

“健康体重 医者先行” 2025 首都国际医学大会序章开幕 医者行动 引领健康风尚



主持人：国家政
中国医院协会副会长

医师报讯（融媒体记者 管颜青 杨瑞静）“九九相约，健康相伴”。9月13日上午，在中国医院协会主办的2025首都国际医学大会上，序章环节围绕“健康体重 医者先行”主题展开。会议通过视频回顾，展现了中国医院协会与行业单位联合开展的五大专项活动成效及各地开展活动的精彩瞬间，并以活力四射的健康韵律操、刚柔并济的太极扇表演配合，彰显了医者们的健康引领风采。



扫一扫
关联阅读全文

见证健康传播足迹

为贯彻落实国家卫生健康委等部门《“体重管理年”活动实施方案》要求，2024年首都国际医学大会期间，中国医院协会携手行业单位联合发布“健康体重 医者先行”倡议，开展中国医务工作者健康状况调研、医院科普制作与使用规范、健康科普征集、医院创新案例以及健步走五个专项活动，得到行业单位、社会各界的广泛支持，主题活动遍布全国等地，取得了阶段性成果。

成果展示 助力健康中国

在“健康体重 医者先行”成果展示环节，中国医院协会公布了“中国医务工作者健康状况调研”突出贡献单位、“健康体重 医者先行”创新案例单位、“健康体重 医者先行”科普征集突出贡献单位、创新科普作品等多项成果。这些成果科学评估体重管理相关政策及活动对改善医务工作者健康状况的成效，推广体重管理优秀实践案例，引领行业健康发展，并通过科普宣传提升健康体重管理意识，助力健康中国建设。



“中国医务工作者健康状况调研”突出贡献单位

- | | | | |
|--------------|-------------|----------------|----------------|
| 山东省立医院 | 四川大学华西医院 | 阜外华中心血管病医院 | 首都医科大学附属北京地坛医院 |
| 山西省运城市中心医院 | 内蒙古自治区人民医院 | 河南省人民医院 | 哈尔滨医科大学附属第四医院 |
| 广西医科大学第一附属医院 | 内蒙古医科大学附属医院 | 南皮县人民医院 | 信阳市中心医院 |
| 中国医科大学附属盛京医院 | 长治医学院附属和平医院 | 南京医科大学附属泰州人民医院 | 盐城市第三人民医院 |
| 中国医学科学院肿瘤医院 | 湖南第一附属医院 | 南华大学附属医院 | 南华大学附属医院 |

“中国医务工作者健康状况调研”突出贡献单位代表



“健康体重 医者先行”创新案例单位

“健康体重 医者先行”创新案例单位代表



健康体重 医者先行 科普征集突出贡献单位、创新科普作品个人

“健康体重 医者先行”科普征集突出贡献单位、创新科普作品代表



北京世纪坛医院职工社团带来了健康韵律操和太极扇表演



现场访谈

健康体重正成为全民共建的社会共识

在“健康体重 医者先行”倡议发布一周年之际，《医师报》采访了来自新闻出版、健康教育、临床医学和金融等领域的12位专家。他们谈论的不是简单的减重，而是慢病防控、公共卫生战略，以及社会生活方式的改变。



扫一扫
观看视频

把科学理念转化为日常习惯

健康报社有限公司党委书记、董事长许培海指出，体重管理是涉及慢病防控、生活方式养成和社会健康新时尚的重大公共议题。他本人坚持太极和慢跑，用亲身实践传递“健康既是权利，也是责任”的信念。

“体重管理的关键在于把科学理念转化为日常习惯。”人民卫生出版社党委副书记、总经理李新华表示，“教材和科普出版不仅传递信息，更要提供可操作的方法，帮助公众真正落实到饮食、运动等生活细节上。”

“体重健康是全民健康的重要基石。”中国健康管理协会会长姚军表示，中国健康管理协会通过启动健康体重管理服务方案征集活动、主办“体重管理门诊运营模式与关键技术”先导论坛等，

多维度协同发力，切实惠及更广泛人群。

中国健康教育中心副主任吴敬表示，肥胖已被医学界认定为疾病，是心脑血管病、肿瘤等慢病的重要风险因素。目前，该中心已将体重管理纳入《公民健康素养66条》，并开发培训教材和音视频科普素材，推动医生成为健康知识传播的重要力量。

中国健康促进与教育协会副会长王玲玲说，“体重管理年”三年行动，明确提出“健康体重是全民健康的核心指标”。为此，协会牵头起草了体重管理核心知识，联合多家机构发布儿童体重倡议。同时，协会通过健康中国基层行和健康传播技能大赛等平台，把体重管理纳入科普核心内容，以推动全民健康意识的提升。

体重管理的理念要落地，还必须借助社会多元合力，才能形成持续推动的力量。

中国家庭报社常务副社长王大冬指出，肥胖是多种慢病的根源。他介绍，媒体应当倡导健康生活方式，并把体重管理融入活动和会议，也可在内部倡导职工改变饮食、坚持运

首都医科大学附属北京妇产医院产科首席专家李光辉指出，“女性体重管理不仅影响个人健康，更关乎下一代甚至孙辈的健康。”早在2005年，北京妇产医院就已启动孕妇体重管理工作，帮助孕产妇控制体重。

多元合力共建健康生态

他强调，健康体重行动应是长期战略，而非短期运动。

上海浦东发展银行股份有限公司总行机构业务部总经理杜晓哲认为，体重管理将催生一个跨学科、跨行业的健康产业生态。“金融可助力健康生态，推动营养、运动、监测等产业协同发展，贡献

厦门大学附属翔安医院心血管中心主任刘宗泓提醒，体重超标直接关联高血压、高血脂和心肌梗死风险。他坚持每日跑步五公里，以此作为对患者最直观的示范，“医者要先管好自己，才能赢得患者的信任”。

上万亿级市场潜力。”她介绍，浦发通过数字化能力支持智慧医院建设，推动“AI+慢病管理”，并为健康产业链上的企业提供融资和跨境服务。

浙江省中医院副院长金娟则分享了以“重科普、重运动、重科学”构建减重“黄金三角”新范式的创新案例。医院联合多方

广州医科大学附属第一医院血管外科主任王海洋认为，体重过大是血管疾病的重要诱因。减重不仅能降低发病率，还能改善已患疾病的症状。他本人通过清淡饮食、日常锻炼和木间小运动来保持状态，以自身行动向同行

建立健康教育学院普及健康知识，开展健步走等活动传递健康信念，更创新推出“2+5+21”中西医结合体重管理模式，帮助患者实现平均超过3.8公斤的减重效果。她强调，中医“治未病”的理念与现代穿戴设备结合，可为公众提供更安全、长期、系统的体重管理方案。

和患者示范。

哈尔滨市第一医院普外一科负责人徐东升坦言，肥胖患者在手术中的风险显著增加，既增加麻醉难度，也延长术后恢复。他呼吁医务人员自我管理，避免成为“高危人群”，用健康形象增强患者信任。

以健康形象增强患者信任