

从320斤到160斤 福州小伙成功减重

专家解读手术与减肥针,惠闽宝为健康护航

福州22岁的小林(化名),身高1.8米,上班后愣是被加班和压力“喂”到了320斤,他试过减肥训练营,可一回家就反弹。

后来,在福州大学附属省立医院减重门诊副主任医师、福建省医学会减重代谢外科分会副组长隋建建议下,小林做了减重手术。术后加上营养师的跟踪指导,一年零两个月后,他就成功瘦到160斤。

8月20日,隋建副主任医师做客福建卫生报《惠闽宝公益科普》直播间,和大家聊了聊减重的误区和新认知。截至目前,本次直播在各平台观看人数超23万人次。

减重手术适合哪些人

隋建解释,最常见的减重手术是袖状胃切除术,通过缩小胃容积来减少进食量,主要适合中度以上肥胖人群:体重指数大于32.5,或者大于27.5且伴有肥胖相关疾病。

这类人靠自己减肥太难了,一来目标大、周期长,90%的人3个月就放弃了;二来重度肥胖容易导致内分泌紊乱,既提高食欲,



又提高脂肪合成效率,身体还会主动把体重“拉回去”。

减重手术能把胃容积缩到200毫升以下,让人没那么饿;术后3~6个月,多数患者的胰岛素抵抗会好转;胃容积在2~3年内都比较小,有足够时间维持体重。从全球来看,减重手术是应对重



度肥胖唯一有效的治疗方式。

不少人担心切胃伤健康,隋建说,这是针对肥胖患者的精准医疗手段,与治疗胃部疾病的手术不一样,减重手术后住院只要3天,术后3个月饮食受限,但能换来几十年生活质量的提高和寿命延长。

减肥针能让人“躺瘦”吗

去年,减肥针GLP1类药物(比如司美格鲁肽)成了全球销量第一的“药王”,火得不行。

隋建提醒,这类药是处方药,有严格的适应症,如果体重较轻,一年减十几斤,还不如通过更安全的饮食和运动来减肥。建议用药前去专业的医疗机构做评估和风险筛查,看看自己到底适不适合用这类药减重。

惠闽宝:为健康加份保障

直播当晚,10位幸运观众还拿到了“惠闽宝”提供的价值1980元全球功能医学元创体检服务。中国人寿福建省分公司的苏珠娥

女士也通过VCR解答了不少疑问。

符合“惠闽宝2025”多人单参保条件的客户,不仅能享受20项专属健康管理服务(其中内含价值179元的无门槛线上购药代金券),还能免赔额享优待(既往症除外)。

截至目前,“惠闽宝2025”参保人数已超270万,参保通道将持续至9月5日,保障期从2025年9月1日至2026年8月31日。您可通过“惠闽宝”微信公众号、支付宝及投保二维码进行参保。

“惠闽宝2025”以多元的服务和贴心的产品设计,为更多福建家庭织密健康安全网,让每个家庭在风雨来临时,都能多一份站稳脚跟的力量。

活动组织

主办单位:福建日报大健康全媒体中心

承办单位:《福建卫生报》社

支持单位:惠闽宝项目组

(朱晓洁 章立强)

把专业护理送到家

省肿瘤医院“互联网+护理服务”正式启动



□本报记者 刘伟芳
通讯员 游昌财

日前,福建省肿瘤医院正式启动“互联网+护理服务”项目,将三甲肿瘤专科医院的专业护理力量,通过“互联网+”精准送达肿瘤患者家中,为肿瘤康复人群开辟了一条温暖便捷的健康守护新通道。

据悉,“互联网+护理服务”由医院遴选、培训的注册护士,以“线上申请,线下

服务”的模式为居家患者提供服务。

首批上线的“互联网+护理服务”项目有:术后康复需专业护理、化疗间歇期健康指标监测、造口伤口、血管通道、淋巴水肿等专业护理等。

患者或家属只需打开“福建省肿瘤医院互联网医院用户版”微信小程序,或在医院官方公众号中进入“互联网医院”栏目,点击“护士上门”功能,按提示填写个人信息、病情描述及服务需求,提交后即可等待医院审核与护士上门安排。系统将实时更新服务进度,方便患者随时查询。

国家老年疾病临床医学研究中心福建省分中心揭牌

□本报记者 刘伟芳 通讯员 洪培钰

8月24日,国家老年疾病临床医学研究中心福建省分中心在福州正式成立,由福建中医药大学附属第三人民医院获批建设。

该分中心依托首都医科大学宣武医院和福建中医药大学附属第三人民医院

老年病科在老年疾病临床诊疗领域的学科优势,将重点攻关衰老机制、老年神经变性病,如帕金森病、阿尔茨海默病等,心脑血管及外周血管病等高发重疾,以及衰弱、跌倒、便秘等老年综合症的防治研究,形成覆盖预防、诊断、治疗、管理的一体化体系。

省肿瘤医院创新开展“小组团”援疆帮扶工作

8月20日,福建省肿瘤医院党委委员、副院长方主亭率团队到新疆医科大学一附院昌吉分院开展智力援疆创新拓展人才计划—“小组团”援疆团队活动,代表福建省肿瘤医院与昌吉分院签订了“肿瘤专科联盟协议书”,并授牌昌吉分院“福建省肿瘤专科医联体成员单位”,标志着两院在肿瘤专科领域的合作迈向新台阶。

根据《第三批“2+5”重点人才计划智力援疆创新拓展人才计划申报指南(2024年度)》要求,经申报遴选,2025年,昌吉分院

组织申报的“福建省肿瘤医院肿瘤与血管介入微创治疗援疆团队”成功入选自治区《第三批智力援疆创新拓展人才计划项目》。

此次活动,福建省肿瘤医院以“组团式”援疆为基础,创新开展“小组团”援疆团队帮扶工作,为昌吉分院肿瘤防治与介入治疗工作高质量发展提供智力支撑。

此次“智力援疆—‘小组团’学术交流”的成功举办,是智力援疆创新拓展人才计划的生动实践。

(新疆医科大学一附院昌吉分院)