

特别报道

13岁男孩140斤被迫休学

上海儿童医学中心福建医院(福建省儿童医院)专家:儿童肥胖并发症频发 家庭观念亟待转变

“胖乎乎的多可爱,长大自然就瘦了。”很多家长的这句口头禅,正悄悄伤害孩子。上海儿童医学中心福建医院(福建省儿童医院)肥胖诊疗中心,每年能接诊五六千名肥胖患儿,不少已患上脂肪肝、高血糖等并发症。记者专访多位专家,教家长认清儿童肥胖真相,掌握科学干预方法。

从“可爱胖娃”到休学少年

13岁男孩小天(化名),是内分泌遗传代谢科主任刘晖主任医师印象最深的肥胖患儿——就诊时体重已达140斤,小小身躯被肥胖拖累。

“能打减肥针、做减重手术吗?只求他快点瘦!”一进诊室,小天妈妈的急切诉求,让刘晖颇感意外。

原来,小天自幼被家人溺爱,从幼儿园起,他便成为班上的“小胖墩”,家人不仅未干预,还将肥胖视作可爱。

升入初中后,肥胖的影响彻底爆发:他因体型遭同学嘲讽,性格变得沉默自卑;日常活动后气喘吁吁,夜间睡觉打鼾憋气,白天嗜睡无精神,学习成绩急剧下滑。

此时父母才幡然醒悟,带小天

就医。检查结果令人揪心:重度肥胖伴高尿酸、脂肪肝、血糖异常。由于未成年人不推荐使用减肥针与开展减重手术,出于安全考量,最终家人在小天的要求下选择休学,通过调整生活方式逐步调理体重。

别等并发症出现才就医

在肥胖诊疗中心,类似小天的中重度肥胖患儿并不少见。刘晖指出,许多家长对早期肥胖不以为意,往往等到并发症出现后才重视干预,实则是对肥胖危害认知不足。

儿童时期的肥胖问题若不控制,脂肪细胞会在数量上增加、体积上增大,不仅后期减肥困难,还会引发性早熟、影响终身高,并导致孩子自卑厌学,造成长期心理创伤。

刘晖提醒,判断儿童肥胖,不能仅盯体重,还需结合各年龄的BMI指数综合评估。若孩子出现脖颈或关节处皮肤发黑、活动后气喘、夜间打鼾憋气、白天嗜睡、性早熟等迹象,已属并发症信号,务必及时就医治疗。

控量不禁食,兼顾营养与减重

对儿童肥胖干预,绝非“节食”

或“禁食”这么简单。

营养科陈玉云副主任医师表示,门诊中不少家长常因焦虑,盲目照搬成人减重方法,反而导致孩子抗拒、家庭矛盾加剧。为此,中心多学科(MDT)团队为患儿定制个体化方案,先全面评估摄入、代谢等情况,再提供营养、运动等处方。

针对孩子钟爱零食的特点,陈玉云还给出一些替代方案,比如用脱脂牛奶搭配鲜果自制奶茶;用鸡蛋和脱脂牛奶制作无糖布丁;想吃炸鸡可去皮吃少量瘦肉,或用空气炸锅少油烹饪,既满足口腹之欲,又减少热量摄入。

“儿童正处于生长发育关键期,过度节食会影响营养摄入,阻碍身高增长与骨骼发育。儿童减肥应保证生长发育为前提,提倡控量,而非禁食。”陈玉云说。

中医调理,温和兼顾体质

对于已出现并发症、需药物干预的孩子,中医调理成为许多家长的安心之选,既避免西药可能带来的顾虑,又能温和控重、调理体质。

上海儿童医学中心派驻中医科执行主任刘尽美介绍,中心的中医调理方案因人而异:单纯性肥胖

患儿,以规范生活方式结合健脾祛湿药膳为主,在日常饮食中慢慢调理;若已合并并发症,则采用“一人一方”精准配药,搭配针灸疏通经络。

考虑到孩子的接受度,中药方优选微甜的健脾类药材,最大程度减轻中药的苦涩感;针灸则选用细针,手法轻柔舒缓,能降低痛感、规避晕针风险。

不同于追求“快速瘦身”的激进方式,中医减重更注重根源调理,改善体质,让减重过程更轻松、更安全。

家庭协同是减重关键

多位专家强调,儿童体重控制,核心在于家庭观念。儿童肥胖根源常始于婴儿期,婴儿期过度喂养、边看电子设备边吃饭、餐后喂一碗高汤、家长缺乏运动陪伴等错误养育方式,都在悄悄埋下孩子发胖的隐患。

儿童身心尚未成熟,减重过程中难像成年人坚定执行计划,家长唯有以身作则,为孩子树立健康生活的榜样,引导孩子养成良好的饮食与运动习惯,才能助力孩子实现健康减重。

(林颖 毕莹赞)

暖心护航 2000+岗位精准对接毕业生

福建卫生职业技术学院春季招聘会启幕

为深入贯彻落实国家、省、市关于高校毕业生就业创业工作部署,搭建用人单位与毕业生精准对接的“桥梁”,助力毕业生实现高质量充分就业,4月13日,福建卫生职业技术学院举办“好年华·聚福州”2026届毕业生春季校园招聘。现场汇聚优质行业资源,配套多项暖心服务,为毕业生求职就业筑牢保障、保驾护航。



本次招聘会精准聚焦卫生健康行业人才需求,精心邀约省内外各级各类医疗机构、医药企业、康养机构等119家优质用人单位进校揽才,带来2000余个就业岗位,覆盖医疗卫生、健康养老、医药制造、医疗零售、美容保健等多个领域,全面对接学校各专业人才培养方向,精准匹配不同专业、不同求职意向毕业生的就业期待,实现人才供给与市场需求的高效同频。

招聘会现场人气十足,多个招聘点位前排起了长队,建瓯市卫健局的招聘展位便是其中之一。

“这是我们第一次来卫职院招

聘,人社局和总医院的领导也特意到场,就是想招到合适的紧缺人才。”南平建瓯市卫健局党组成员、副局长黄涛介绍,此次招聘的是局下属事业单位紧缺急需专业人员,涵盖康复治疗、医学影像技术、临床医学、公共卫生与预防医学等方向,符合条件的毕业生可免笔试直接进入面试,为毕业生开辟了“绿色通道”。

南平市人民医院则是学校招聘会的“老熟人”,每年都会如期到场求才。“卫职院的综合实力强,毕业生专业功底扎实、口碑好,很契合我们的用人需求。”医院人事科科长孙丽英的一席话,也给在场毕

业生注入了信心。

除了医疗机构,各类医药相关企业也成为现场的“热门打卡点”。福州华为医药技术开发有限公司的展位前,不少毕业生驻足咨询,认真了解临床研究协调员(CRC)岗位的具体要求。“药品进入临床试验阶段后,需要专人跟踪研究数据,全程对接医院医生团队和受试者,相当于医生的‘战友’。”公司董事长助理陈艳丽解释道,具备医学教育背景的毕业生,正是岗位最急需的人才。

八叶草健康产业研究院有限公司的招聘展位上,两位特殊的招聘者格外引人注目——卢娜华和江国兴,他们都是学校2026届毕业生,如今已顺利入职公司,此次特意回到母校,为同学们答疑解惑、分享求职与工作经验。“药学专业的毕业生有扎实的实验基础,上岗后能快速适应岗位,但也需要保持持续学习的能力。”江国兴坦言,为了更好地适配岗位需求,他不久前还特意考取了食品检验员资格证,用实际行动给同辈们树立了榜样。

凭借扎实的专业功底、良好的综合素质,不少毕业生在现场与用人单位达成初步录用意向。

学校领导也亲临招聘会现场指导工作,与用人单位负责人深入交流,详细询问行业人才需求趋势、岗位设置标准及校企合作意向,认真倾听用人单位对学校人才培养、就业服务等工作的意见建议,为后续优化专业设置、提升人才培养质量、深化产教融合、促进校企共赢奠定了坚实基础。

招聘会期间,各二级学院的师生工作人员全程驻守现场,主动为毕业生提供岗位咨询、求职引导、简历优化等贴心服务,及时解决毕业生求职过程中遇到的各类问题,为毕业生保驾护航。

为给毕业生提供全方位、全流程的就业支持,学校还在招聘会现场同步搭建了多元服务专区,整合就业政策宣传、公积金政策解读、征兵宣传动员、专升本升学咨询、AI智能求职指导等“一站式”就业服务矩阵,切实落实“稳就业、保就业”工作要求。

(陈坤 曾琳玲)