

关注青少年健康

儿童不能承受之“重”

□ 实习记者 吴倩
本报记者 杨金伟

暑假期间,由于长时间居家,儿童可能饮食不规律,吃得多动得少,成为“小胖墩”的风险陡增。如何科学地预防和干预肥胖,是家长们关注的热点。本期将带领大家认识儿童肥胖与减重的误区。

六成或发展为成年肥胖

近年来,“小胖墩”现象愈加明显。《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》指出,6至17岁儿童青少年超重率和肥胖率分别为11.1%和7.9%,6岁以下儿童超重率和肥胖率分别为6.8%和3.6%。

“孩子胖是结实、体格好的表现”,存在这种观点的家长不在少数。首都

医科大学附属北京儿童医院儿童慢病管理中心米杰教授表示,肥胖其实是一种慢性疾病,可能对呼吸系统、心血管系统、内分泌系统、骨骼系统等身体多系统带来疾病风险。有六成的儿童肥胖会演变为成年期肥胖,从而损害成年期健康,增加慢性病发病风险。儿童期到成年期持续肥胖者发生冠心病、高血压、糖尿病等慢性病的风险远远高于体重正常者。

面对自己家的“小胖墩”,家长有些许无奈,既想让孩子减肥,又担忧减肥影响孩子智力。米杰表示,研究表明,肥胖儿童的活动能力、学习能力、交际能力明显比体重正常的儿童低,而且动手操作能力差、运动协调能力偏弱。与此同时,肥胖还会直接影响儿童心理发育,让他们缺乏自信,性格变得孤僻。因此,肥胖儿童需要及时减重,在保障孩子身体正常发育的基础上,通过合理适度的健康饮食、控制食物过度摄入、调整不当饮食行为以

及加强体育锻炼等科学的方法来控制体重过快增长,逐渐达到减肥效果。

减肥坚持吃动两平衡

“家长仅凭‘眼看’就判定自己的孩子是否肥胖,这不科学。肥胖的评定有科学的标准。”中日友好医院儿科主任医师张知新介绍,目前主要以两种方法判断,一是测定体脂含量,这是儿童肥胖判断的金标准,应用身高别体脂含量进行体脂含量的诊断与分度,体脂含量超过标准参考值的15%即为肥胖;二是体重指数法,即通常所说的BMI,对于6岁以上儿童来说,BMI值正常范围在15~18,大于18为超重,大于20则为肥胖。

“减肥一个月,为什么孩子看着还是这么胖?”这是米杰在日常出诊时被问及最多的问题。米杰表示,首先,对儿童减肥效果的评价不能仅凭体重是

否下降,要看BMI的变化情况,或体脂脂肪率(身体脂肪重量占总体重的比例)是否下降。对于学龄期的超重肥胖儿童,在保持身高持续正常发育前提下,BMI或体脂脂肪率不变或缓慢下降,就代表减肥有所成效。其次,对于个别减肥效果不理想的儿童,不要使用减肥药物或减肥食品,应该适时调整减肥方案。“如有必要,家长可以找

链接

依据产生原因,儿童肥胖包括症状(继发性)肥胖和单纯(原发性)肥胖。儿童以单纯性肥胖为主,继发性肥胖不足3%。

症状(继发性)肥胖是由于药物、下丘脑-垂体感染、肿瘤、创伤,以及一些遗传性及内分泌疾病(如皮质醇增多症、甲状腺功能减退、胰岛素瘤、Prader-Willi综合征等)

专业医疗机构寻求帮助,医生会制定个体化营养处方和运动处方,与家长一起,帮助孩子减重。”

“减重需要儿童、家长共同坚持,使控制饮食和体育锻炼融入自己的生活。”张知新说,只有长期坚持,体重才不会轻易反弹。实际上,减肥最终目的是改变不良的生活方式,让孩子养成合理膳食、适量运动的生活方式。

所致。除了肥胖,常伴有其他异常,如生长发育迟缓、性功能障碍、其他畸形、智力低下等。

单纯(原发性)肥胖是指与生活方式密切相关,以过度营养、运动不足、行为偏差为特征,全身脂肪组织普遍过度增生、堆积的慢性疾病,是一种排除了单基因遗传病和机体原有疾病导致的病理性肥胖。

湖北试点 部省属医院共建

本报讯(记者毛旭 通讯员应述辉)华中科技大学同济医学院附属同济医院与湖北省中西医结合医院联合开展“部省属医院共建战略协作试点”,试点期限为3年。这是记者从近日举行的湖北省第八届中西医结合医学发展高峰论坛上获悉的。

据介绍,双方将建立专科医疗技术帮扶机制,中西医结合医院部分临床科室施行双主任制度,同济医院将选派教授至中西医结合医院科室担任技术主任;中西医结合医院成熟的专科可加入同济医院各专科/专病医联体。同济医院将派遣相关专家定期到中西医结合医院开展手术指导、会诊查房、临床带教、学术讲座等。双方还将实行科对科精准帮扶,开展技术指导和实践教学,畅通双向转诊平台。

宁夏举办 医疗机构监管培训班

本报讯(记者张晓东 特约记者孙艳芳)近日,宁夏回族自治区卫生健康委举办医疗机构依法执业综合监管培训班,自治区级医疗机构、市县(区)二级以上公立综合医院分管院长参加了培训。

本次培训班邀请专家,结合全国医疗卫生监管现状和重点案例,对《医疗机构依法执业自查管理办法》进行解读,并就疫情防控常态化下传染病防治监督和医疗卫生监督进行培训。

吉林演练 方舱医院应急处置

本报讯(记者杨萍 刘也良)近日,吉林省卫生健康委在延边朝鲜族自治州珲春市组织开展方舱医院新冠肺炎疫情应急处置演练。

演练以面对面授课和实地演练形式展开。全省参加演练人员对珲春方舱医院建设过程、管理经验、工作开展情况进行详细了解,实地参观建设布局、流程设计和设备配备等,并开展轻症和康复患者入舱、出舱等6个场景的应急演练。

大连15家医院 实现“信用就医”

本报讯(记者邹欣芮 郭睿琦)自4月以来,大连市在辽宁省率先推出“信用就医”服务。截至目前,已有15家定点医院、1172家定点药房开通此项服务。

据了解,“信用就医”就是医保部门联合银行机构,为信用良好的参保人提供就医便利,患者可以先看病后还款,甚至可以分期还款。目前,大连“信用就医”最高信用额度为8000元,免息期长达59天,专项用于参保人在

定点医院定点药房购药、购买可由医保个人账户支付的商业补充医疗保险等。通过银行普惠金融与医保公共服务平台、市公共信用信息管理平台的有效对接,有效满足参保人小额短期急需就医资金需求,为守信参保人提供便利化服务。市民现在申请发行“医惠联名信用卡”,在指定医院门诊挂号享五折优惠,指定医院专家门诊、大型设备检查享专家预约。

大连市还将医保支付系统与银行支付系统无缝衔接,患者在诊室内用手机就可以实现医保结算和支付一步到位,无须再像以前一样,先刷医保卡,再刷银行卡。据介绍,大连参保人享受“信用就医”,只需关注“大连市医疗保障局”微信公众号,进入服务大厅点击“信用支付”,按提示即可办理。

学党史·办实事

夜间门诊解民忧

本报讯(记者唐湘利 通讯员韦璐莹)“医院开设夜间门诊,对我们上班族来说特别方便,而且是专家坐诊,既能及时就医,服务质量也有保障。”莫女士感叹道。

莫女士是广西壮族自治区南宁市一名中学班主任,患有颈椎疾病,工作日难以抽出时间就诊。当她得知广西中医药大学第一附属医院开放夜门诊,从今年5月开始,每周两个晚上到该院社医科治疗,目前病情明显好转。群众需求在哪,服务就要落在

夜间门诊解民忧

哪。广西中医药大学第一附属医院在调研中发现,白天门诊高峰期人流量大,既耗时又拥挤,患者就医不畅;一些“上班族”“学生族”怕耽误工作、学习,不敢请假就医,还有一些需持续进行健康管理的亚健康人群,难以在事务繁忙的白天定期就医。

该院通过调配专家资源,推出夜间门诊,每周一至周五的晚上7时至10时开诊。目前,该院东葛院区、仙葫院区夜间门诊出诊科室包括中医学未病中心、脾胃病科、肝病科、妇科、心

血管科、壮医针灸科等近30个学科,每周有近120名专家出诊,这些专家大多为平时“一号难求”的专家。

该院还将“为民服务解难题”作为践行初心的重点,通过党建引领专项活动,让党史学习教育更扎实。该院63个党支部与临床科室联合开展“中医药技术文化进社区系列公益诊疗活动”,医务人员走进社区、学校,教授八段锦、五禽戏等,并提供壮医针灸等特色疗法。今年以来,该院共举办大型公益诊疗活动近40场次。

□ 本报记者 刘欣茹
通讯员 王霏

毗邻港澳,东临深圳湾,西依珠江口,背靠大南山,深圳市前海蛇口自贸区医院正用融合创新之笔,描绘壮美的时代画卷。

“三名工程”项目持续落地,“国际诊疗中心建设”蓄势待发,医学创新分中心助力医疗服务模式步入精准化发展阶段……作为自贸区内唯一一家三级综合公立医院,深圳市前海蛇口自贸区医院正乘着时代的东风,踩准“特区+湾区+自贸区”三区叠加优势的“节拍”,积极构建中国特色社会主义先行示范区内的“人民满意医院”。

从“深圳市蛇口人民医院”到“深圳市前海蛇口自贸区医院”,再到“深圳市前海蛇口自贸区互联网医院”,名称的迭代更新背后是医院发展“深圳速度”的见证。

在擘画高质量发展新蓝图的道路上,深圳市前海蛇口自贸区医院坚持党建引领,以“思想建党、文化立院”为指引,深入贯彻落实广东省医疗系统党建“四有”工程,创新性提出党支部“四有”工作法,全体员工以“不待扬鞭自奋蹄”的精神,交出了一份份亮眼的答案。

红色引擎领航向 凝聚发展新动能

问渠那得清如许,为有源头活水来。“党建是医院发展的‘红色引擎’,只有不断创新党建工作方法,各项工作才有抓手,干事创业才有方向。”医院党委书记骆旭东如是说。

在这一思路的指引下,近一年来,全院上下积极探索,29个在职党支部提炼创新本支部的党建工作法,实现了基层党组织支部工作法全覆盖;结合新时代、新使命、新变局,医院进一步发挥党委把方向、管大局、作决策、促改革、保落实的领导作用,以高质量党建引领医院高质量发展,凝聚医院发展新动能。

在加强政治建设,担当自贸区医院建设新使命方面,医院贯彻落实各级党的基层组织3年行动规划和实施方案,建党百年南山区创建全国基层党建先锋区规划,落实第一议题学习制度,增强四个意识,坚定四个自信,切实做到两个维护,把讲政治方向。

在坚持党管意识形态方面,医院制定意识形态工作方案,召开7次理论中心组学习会;开展“大学习”活动,邀请相关专家来院讲座10余次;发布相关宣传报道234篇。

医院持续完善决策制度,严格执

行《医院党政议事决策规则》,召开党政联席会和党委会讨论医院重大事项;强化民主决策,实施“深调研”活动,完成对31个支部、39个临床医技科室的调研,共访谈372名人员,提交调研提纲77项;每月定期开展院领导接待日活动,截至目前已开展14次,接待30余人次;完成工会换届和职工代表选举工作,充分发挥工会和职代会参与决策作用。

通过打出一套党建创新“组合拳”,医院各项工作步入发展“快车道”。

以创建三甲为契机,医院医疗质量持续提升。2020年度市急诊综合考核及院前急救综合考核荣获“双A”好成绩,实现国家级课题零突破;建立特色专科、专病、专术及专药101个,启动30个专病中心建设;完成呼吸感染病房改造,稳步推进医院改扩建工程等重点项目,改善群众就医环境;对口帮扶3家单位,派出专家25人次,接收进修20人次,捐赠设备3台,坚持以人民为中心,把公益性写在医院发展旗帜上,把办好院方向。

疫情防控步入常态化的当下,医院科学防控,精准防控,实现阳性病例零漏诊、医务人员零感染、院内感染零发生;迅速完成了发热门诊的重组及开诊,组建了核酸检测实验室,实现核酸检测零的突破,仅用1个月的时间就开通了互联网医院的线上服务;实施区域网格化管理,加强院感和流调管理;高效完成了“歌诗达威尼斯号邮轮”处置工作,酒店隔离点保障工作完成全区标杆;咽拭子采集队下社区、入校园、进工厂,服务复工、复产与复产,助力“六保”和“六稳”……

对外合作蹄疾步稳 共绘优质医疗“同心圆”

来自深圳蛇口的吴女士(化名)发现乳房有肿物,原本计划北上广州医治的她,听说在深圳前海蛇口自贸区医院就能享受到中山大学孙逸仙纪念医院宋尔卫院士乳腺肿瘤防治团队的诊疗服务,决定改变行程,在“家门口”解决医疗需求。近日,在该院甲乳外

科,吴女士顺利接受了手术,恢复良好。让患者在家门口享受优质医疗服务,是前海蛇口自贸区医院最朴素的愿望。南山区高科技高学历人才云集,乳腺发病率居高不下,为缓解区域相关疾病诊治优质医疗资源的不足,医院积极响应政府号召,引进国际知名团队、全国乳腺癌诊疗顶级团队——宋尔卫院士乳腺肿瘤防治团队,为辖区女性提供一流防治服务。

2021年3月23日下午,医院党委书记骆旭东与中山大学孙逸仙纪念医院宋尔卫院士乳腺肿瘤防治团队举行签约仪式,双方将通过项目合作和联合培养等简洁高效的方式,共同开展临床相关诊疗研究,疑难病例会诊,高难度手术,新技术、新项目的临床应用指导,以及科研合作等,提升医院甲乳外科人才队伍建设新高度,促进人才培养迈上新台阶,为打造高端、国际化医院奠定坚实基础。

据医院甲乳外科党支部书记、主任张军介绍,合作开展近半年来,科室开展的新技术、新项目已达6项,宋尔卫院士团队的每一次查房、疑难病例会诊,对该院甲乳外科医护人员而言,都不啻为一次快速成长的“催化剂”。

从2021年3月18日上海复旦大学专家组来院调研,探索国际医疗中心建设,到2021年3月23日与中山大学孙逸仙纪念医院宋尔卫院士乳腺肿瘤防治团队签约,再到2021年4月9日与首都医科大学宣武医院吉训明教授团队签订“三名工程”高水平团队……近年来,医院的对外合作之路可谓蹄疾步稳,通过共绘优质医疗“同心圆”,让百姓在家门口享受优质医疗服务的愿望正在落地开花。

栽好梧桐树,方可引得凤凰来。为此,医院持续强化“人才强院”战略,制定短、中、长期人才规划;启动院级“三名工程”,引进首都医科大学宣武医院吉训明教授等5个专家团队;院内员工有235人申报了“深圳湾人才计划”;352人申请参加英语培训班;近一年新引进5名学科带头人,19名博士、51名硕士,获批设立市级博士后创新实践基地……“群英荟萃”正在为医院前行提供着澎湃动力。

对标对表谋飞跃 乘风破浪续新篇

“领会粤港澳大湾区、中国特色社会主义先行示范区和前海蛇口自贸区医疗卫生事业发展的使命,对标世界一流湾区医疗卫生及健康服务体系,建设、服务模式及公立医院改革发展的规律,坚持中国特色社会主义,坚持公立医院的公益性,坚持以人民健康为中心,以高质量发展为主线,以综合改革为总牵引,先行先试,大胆探索。”遵循深圳市前海蛇口自贸区“十四五”发展“路线图”,骆旭东细致描绘了医院相向而行的“施工图”,即依托前海蛇口自贸区医院建立新型南山区国际医疗卫生与健康服务新体系,朝着建设中国特色社会主义公立医院样板方向前行;利用前海蛇口自贸区政策红利,实现医疗与健康产业联动,激发医院创新活力,建立蛇口区域生命与健康产业总部经济集群;建设大湾区高水平的国际临床医学中心。

“从一片滩涂到一座现代化新城,前海一张白纸画出最美好的图画”。前海蛇口自贸区医院将继续传承这座城市的创新基因,应用平台思维,对标对表谋飞跃,乘风破浪续新篇。

打造国家级医疗服务平台。医院将引进国际医疗技术、药品、器械,国际医保和商业保险等,同时,向国际推广中医中药,提供国际化同质服务;在科技大厦建设国际医疗部,在深圳湾一号建设国际化社康中心,设立中山大学宋尔卫院士团队、广州中医药大学杨志奇教授团队等名医工作室;与新加坡等国际医疗集团合作,借鉴先进的管理模式和薪酬体系,开展国际化的线下与线上医疗卫生与健康服务。

建设生物医学临床应用转化协同创新平台。医院将奋力打造成为医学科学研究与成果转化平台、医学教育与国际交流平台、生命健康综合创新平台、产业孵化平台、大湾区高水平国际医学中心。

秉承“创新引领,高效转化”的理念,医院以干细胞、免疫细胞治疗技术为核心,联合多学科科技开展临床研



宋尔卫院士、刘强副院长、聂燕教授等专家在医院甲乳外科指导临床工作

究及相关成果转化,打造国内领先、国际一流的专业化细胞治疗临床研究与转化医学平台,推动自贸区细胞治疗产业的发展,促进自贸区健康事业迈上新台阶,加速深圳市国际化转化医学应用研究发展。

建设3D打印及再生医学临床转化服务平台。医院将建立包括但不限于增材制造(3D打印)医学中心、个性化医疗器械应用中心、生物3D打印基础研究中心、医用3D打印材料研究中心、康复辅具3D打印研究与应用中心、3D打印医学检测检验中心、医疗器材制造培训中心和生物3D打印再造器官及其临床试验研究中心,打造前海蛇口自贸区3D打印综合服务示范平台,推进临床、科研、教学等相关平台的快速发展。

医院建设国际化GCP中心和I期药物临床试验中心,促进国内外先进创新药物、器械来前海蛇口自贸区开展临床转化应用。

同时,医院积极对标国际前沿,以项目促发展,建立先行示范区项目库197个,制定“自贸区整合型国际医疗服务体系建设”“蛇口区域国际医疗服务平台建设”“自贸区医疗卫生与健康综合创新平台建设”等3个先试项目

方案……

随着医院第一名称变更为“深圳市前海蛇口自贸区医院”,医院党委主动承接国家战略,对标国内外区域医疗中心建设,邀请新加坡医院管理研究院及复旦大学医院管理研究所平行规划,用国际视野,高标准、高起点、高质量制订医院发展战略规划和医院“十四五”规划;医院积极对接上级相关部门,调整发展定位,拓展医疗业务用地,进一步为医院发展“问诊把脉”。

乘着“互联网+”的东风,医院获批增名“深圳市前海蛇口自贸区互联网医院”,在区内率先开出第一张线上处方,群众就医更加便捷……

一张蓝图绘到底。如今,医院新的行政综合大楼正在拔地而起,一路之隔的蛇口网谷科技大厦内,一项项科研成果正在加速转化。随着粤港澳大湾区进入全方位、全领域、全链条深度融合和创新合作的新阶段,前海蛇口自贸区医院也将继续破浪前行,续写创新发展新篇章。

图片由深圳市前海蛇口自贸区医院提供