

“健康体重 医者先行”庆祝医师节主题推进活动在京举行 为医师健康行动加油！



医师报讯（融媒体记者 杨瑞静）“广大医务人员用实际行动维护人民健康，以生命赴使命、以挚爱护苍生，用精湛医术托举生命希望，让无数患者重获健康，彰显了‘敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆’精神和中国医疗的硬实力。”8月18日上午，由中国医院协会主办、首都医科大学附属北京世纪坛医院（以下简称“北京世纪坛医院”）承办、《医师报》社支持的中国医院协会“健康体重 医者先行”庆祝第八个医师节主题推进活动在京举行。中国医院协会常务副会长毛群安在致辞中说。

在第八个中国医师节前夕，这场会议选择用最直接的数据，揭示一个不被重视的现实：被公众视为健康守护者的医务工作者，正在成为肥胖和慢性病的高发人群。

“今天的会议，是一场持续行动的加油站。”主持人、《医师报》执行社长兼执行总编辑张艳萍在开场时的话语意味深长。自国家卫健委2024年部署“体重管理年”活动以来，中国医院协会迅速响应，启动“健康体重 医者先行”专项行动，希望以医务群体这一“健康榜样”为支点，撬动全民体重管理的社会氛围，让健康理念真正融入生活。



毛群安 副会长



张骞 院长



赵升国 会长



刘连新 党委书记



梁勇 主任委员



郭锋 研究员

医师健康不是“私事”

长久以来，医生的健康被公众默认为“理所应当”。

毛群安在致辞中强调，中国医师节的设立，是为了表彰医师对社会作出的贡献，是对医务工作者的关怀。他指出，2024年以来，中国医院协会落实国家卫生健康委

“体重管理年”活动要求，聚焦医务人员健康，开展“健康体重 医者先行”行动，得到了广大医务人员的积极支持和广泛参与，为促进医务人员健康提供了可靠的数据支持和具体抓手。

首都医科大学附属北

京世纪坛医院院长张骞用自己的生活习惯为健康理念“代言”：他每周至少三次从家跑步10公里到医院。“我们习惯了为患者计算血压、血糖的数值，却常常忽略自己体检报告上的异常指标；我们能精

准叮嘱患者‘按时作息、清淡饮食’，自己却总在值完夜班后拖着疲惫的身躯继续工作。”张骞说，医者的健康不是“私事”，而是关乎医疗质量的“大事”；不是“选择题”，而是必须践行的“必修课”。

数据直击：医师群体的健康隐忧

来自中国医院协会疾病与健康专委会对全国6.4万余份医务工作者的调查数据，为医生的健康状况勾勒出更完整图景。

“我国医务工作者超重/肥胖率达36.2%。”中国医院协会疾病与健康专委会主任委员、中国科学技术大学附属第一医院（安徽省立医院）党委

书记刘连新分析数据指出，我国医务工作者中，21.4%患有明确诊断的疾病或异常，其中，甲状腺疾病（5.7%）、脂肪肝（4.4%）、高血压（4.3%）为排名前三的慢性病；

整体睡眠情况欠佳，23.7%睡眠时长不足7小时，入睡困难和夜间易醒是最主要的睡眠困扰；

普遍缺乏运动锻炼，45.0%从不锻炼。这些都成为了影响医务工作者健康管理的负面因素。

刘连新建议，要从制度和机制层面回应这一现实：科学设定工作时长和轮班制度，开发符合生理节律的排班模式，加强职业损伤预防和医患沟通培训，建立应激事件应对机制，从而降低执

业环境健康风险。

国家卫健委卫生发展研究中心健康经济与保障研究部研究员郭锋解读《中国医务人员职业健康风险与保障》。他说，数据显示，32.60%的医务人员曾发生职业暴露，47.49%在2023年遭受过医疗场所暴力，超50%存在心理健康问题，工作压力是主要诱因。

诊室里治病救人 诊室外身体力行

如果说数据令人警醒，那么案例则更加触人心。

一位体重高达740斤的患者，经过多学科干预，仅8个月便减重422斤、目前体重318斤。中日友好医院普外科代谢减重中心主任孟化分享这个特殊病例背后，是肥胖对生命质量的严重威胁，

也是科学干预的强大力量。

“肥胖不是个别人的问题，而是我们每个人的问题。拒绝肥胖污名化，就是要直面现实。”他强调，肥胖是慢性疾病的独立危险因素。在该中心，每位患者都会接受内科、外科、营养科、中医科和康复科等多学科诊疗，真正实现全方位干预。

其中代谢减重手术是治疗肥胖及相关重大慢病的强有力手段。他提供的一组数据显示，10年以上糖尿病患者仍有逆转希望，代谢手术后1、2、3年糖尿病缓解率

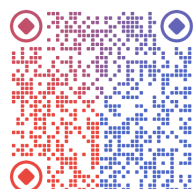
分别是65%、55%、45%。

“体重管理关注的是健康，减重只是体重管理的其中一个结果。”北京世纪坛医院减重代谢外科主任廉东波根据临床实践指出，体重管理必须依托多学科诊疗模式。北京世纪坛医院目前已构建覆盖全生命周期的体重管理体系，提供涵盖成人、儿童、青少年、孕产妇、中老年等，包括强化生活方式管理、膳食指导、中医针灸、运动指导、药物治疗、心理支持、减重外科手术及整形塑型在内的多学科治疗手段，

打造集“精准评估、个性化干预、长期随访”为一体的体重管理平台。

廉东波引用一句话总结道：“医生要在诊室里治病救人，更要在诊室外身体力行，追求健康的生活方式，树立一个健康管理的榜样。”

（下转03版）



关联阅读全文
扫一扫

“健康中国 你我同行·健康体重 医者先行”

