

## 如何科学“减肥”

## 体重管理门诊加速落地

今年4月,国家卫生健康委办公厅、国家中医药局综合司联合发布《关于做好健康体重管理门诊设置与管理工作的通知》,要求国家卫生健康委、国家中医药局属(管)省(区、市)属综合医院、儿童医院、中医医院要在2025年6月底前基本实现健康体重管理门诊设置全覆盖。

目前体重管理门诊开设情况如何?公立医院在健康减重方面有什么“秘诀”?“新华视点”记者在多地进行了调查。



北京大学第一医院多学科联合减重门诊医生为有减重需求的人进行科普授课。(北京大学第一医院供图)

## 科学减重需求旺盛

走进北京大学第一医院多学科联合减重门诊,候诊区坐满了人。42岁的王女士身高1.65米,体重达85公斤,体检时血糖偏高让她心急如焚。“以前减肥盲目节食,总是反弹。”王女士说,“听说这里能科学减重,就赶紧来了。”

像王女士这样的案例并非个例。国家卫生健康委数据显示,我国18岁及以上居民超重及肥胖率已超50%。肥胖及相关代谢性疾病,如高血压、糖尿病、高血脂等,已成为影响国民健康的重要公共卫生问题。

肥胖率攀升的背后,是现代社会生活方式的深刻变化。快节奏的工作模式让“久坐”成为常态,外卖、快餐等高热量饮食占据了日常餐桌,运动时间却严重不足。

此外,儿童肥胖问题同样不容忽视。中国疾控中心数据显示,当前,我国6岁至17岁儿童青少年超重肥胖率约为19%。专家指出,超重肥胖儿童往往合并多种代谢紊乱问题,还易产生焦虑、抑郁等心理健康问题。

为了减肥,很多人尝试过极端节食、代餐甚至减肥药,

但往往反弹快,甚至损害健康。科学减重需要医学干预,而非盲目尝试。

北京大学第一医院多学科联合减重门诊暨减重中心副主任医师陆迪菲表示,体重管理不是单纯减重,而是改善整体健康。

陆迪菲介绍,该门诊自2016年成立以来,已接诊超2000名患者,规律随访近1000名患者。今年一季度,就诊人数和就诊人次较去年同期增加超60%。通过综合干预,体重较基线下降超5%的患者达40.9%至50.9%。

据不完全统计,目前全国多地医院已开设体重管理门诊。其中,苏州已有37家医院设立健康体重管理门诊;上海大部分市级医院和区级医院、近半数的社区卫生服务中心都已开设与体重管理相关门诊。

## 体重管理门诊并非简单“开减肥药”

记者走访多地发现,体重管理门诊并非简单“开减肥药”,而是结合医学评估、营养指导、运动处方、行为干预等综合手段,形成个性化方案。

“与商业机构相比,公立医院体重管理门诊的核心优势在于其医疗专业性和科学规范性。”中国医院协会常务副会长毛群安说。

北京大学第一医院多学科联合减重门诊为王女士提供了一整套减重方案:接诊医生先对她进行体脂分析、代谢率检测和饮食习惯评估,然后由临床营养师为她制定低升糖指数饮食方案,运动康复师根据她的膝关节情况推荐游泳和快走相结合的方式。中医科医生还为她进行体质辨识,建议配合针灸和中药调理代谢。

苏州市立医院院长陈彦介绍,体重管理中心并非由一个科室单打独斗,而是采用多学科协作模式,由内分泌科、运动医学中心、营养科、消化内科、胃肠外科、中医科、体检中心等多学科团队紧密协作,确保患者获得全方位健康管理支持。

中医在体重管理中也发挥着独特作用。“中医讲究‘治未病’与整体观,体重管理要通过调理脾胃、祛湿化痰等方式重建人体代谢平衡。”苏州市立医院康复院区中医科主任王晓文说。

部分基层社区医院也在试点体重管理服务。杭州市拱墅区长庆潮鸣街道社区卫生服务中心的营养体重管理门诊自2024年7月开设以来,门诊业务量维持在每周6至10人,已累计管理110余名就诊者,其中减重2.5公斤以上的就诊者达22人。

“该中心门诊挂号费全免,专业营养咨询按医保丙类收费25元/次,人体成分分析自费50元/次,线上随访全程‘零付费’。”中心主任医师许丽琼表示,社区门诊的优势在于价格亲民、就近便捷,且能结合慢性病管理,为高血压、糖尿病患者提供长期膳食指导。

## 如何让科学减重“可持续”

尽管体重管理门诊发展迅速,但在落地过程中仍面临理念、人才、考核机制等挑战。受访专家表示,未来需从政策支持、公众教育、技术创新等方面进一步完善。

据了解,目前一些医院未将体重管理纳入科室考核指标,导致医务人员积极性不高。专家建议,可开发智慧管理系统自动抓取减重效果数据并换算为绩效点数;比如,管理1例成功减重10%的患者,团队可获得相当于3个普通门诊的绩效。

记者了解到,目前多数地区的体重管理门诊费用需患者自费,部分检查项目、减重药物等未被纳入医保,导致一些患者因经济原因无法坚持全程管理。北京大学第一医院儿童医学中心儿内科研究员韩颖建议,探索医保支付方式改革,推动将部分体重管理服务纳入基本公共卫生服务项目。

韩颖说,儿童科学减重速度应是每周0.5公斤左右,过快减重可能导致肌肉流失、代谢下降。建议加强健康宣教,提高公众对科学减重的认知。同时,相关部门应加强监管,确保体重管理服务的科学性和规范性,避免被商业行为带偏。

受访专家建议,下一步应制定国家标准,建立从筛查诊断到随访管理的全流程规范,推动“互联网+体重管理”模式,让科学减重服务更可及。同时,鼓励支持有条件的基层医疗卫生机构设置体重管理门诊,未来更多社区医院有望成为居民健康减重的“第一站”,形成“医院—社区—家庭”联动机制。新华社“新华视点”记者李恒 顾天成 黄筱

(新华社北京5月26日电)



2024年10月4日,游客在河南开封清明上河园景区观看沉浸式科技空间秀《爱雅宋》。新华社发(袁航 摄)

河南开封,清明上河园景区内人潮涌动。

沉浸式科技空间秀《爱雅宋》,将实景构建与虚拟现实技术巧妙结合,以“琴”“棋”“书”“画”“天问”五重场景,创新表达宋代美学;《飞越清明上河图》球幕影院里,借助数字技术打造5D视效,游客仿佛“步入画卷”,穿越千年,一览昔日东京汴梁城的繁华盛景……

科技赋能下,沉浸式体验不仅让传统文化焕发新活力,也让文旅消费市场呈现“人财两旺”的热闹景象:今年“五一”假期,清明上河园景区共接待游客量55.78万人次,总收入7508.88万元,较2024年同期分别增长44.28%和47.55%。

从科技感十足的文旅场景,到满足“个性化定制”的文化产品服务,再到不断升温的线上演播等文化业态……随着虚拟现实、人工智能、大模型等新技术在文化领域的深入应用,更多元、更智能、更便捷的文化消费新体验、新模式持续涌现,进一步激发了市场潜力,也增强了人们的文化获得感、幸福感。

## ■ 创新场景丰富消费体验

走进主题展厅,戴上VR眼镜,逼真的视觉效果打破虚实边界,观众仿佛从实体经济空间走入无垠的数字宇宙,或深潜海底、遨游太空,抑或组队雪山探秘、穿梭恐龙世界……

5月1日,北京798超维视界VR院线面向公众开放。通过“实景锚点+虚拟叙事”技术,首批推出的8部VR影片包含国风悬疑、科幻冒险等多个主题,以兼具沉浸感、交互性、美学价值的多维体验,打造线下文化消费新场景,吸引不少游客前来打卡。

近年来,数字技术的广泛应用改变了传统的文化生产和传播方式,赋予文化消费更丰富的形式和更广阔的空间。”中国政法大学社会学院讲师王夏雨认为,过去,文化消费往往受到地域、交通等限制,而数字技术打破了这种局限,使文化消费成为更广范围的共同体验。

目光转向全国,《奇遇三星堆》沉浸探索展重现古蜀文化的瑰丽奇观;“5G大运河沉浸式体验区”成为江苏扬州中国大运河博物馆人气最旺的打卡点;广东潮州涵碧楼引入虚拟现实、增强现实技术还原历史场景、讲述红色故事……以数字化、网络化、智能化为技术支撑,越来越多沉浸式、互动式的文化消费新场景不断涌现,为文旅市场带来新的热点和增长点。

北京大学艺术学院教授向勇认为,打造新型场景消费,通过进一步增强场景叙事、环境叙事、空间叙事的内容创意能力,将文化主题、故事讲述、技术赋能等充分整合起来,实现艺术与商业、审美与生活、人文与技术、实用功能与社交情感的深度融合。

## ■ 优化供给满足消费需求

伴随着生活水平和数字素养的提升,人们对文化消费的个性化、品质化需求不断增长。利用大数据、AI技术等获取用户数据、分析用户偏好,定制消费服务也随之走俏。

收到了绣有自己宠物猫咪图案的精美苏绣团扇,来自北京的消费者张小姐欣喜地说:“只需给商家提供一张图片,就能收获一件独属于自己的商品,特别有纪念意义,参与设计也让我很有成就感。”

数字技术的发展,一方面为文化消费提供了更多元的选择,让人们可以更加积极地参与到产品和服务的设计与创新中。另一方面,也让文化企业能够精准定位目标受众,提供个性化、精细化的文化产品和服务,充分挖掘潜在消费需求,培育新的消费理念。

比如,内容共创模式受到青睐。以三体为命题内容的创意设计活动,吸引了众多海内外三体爱好者和创作者的参与,优秀作品被收录进衍生出版物和线下展览,进一步带动IP影响力和周边文创产品消费。

再如,智能化伴游获得关注。文旅智能体“杭小忆”“AI南京”等,通过AI技术实现文旅资源精准匹配,为游客提供个性化服务,成为人们新的旅游“打卡点”。

商务部研究院流通与消费研究所研究员关利欣说,要顺应新一代信息技术与文化产业深度融合趋势,根据文化消费人群特征精准打造文化产业供应链,提供个性化、体验式文化产品和服务,以高质量文化供给满足居民文化消费需求。

## ■ 焕新业态激发消费动能

关利欣指出,随着信息技术的演进和智能设备的普及,线上文化消费快速发展,消费者可以通过各种数字平台获取文化产品和服务,数字文化消费逐渐成为文化消费的主要形态。

同时,线上演播、数字娱乐、知识付费等一批文化新业态的兴起,也引领了文化消费潮流、扩大了文化消费规模。

新业态澎湃新动能——数据显示,2024年,全国规模以上文化及相关产业企业实现营业收入141510亿元,比上年增长6%,文化新业态特征较为明显的16个行业小类实现营业收入59082亿元,比上年增长9.8%;人均教育文化娱乐消费支出增长9.8%,其中文化娱乐支出增长16.1%。文化“软实力”正不断转化为经济“硬实力”。

新业态带动新时尚——黎锦、苗绣、蜡染等精美的非遗产品通过线上直播走进千家万户,东方美学成为新的时尚潮流;首款国产3A游戏《黑神话:悟空》走红海内外,全方位引发消费溢出效应,更让世界看见中华文化的独特魅力。

展望未来,我们期待,在科技之光的照耀下,人们的文化生活更加美好,精神世界更加富足。

新华社记者 王思北 袁月明

(新华社北京5月26日电)

## “解渴”旱情 用好人工增雨

今年以来,我国多地出现旱情,农业生产、群众生活不同程度受到影响。当前,旱情仍在部分地区持续。面对旱情,人工增雨可起到怎样的效果?如何用好人工增雨助力旱情缓解?

## 抢抓天时

## 人工增雨增加降水约5.6亿吨

“针对5月20日以来的大范围降水过程,华北、西北地区抓住有利天气条件,积极组织开展人工增雨作业。”中国气象局人工影响天气中心效果评估室主任王飞说。

统计显示,截至25日17时,青海、内蒙古、陕西等省份开展飞机增雨作业32架次,累计飞行时长102小时;甘肃、陕西、山西等省份组织地面增雨作业1488次。初步估算,作业影响面积约73.2万平方公里,增加降水约5.6亿吨。

据了解,今年以来,全国共开展飞机增雨作业553架次,地面增雨作业约1.7万次。

“考虑到今年我国多地受旱情影响,今年地面作业量与去年同期相比增加约20%,作业影响面积和增雨量与去年同期相比分别增加27%和29%。”王飞说,人工增雨在旱情缓解、土壤墒情改善、防灾减灾、水库增蓄、降低森林火险和生态环境保护等方面发挥了积极作用。

## 化云为雨

## 人工增雨并非凭空造雨

“气象部门积极开展人工增雨作业,助力旱区旱情缓解。但是,人工增雨作业不是凭空造雨,需要满足一定的气象条件。”中国气象局人工影响天气中心研究员楼小凤说。

楼小凤表示,人工增雨作业是在具有较合适的云和降水条件时,通过向云中播撒催化剂等方式开展人工干预,促进云中小滴快速集结形成大滴,达到增加降水的效果。

她同时表示,要形成降水,云必须满足水汽充沛、有一定的上升气流、有足够的凝结核或冰核才行,只有云水资源丰富的云系才有增雨价值。在此情况下,各地选择飞机和地面等合适的催化作业装备,搭配冷云或暖云等不同催化剂,通过科技手段对局部大气进行人工影响,实现人工增雨。

实施人工增雨作业,下游的雨会否被“打跑”?楼小凤说,每次降雨时,云中的水汽充足,人工催化影响的主要是已形成的云,是云中粒子不够大,掉不下来的那部分水凝物,人工催化作业对水汽通量的影响甚微。

她说,在一定距离之外,下游降水的云体往往不是上

游催化的云体。云带是由较小的云体组成,云体不断生长更新,不会像河水那样,上游截流,下游就会减少。

## 加强监测

## 及时开展人工增雨

据国家气候中心气象灾害风险管理室高级工程师梅梅介绍,近期,北方旱区大部出现小到中雨、局地大雨,干旱出现缓和。26日,中央气象台解除气象干旱黄色预警。自4月30日启动气象干旱黄色预警以来,中央气象台累计发布预警27期。



5月5日凌晨,江苏泰州抓住有利气象条件,开展人工增雨作业。

不过,目前西北地区东部、华中西北部等地仍存在中度及以上干旱。其中,陕西南部、河南西部、甘肃南部等地为重旱,局地特旱。

中央气象台预报,26日至27日,甘肃南部、陕西、湖北西北部有小到中雨,甘肃局地有大雨;5月29日至6月3日,甘肃南部、陕西西部和南部、河南中南部、湖北西北部有一次小到中雨过程。

“这些地区有的旱情仍在持续,天气方面具备一定的增雨作业条件。”中国气象局人工影响天气中心作业指挥室主任史月琴说,气象部门将持续加强天气监测预报,提前预置作业力量,及时开展空地联合人工增雨作业,助力旱情进一步缓解。

新华社记者 刘诗平

(新华社北京5月26日电)