

国家喊你管体重！有人逆袭成功，有人即刻出发，你嘞？

台州市立医院 2025年03月14日 20:15 浙江



3月9日，在十四届全国人大三次会议民生主题记者会上，国家卫生健康委员会主任雷海潮宣布了一个重磅消息：未来三年，全国将开展“体重管理年”行动，倡导健康生活方式！

一时间，“国家喊你管体重”的口号火遍全网，朋友圈、短视频平台都在热议，仿佛一夜之间，大家都开始关注起了自己的体重。





这不，家住椒江的37岁陈女士也坐不住了。看着镜子里日渐圆润的自己，她一拍大腿：“是时候改变了！”

于是，她果断预约了**台州市立医院体重管理多学科联合（MDT）门诊**。到了医院，**营养科、内分泌科、胃肠肛肠外科、中医科**的专家们齐上阵，像开“健康大会”一样，为陈女士量身定制了一套个性化减重方案。**从饮食调整到生活习惯，再到中医体质调理**，面面俱到，简直是为她打造了一份“瘦身秘籍”！

“秘籍”在手，陈女士对自己的减重蜕变之路充满了信心。



体重管理MDT门诊

就在陈女士刚刚开启自己的减重之旅时，今年46岁的麦先生在减重上已经取得了阶段性的成果。

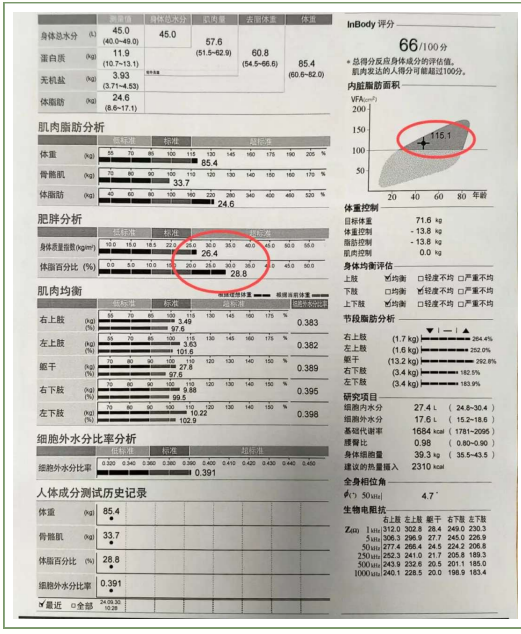
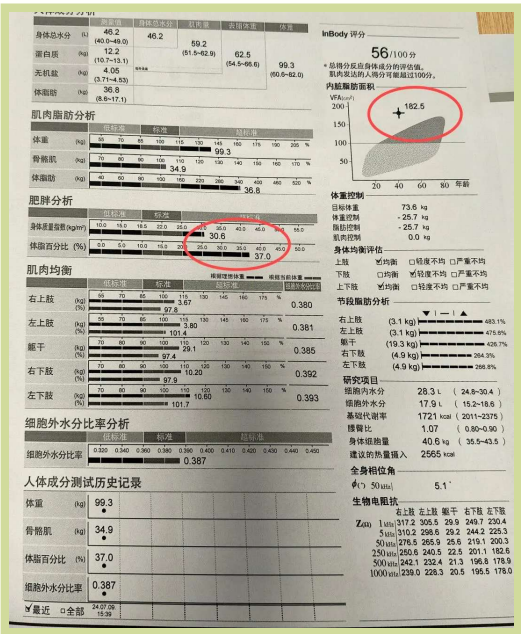
麦先生因工作需要经常喝酒应酬，小肚腩日渐突出，自从一次踝关节受伤后，运动也成了奢望，更让他着急的是体检查出了一系列问题——**肝功能异常、高尿酸血症，高血压……长期服用多种降压药物更是让他的体重“雪上加霜”！**

项目名称	结果	正常值
BMI（身体质量指数）	30.6kg/m2	18.5-23.9kg/m2
体脂百分比	37%	18%-24%
腰围	126cm	<85cm
内脏脂肪	182.5cm²	<100cm²
γ-谷氨酰转肽酶	87.0U/L↑	10.0-60.0U/L
尿酸	514μmol↑	208.0-428.0μmol
血压	130/94mmHg	收缩压90-139mmHg 舒张压60-89mmHg

麦先生各项“飘红”的体检数据

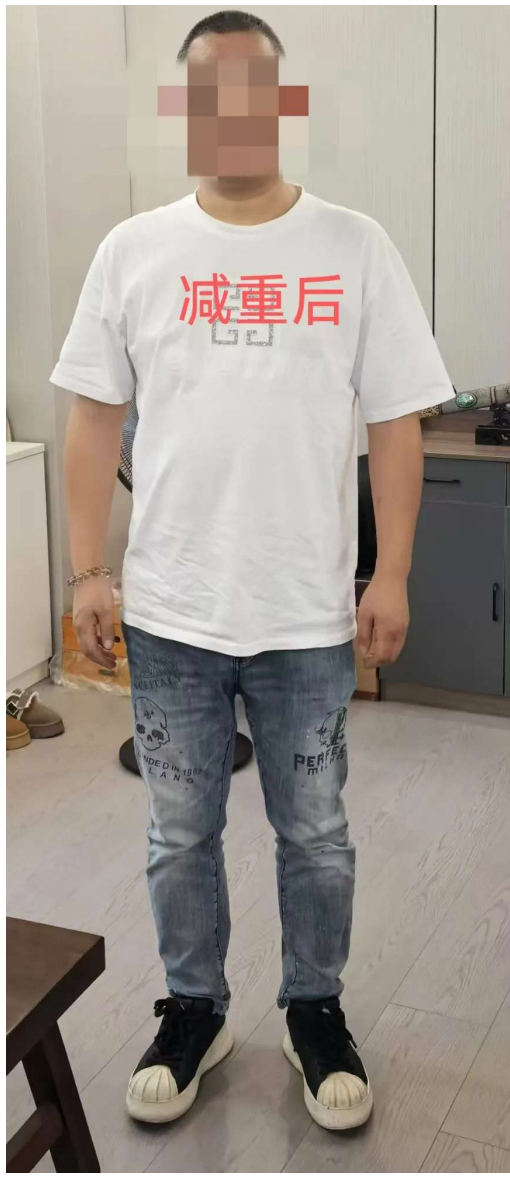
数月前，忧心忡忡的麦先生在亲戚的强烈推荐下，来到了台州市立医院，经过详细专业的评估后，麦先生果断加入医院的减重管理项目，开启了自己的健康逆袭。

短短两个月，经过台州市立医院体重管理团队的减重干预与专业指导，麦先生的变化简直让人目瞪口呆！他**成功甩掉了27.8斤的“负担”**，其中24斤都是实打实的脂肪！**腰围也从“水桶级别”缩到了100cm**，体检报告上的各项指标纷纷回归正常，**连吃了很多年的降压药也彻底“下岗”了**。现在的麦先生，走路带风，笑容满面，整个人焕然一新。



麦先生减重2个月身体指标变化

到了减重管理的第3个月，**麦先生的体重成功降到81kg，整整甩掉了36.6斤！**更让人佩服的是，麦先生不仅瘦了，还稳住了。就连美食扎堆的春节都没能动摇他的决心，体重愣是一点没反弹。



麦先生和陈女士的故事，只是台州市立医院体重管理众多成功案例中的冰山一角。作为专业减重管理领域的“老司机”，台州市立医院多年来一直致力于帮助超重和肥胖人群科学减重，陆续开设了**肥胖专病门诊、肥胖营养门诊以及体重管理多学科联合（MDT）门诊**，通过专业评估后为超重/肥胖患者选择个性化减重方案，促进健康科学减重。

2024年，医院体重管理团队更是火力全开，全年接受超重/肥胖人群咨询**近5000人次**，接受专业减重管理**人均每月减重达到8-17斤**。

如今，随着“体重管理年”行动的推进，将会有越来越多的人将加入这场健康减重的热潮。你，准备好了吗？跟着国家的号召，一起科学减重，甩掉“游泳圈”，告别“大象腿”，拥抱更健康的自己吧！

台州市立医院
体重管理多学科联合门诊





门诊时间

每周三上午



门诊地点

新院区门诊4楼健康管理中心3号间



预约方式

① 微信预约

扫码关注“台州市立医院”微信公众号，进入“挂号缴费”→“预约挂号”→“市府大道新院区”→“内科系统”→“营养科”→“新院-体重管理MDT门诊”



② 电话预约

预约服务电话：114或0576-88888100



门诊内容

① 专业诊断与评估

体重管理多学科联合门诊由资深的营养科医生、内分泌医生、胃肠肛肠外科医生和中医医生组成专业团队，利用先进的诊断工具和评估方法，对超重肥胖个体进行全面的诊断与评估。

② 综合治疗方案

体重管理多学科联合门诊会结合患者的具体情况和病史，量身制定的治疗方案，包括饮食运动管理、中药汤剂调理、药物治疗、心理康复及减重手术等，帮助患者达到健康体重。

专家简介



徐灵芝 营养科副主任医师

简介：台州市营养学会临床营养专委会副主委、台州临床营养中心成员、浙江省医师协会营养医师专业委员会委员、中国老年医学学会营养与卫生安全分会委员，从事内分泌、代谢性疾病及临床营养的诊疗工作，具有深厚的理论基础及临床经验。

擅长：各类人群肥胖、消瘦患者的体重管理，饮食营养指导，糖尿病及其并发症、垂体、甲状腺、肾上腺疾病及痛风、高脂血症等内分泌代谢性疾病的诊疗。



应巧 内分泌科副主任医师

简介：医学硕士，毕业于上海交通大学医学院，台州市医学会内分泌学分会委员，浙江省医师协会营养医师专业委员会青年委员。从事内分泌代谢病诊治十余年，主持及参与市厅级课题多项，在国内外杂志发表多篇论文。

擅长：糖尿病及急慢性并发症、肥胖症、痛风、甲状腺、肾上腺等相关疾病的诊治。



马学强 胃肠肛肠外科主任医师

简介：胃肠肛肠外科副主任，医学硕士，台州学院临床学院外科教研室主任、住院医师规培外科基地教学主任。台州市医学会胃肠外科分会委员，全国卫生产业企业管理协会疝和腹壁外科产业及临床研究分会第二学术委员会委员。从事普外科工作30年，先后在浙江大学医学院附属第一医院、德国科隆Augustinerinnen医院、复旦大学附属上海肿瘤医院及浙江大学附属邵逸夫医院进修学习。承担省、市级科研课题6项，获台州市科技进步三等奖2项。

擅长：腹外疝、胃肠肿瘤、痔疮、肛瘘及肥胖疾病的诊断与治疗，胃肠镜检查及胃肠息肉内镜治疗。



池苗苗 中医科主治医师

简介：中西医结合肿瘤方向硕士研究生，毕业于浙江中医药大学，师从浙江省中医院肿瘤科谢长生主任医师，参与省自然科学基金课题1项，省中管局课题1项，发表学术论文4篇。

擅长：体质调理，治疗胃炎、肠炎、反流性食管炎、消化不良、便秘等脾胃病，外感咳嗽等呼吸道疾病，肺癌、胃癌、大肠癌等肿瘤疾病，颅脑外伤、脑出血后遗症等疾病的诊治。

III

供稿 | 营养科 卓涛涛

编辑排版 | 宣传统战部

审核 | 徐灵芝 吴莎



扫码关注
台州市立医院
微信公众号





台州市立医院

台州学院附属市立医院

扫码关注

台州市立医院眼科中心

微信公众号



微信扫码了解政策

一键进入医保办事

—— 医保政策宣传码 ——



