

内蒙古：破题体重管理 引领健康生活

“内蒙古成年人超重率、肥胖率分别为 31.0% 和 11.6%，全区成年人和老年人超重肥胖率持续上升，其中肥胖率的增长幅度明显加大，在社会快速发展、生活方式巨变的当下，超重和肥胖问题正以惊人态势蔓延，已然成为重大公共卫生挑战。肥胖绝非简单的体重超标，更是引发糖尿病、高血压等心脑血管疾病以及部分癌症的高危因素，不仅让医疗费用不断攀升，更严重威胁着群众的健康。”内蒙古卫生健康委医疗应急处处长刘伟表示。

人民健康是立国之基，体重管理则是守护群众健康的关键一环。随着居民健康意识提升与慢性疾病防控需求增加，内蒙古立足地域特色与人群健康需求，从医疗机构服务创新、传统医学特色赋能到职业健康体系突破，多维度推进体重管理行动，在医院门诊、中医诊疗等领域，强化科学体重管理服务供给，着力构建全流程的健康体重管理服务体系，为健康内蒙古建设注入强劲动力。

“我本来是因为血糖高来医院就诊，没想到在医生指导下两个月体重减了 20 斤，血糖也控制住了。”不久前，到扎赉特旗第一医共体总医院（人民医院）复查的患者塔拉说。

扎赉特旗第一医共体总医院聚焦肥胖合并代谢性疾病患者，门诊会先对患者进行体重分层与代谢指标筛查，再结合饮食喜好、运动习惯定制个性化方案，已帮助数十名患者成功减重。

“内蒙古积极推进体重管理门诊设置，截至今年 6 月底，内蒙古所有三级综合医院、中医（蒙医）医院和妇幼保健院，均已完成健康体重管理门诊建设。目前，全区 12 个盟市共有 257 家医疗机构开设体重管理门诊，其中自治区级医疗机构 8 家、市级 60 家、旗县区级 189 家。同时，有条件的其他三级专科医院和二级综合医院积极开设体重管理门诊，并支持基层医疗卫生机构开展相关服务，以紧密型县域医共体和城市医联体为依托，推动盟市—旗县—乡镇三级医疗机构协作，促进‘医防融合、重心下沉’。基层医疗卫生机构重点承担宣教、初筛、随访和基础干预工作。目前，已建立体重管理门诊的基层医疗

卫生机构达 800 余家，占比 50.3%，为群众提供便捷的体重管理服务。”自治区卫生健康委相关负责人表示。

不节食、不猛练，凭借“调理体质、标本兼治”的优势，中蒙医药等特色疗法如今已跃升成为减重“新宠”。

在内蒙古自治区中医医院的减肥门诊，诊室内咨询、治疗的年青人排起了长队。

今年春天以来，医院推出针灸科减肥门诊与医学营养体重管理门诊，针灸科减肥门诊首次开诊当天上午便接诊 90 余人。入夏以来，两个门诊的就诊量居高不下，其中年轻人占比超八成。

目前，内蒙古自治区绝大多数医疗机构均提供多学科医师诊疗服务，中（蒙）医院等医疗机构结合自身专业特点提供专业有效且富有民族特色的体重管理服务，如兴安盟蒙医医院治未病中心提供的体重管理服务融合黄油按摩、铜罐拔罐等蒙医特色疗法，也同样受到年轻人的欢迎。

医疗机构多学科“强助攻”，中医（蒙医）体质辨识与传统疗法给出体重管理新方案，结合合理膳食、均衡营养、适量运动等健康教育重要内容，内蒙古全方位为体重管理“开处方”。截至目前，全区举办体重管理健康教育讲座 8100 余次，开展体重管理健康咨询 6500 余次。

体重管理需要全民的积极参与。

今年 5 月，由自治区卫生健康委、自治区体育局、自治区疾病预防控制中心联合主办的内蒙古“健康体重年 万步北疆行”健步走活动在呼和浩特市大黑河郊野公园活力亮相。活动现场，奥运会冠军、内蒙古拳击运动员李倩被聘任为内蒙古体重管理形象大使，号召大家积极参与到体重管理行动中来，养成健康的生活方式。

内蒙古各地通过举办丰富多彩的全民健身活动，广泛开展科普宣传，提高民众对体重管理的认知度和参与度，营造出“人人关注体重，个个追求健康”的良好氛围。体重管理，是一场全民健康的保卫战，通过政策引领、医防融合、全民参与，内蒙古正逐步构建起全方位、全周期的体重管理体系，为民众的健康福祉筑牢根基。 王坤

青海省中医养生操比赛在西宁市举行



近日，由青海省卫生健康委主办的“传承中医智慧·共筑健康青海”中医养生操比赛在西宁市举行，来自全省 14 支中医医院代表队的医护人员同台竞技。比赛现场，各支代表队纷纷亮出“看家本领”，一招一式尽显中医“阴阳平衡、天人合一”的哲学智慧，展现了青海中医药文化的独特魅力。

作为青海省中医系统首次举办的养生操专项比赛，旨在进一步推动中医养生文化的传播普及，营造中医药强身的社会氛围。本次赛事的举办，为全省中医医疗机构提供了交流展示的平台，推动了中医“治未病”理念的深入普及，为“健康青海”建设注入新活力，推动青海省中医药事业高质量发展。

图为青海省中医养生操比赛现场。

韦喻 摄影报道

中所医疗合作为所罗门群岛百姓带来福祉

“我代表全家人，发自内心地向中国医疗队表示感谢……”话未说完，所罗门群岛男子诺曼·巴西已是泪流满面，“感谢中国及时伸出援手，现在我儿子塞缪尔的身体恢复得很好，甚至比他生病前还要强壮。”

15 岁的少年塞缪尔刚经历过一场跨太平洋的生命救援。半年前，胸闷、气促的症状缠上了他，经中国医疗队检查，他被确诊为先天性心脏病，急需手术。然而，当地医院因条件有限无法实施该手术。

“通过中所医疗合作机制，我们迅速联系到贵州医科大学附属医院，决定把塞缪尔转运到国内诊断治疗。”第四批援所罗门群岛中国医疗队队长赵雪珂介绍，今年 6 月，塞缪尔在贵州医科大学附属医院成功进行了手术治疗，然后康复出院。

塞缪尔的经历正是中国和所罗门群岛医疗卫生合作造福当地百姓的一个例证。

“中国跟所罗门群岛 2019 年建交以来，医疗卫生领域的合作始终是两国全面合作的重要组成部分。6 年来，中国在医疗物资援助、医疗基础设施建设和医护人员能力培养方面，向所罗门群岛提供了力所能及的支持，切实帮助所罗门群岛提升了医疗服务水平，也为当地民众带来了切切实实的福祉。”中国驻所罗门群岛大使蔡蔚鸣日前在霍尼亚拉接受专访时说。

蔡蔚鸣还介绍说，中国援建的所罗门群岛国家转诊医院综合医疗中心于今年 6 月正式投入使用，目前已成为霍尼亚拉的重要地标，也是中所医疗卫生合

作的旗帜。

赵雪珂说：“授人以鱼不如授人以渔。我们希望能够给他们留下一支带不走的医疗团队。所以我们正在结合各专业，通过一对一或者是一对多的‘师带徒’方式，争取用 3—5 年的时间，让本地医护人员能掌握更多医疗技术，独立完成疾病诊断及治疗。”

当地医生西蒙·霍拉拉跟着中国医疗队学习针灸 2 年后，已能为患者施针。他说：“中国医生是最好的老师，他们毫无保留地指导我。”

据了解，中方从 2022 年开始向所罗门群岛派出援外医疗队，迄今已派出共 4 批，专业涵盖全科医学、检验科、感染科、心血管内科、泌尿外科、肾内科等当地急需科室及中医针灸科。第四批援所医疗队 8 名队员于今年 3 月抵达，执行为期一年的医疗援助任务。

蔡蔚鸣说，中方帮助所方提升医护人员专业能力，实现从“输血式”援助向“造血式”合作转变。他还透露，目前已有超过 100 名所方医疗卫生领域的官员和医务工作者赴华参加研修培训。

今年 8 月从贵州返回霍尼亚拉后，塞缪尔已重返校园。如今他理了一个很酷的发型，个子比父亲高出一头。为确保术后顺利恢复，中国医疗队每个月对他进行定期随访。

“在中国的经历真的感觉很好。没有中国的帮助，我今天根本无法坐在这里。”塞缪尔说，“我希望以后能有机会到中国上大学，将来做一个工程师。”

父亲诺曼也说：“是的，他应该从中国学习更多知识。”

张淑惠 刘晓宇 马平

河北曲周县健全防止因病返贫监测帮扶机制

村民在家门口就能看专家

河北省邯郸市曲周县第三疃村村口广场上，曲周县医院义诊专家方保锋正为 65 岁的村民张会臣测量血压。“血压比上次稍微高一点，要再调整一下药物。”方保锋说。半年前，张会臣的高压还徘徊在 170 毫米汞柱上下，经过诊疗和药物控制，如今血压稳定在正常范围。

这样的场景，在曲周县不少村庄已成为常态。曲周县医院组建专家义诊团队定期下乡，还对乡镇卫生院医生和村医进行面对面带教。不久前，曲周县医院东区全面开诊，迎来北京协和医院、解放军总医院等医院的 18 名专家现场义诊，全县居民在家门口就能看上专家。

“在家门口就能让县医院医生和北

京大医院的专家帮咱看病，太好了！”安寨镇东马连固村脱贫户方金亭笑着说。

聚焦脱贫人口、重点监测对象等群体，曲周县健全防止因病返贫动态监测和帮扶机制，实施动态监测的同时，推行“先诊疗后付费”及“一站式”结算服务，患者不用交住院押金，出院时仅需支付个人承担部分。截至 7 月底，全县 2757 人次享受“先诊疗后付费”服务，30 种大病专项救治 340 人次。

曲周县还为老年群体提供暖心服务。从 8 月 19 日起，全县 3 家二级医院为 70 岁以上老年人提供全程免费导诊，配备专业导诊员提供“一对一”陪伴式服务。 史自強