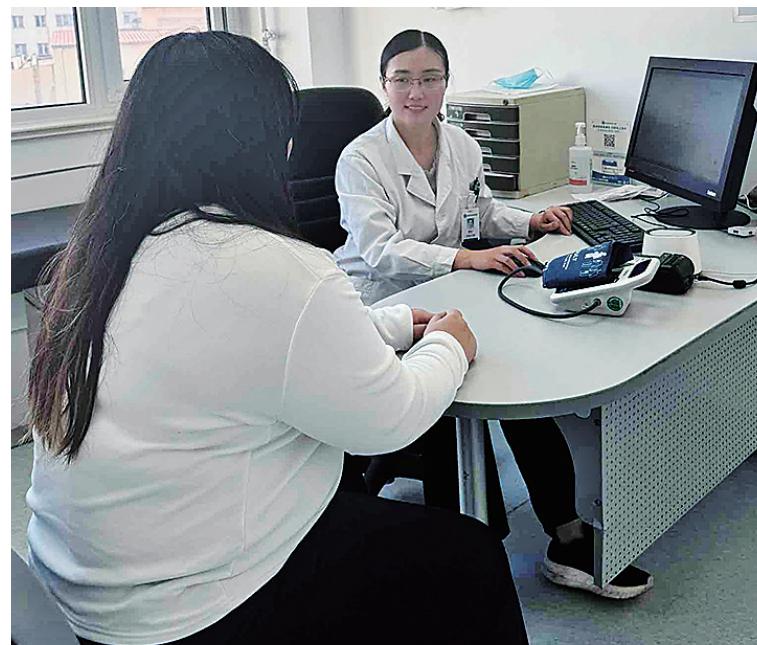


医学减重，青岛进入 MDT 时代

多学科会诊和远程长期跟踪指导助力肥胖症患者远离疾病

□青岛日报/观海新闻记者 黄飞



■青岛市市立医院本部肥胖症联合门诊医生为患者看诊。

这一门诊集结了临床营养科、内分泌与代谢性疾病科、胃肠外科、运动医学科、耳鼻咽喉科、中医科、临床心理科等学科专家，为患者提供全方位、个体化的体重管理方案。

具体而言，多学科诊疗模式可通过综合评估肥胖症患者的饮食习惯、生活方式、疾病状况、用药现状、家族遗传、运动模式、睡眠习惯、心理状态、代谢状况以及减重意愿等，由多学科专家共同制定包含医学营养治疗、行为心理干预、运动干预、呼吸睡眠调整、中医埋线针灸、药物治疗、减重与代谢手术等在内的综合性治疗方案。

精准识别病因“对症下药”

“管住嘴、迈开腿”是普通人行之有效的减肥秘诀，但对于部分肥胖症患者，这种方案并不容易实现，他们经常因节食减肥失败，导致体重大幅反弹。“肥胖症背后可能隐藏着复杂的原因，比如由于某种疾病（如皮质醇增多症、甲状腺功能减退等）或长期服用某些药物（如糖皮质激素、抗抑郁药物等）引起的体重异常增长，单纯靠节食和运动难以有效控制。精准识别肥胖病因，才是健康减重的关键。”青岛市市立医院本部院区肥胖症联合门诊MDT团队专家介绍。

市立医院肥胖症联合门诊MDT团队由内分泌科、营养科、中医减重科、代谢减重外科、脂肪肝专病科、运动康复科等多学科专家和减重专科护士组成。内分泌科肥胖病专科门诊作为患者诊治的首站，由专家通过详细的病史询问、全面的体检检查以及专业的实验室检测（如激素水平检测、代谢功能评估等），精准识别出患者的肥胖类型、潜在病因以及相关靶器官损害。之后，医生结合患者的减重动机和具体诉求，制定个性化、综合性的治疗方案。

近日，该门诊董和平医生接诊了一名多次减肥失败的患者，这名患者不仅肥胖，还伴有高血压、高血脂、脂肪肝等代谢综合征。

症状。经过肥胖病因筛查和代谢功能评估，董和平发现患者促肾上腺皮质激素水平异常升高。医院启动多学科诊疗模式，精准确定患者肥胖的元凶是脑垂体里的一个良性肿瘤，虽然肿瘤直径小于10毫米，却影响了患者的内分泌系统，引发肥胖等一系列健康问题。随后，患者被转入神经外科进一步精准治疗。

肥胖症联合门诊采用“以患者为中心的多学科协作诊疗模式”，减少了患者跨科室就诊的不便，优化了医疗资源配置，提升了诊疗效率，同时促进了数据的共享和科研合作，推动肥胖症相关学科的整合发展。

远程长期跟踪巩固“疗效”

MDT模式是实现对肥胖症精准诊疗的第一步，而远程长期跟踪指导才是帮助患者科学、有效、持久地管理体重，提高生活质量的关键。

在青大附院体重管理多学科诊疗门诊，医生通过全面评估，使患者能够明确减重目标、了解生活方式的不足之处及潜在的健康风险。在诊疗过程中，医生通过远程指导及随访管理，密切监测与评估患者的减重速率、减重程度以及相关疾病改善情况，帮助患者建立良好的生活方式，以提高患者的健康意识和自我管理能力，实现理想体重的长期维持。在青岛市市立医院本部肥胖症联合门诊，治疗团队开展药物减重、中医减重或手术干预（如减重手术）后，都会建立长期的跟踪管理机制，定期对患者回访，并提供有效的健康教育和生活方式指导，以确保减重效果的持续巩固和提升。

近年来，越来越多的科学减重方法被应用于临床，成为人们控制体重的新选择。记者从青岛市公共卫生临床中心康复治疗科获悉，春节后很多市民选择结肠水疗实现健康减重。据介绍，该疗法通过“肠清洗、肠唤醒、肠舒通、肠滋养”，可以有效改善肠道清洁度，清除肠道内毒素，清除体内积存的过剩糖分和脂肪，达到有效减重、排毒养颜的目的。



疾控专家话健康

“鼠标手”和创伤应激被纳入职业病范畴

职业病增至12大类135种

本报讯 近日，记者从青岛市疾控中心获悉，国家四部门联合对《职业病分类和目录》（以下简称《目录》）做出调整，职业病增至12大类135种（含4项开放性条款）。新版《目录》自2025年8月1日起实施。

《目录》由原10大类132种职业病调整为12大类135种职业病（包括4项开放性条款）。新增2个职业病类别，分别为职业性肌肉骨骼疾病、职业性精神和行为障碍，每个类别各新增1种职业病，分别为腕管综合征和创伤后应激障碍。

青岛市疾控中心专家王富江介绍，腕管综合征俗称“鼠标手”，是指手及腕部长时间从事重复作业或用力作业后，引起手部正中神经支配区域出现感觉或运动障碍。职业病诊断限定人群为长时间腕部重复作业或用力作业的制造业工人。

创伤后应激障碍（PTSD），是指参与突发事件处置工作后发生的延迟或长期应激反应，引起临床上明显的痛苦，导致社交、职业或其他重要功能方面的受损。职业病诊断限定人群为参与突发事件处置的人民警察、医疗卫生人员、消防救援等应急救援人员。（黄飞）

开学在即，检查视力要趁早

眼科医生提醒：近视不能治愈但能延缓

本报讯 寒假“余额”已不足，孩子们的视力还好吗？近日，山东第一医科大学附属青岛眼科医院发布提醒：开学在即，家长们应关注孩子的眼睛健康，帮助孩子做好近视防控。

开学前，家长应该带孩子对视力状况进行一次全面检查，了解孩子视力的最新情况。开学后，如果孩子出现看黑板模糊、频繁揉眼睛等现象，这可能是孩子视力下降的信号，家长应及时带孩子到正规医院的眼科进行检查，采取有效的防控措施。如果孩子已经近视，也不要过于焦虑，可以通过科学的方法延缓近视度数的增长。

专家介绍，孩子可以通过周边离焦镜片，让中心部位的图像投射在视网膜上，周边部位投射到视网膜前方（或之上），有助于抑制儿童眼轴变长，延缓近视发展速度。此外，角膜塑形镜（OK镜）是一种夜间佩戴的硬性隐形眼镜，可以暂时性降低近视度数。另外，低浓度阿托品滴眼液是目前唯一一种应用于临床的防控近视药物，也可以延缓近视进展，但需要在医生指导下使用。（黄飞）

糖球会上“刮刮乐” 福迎新春好运来

糖球会海云庵会场的福彩刮刮乐小卖场将持续至正月十六

正月十二，年味儿正浓，备受期待的萝卜·元宵·糖球会（简称“糖球会”）海云庵会场正式拉开帷幕。福彩刮刮乐小卖场再次亮相，红彤彤的糖球串起浓浓年味儿，“一抹‘福彩红’更是为这场新春盛宴增添了别样精彩。

海云庵会场作为糖球会的传统举办地，不仅汇聚了各色美食，还精心准备了特色巡游、主题展览、时尚演出等精彩节目，让新春氛围更加浓厚。会场内，大红灯笼高挂，舞狮队伍热闹欢腾，特色美食琳琅满目，市民游客熙熙攘攘，呈现一派火红景象，烟火气息弥漫。

走进糖球会海云庵会场，随着拥挤的人潮前行，远远就能望见“中国福利彩票”那温暖而醒目的灯箱，在夜色中闪烁着柔和的光芒，吸引着众多市民游客往此处聚集。“隔着大老远我就看见这些漂亮的灯笼了，走近一看，原来是福彩刮刮乐小卖场，作为刮刮乐的忠实彩友，必须得买上几张啊。”和好友一起来逛糖球会的年轻市民秦女士笑着说道。

糖球会上的刮刮乐小卖场布置得年味十足，种类繁多的刮刮乐为这个新春增添喜气。“乙巳蛇”“喜相逢”“好运来”“奖”“心想事成”“好运十倍”“点球大战”……不管是时下正火的新票，还是经典的畅销票，都可以在小卖场里看

到。大家围拢在刮刮乐小卖场前，挑选着自己喜爱的票种，享受着刮彩的无限乐趣，在为公益事业助力的同时，也期盼着在新春佳节收获一份幸运。

“作为青岛人，每次的糖球会基本都会来逛逛；身为福彩老彩友，不管去哪儿碰上福利彩票，都会买上几张。”正在刮彩的市民张先生乐呵呵地说，“刮刮乐生肖票开展活动期间还有额外的福利，所以过年我买的最多的就是生肖票。不管中不中奖，能为公益事业献一份爱心，体验一番刮彩的乐趣，我这心里就很高兴。”

夜幕降临，糖球会海云庵会场热度不减，刮刮乐小卖场前依然人头攒动，刮彩的沙沙声、同伴间的细语、中奖时的喝彩声此起彼伏，共同编织出一幅欢乐的画面，展现了刮彩带来的喜悦和幸运，让这个年味儿更加浓郁，愉悦的心情更加高涨。

刮刮乐小卖场工作人员激动地说：“糖球会是咱青岛的传统盛会，人气特别旺。福彩刮刮乐来到这儿，能让更多人在逛喜庆节日的同时了解到公益事业中来，给热闹的节日增福添彩。看到大家开开心心地逛糖球会，买刮刮乐，在这么热闹和欢乐的氛围中参与公益活动，虽然非常忙碌，但我也很高兴。希望新的一年，能有更多人了解福彩、参与福彩，收获快乐和好运。”



■彩友现场感受刮彩带来的喜悦，邂逅幸运。



■福彩刮刮乐小卖场里人头攒动。



■夜幕降临，糖球会海云庵会场热度不减。



责编 徐晶 美编 时彦丽 审读 苗玲
福彩
青岛市福利彩票中心

