樱桃大棚不远处，温室内的黄瓜藤蔓攀爬、草莓鲜红欲滴、人参果挂满枝头。站在大棚外远眺，连片的现代化温室与巍峨雪山相映成趣。

农户笑称：“这是慕士塔格峰盖戳认证的‘高定甜’，让戈壁滩成了‘聚宝盆’。”在这片“风吹石头跑”的戈壁滩上，科技创新正将“樱桃好吃树难栽”的古老谚语，谱写成“智慧耕耘果自甜”的乡村振兴新篇。（新华社乌鲁木齐5月26日电）

30多年接力，他们用「生态之眼」揭示青藏高原的秘密

新华社记者

张玉洁

这里条件艰苦，三伏天会降雪，一下午能晒爆皮；这里生态富饶，是生物多样性特色十分鲜明的罕见草场，也是黄河流域重要的水源涵养区、补林区。在青藏高原东部的甘南草原，30多年来，兰州大学一代代师生扎根于此，用“生态之眼”揭示青藏高原的秘密。

1992年，兰州大学教授杜国祯带队建立甘南草原生态系统野外科学观测研究站（以下简称“甘南站”）。当时，国外长期定位监测已有上百年的历史，而我国少有这样的站点。只有掌握水、大气、土壤等的长期监测数据，人们才能准确了解复杂生态系统的变化，并实现精准管护。

30多年来，兰大师生扎根在海拔3000多米的甘南草原开展长期监测。2021年，甘南站获批国家站，北京、南京等多地大学生前来学习工作。到了夏天，站上最多有约200人。不少学生在这里找到学术方向，选择在西部扎根。

如今的站长、兰州大学生态学院教授马妙君，自2004年起在甘南站开展科研工作。在大风中搭建帐篷、抢救被褥，雨落帐篷如敲响鼓、说话靠吼，夜里四下漆黑、偶有野兽来袭，天蒙蒙亮就要赶在牛马喝水之前去小溪提水……可他却说：“我们是研究大自然的，就要住到大自然里。”

20多年来，他已累计采集了21.97万个种子库土芯、鉴定了35.67万个种子库幼苗及39.98万个种子雨物种的种子，首次探明了青藏高原主要生态系统的土壤种子库组成和结构。

土壤种子库有啥用？马妙君打了一个生动的比方：“种子库也被称为种子银行。一株植物产生很多种子、沉入土地，日积月累，储量巨大，相当于把大自然的种子存进了银行。研究它可以知道种子的历史，也可预测未来。”

通过对这一领域的长期研究，他们不仅摸清了高寒草甸、高寒草地、荒漠草地等青藏高原不同地区的种子库情况，也发现了数量巨大的种子库有一定的抵抗力、恢复力，这对生态修复实践具有指导意义。

“土壤退化后，想到最直接的办法就是撒种子、补肥料。事实上，土壤中有大量种子，能够实现自我修复。尤其在高寒环境下，有的种子休眠期可达二三十年。这样既能减少投入，也免去了生物入侵的风险。”他说。

看起来普普通通的小小草籽，在马妙君眼中有千姿百态，长短圆扁各有不同。“我最喜欢的是高山豆。在野外做样方是很枯燥的，我们常常得蹲着或跪着、趴着两三个小时。当看到高大植物下突然出现很小、很可爱的高山豆，人一下子兴奋了。”

奇妙复杂的大自然也磨炼着人的心性。“在大自然的风霜雨雪洗礼后，我学会了不抱怨，学会了沉默，学会了融入大自然。我们沉心做实事，心中的激情梦想一直都在。”马妙君说。

关注到气候变化新动向，团队于2017年建立气候变化实验平台。研究发现，青藏高原变暖程度比全球平均程度高。温度升高，会打乱物候的顺序与格局，影响群落结构，甚至生物多样性。目前，相关研究仍在持续。

“00后”兰大博士生白浩楠已在甘南站工作4年。“开始有点不适应，这儿离县城远，没什么娱乐活动。但在师兄、师姐的影响下，我把心放在了科研上，对生态系统有了更深入的了解。老带新，既是互帮互助的精神传承，也能给予后来人坚持下去的动力和底气。”

马妙君说，他们致力于将甘南站建成国际一流的高寒生态学研究基地、生态学人才培养的摇篮。“对标国际，我们仍在跟跑，希望通过努力能逐步并跑、甚至领跑。”

（新华社兰州5月25日电）