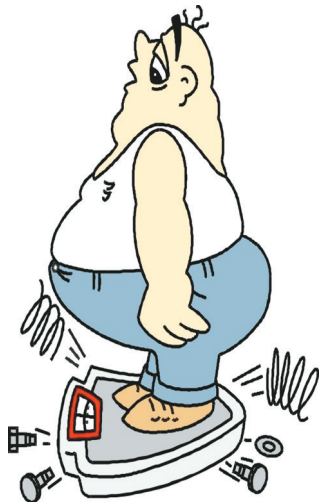


世界防治肥胖日,减重专家详解肥胖症

部分中重度肥胖患者可通过“2型糖尿病与减重手术”解决问题

5月11日是“世界防治肥胖日”,由于不健康的生活方式和不科学的饮食习惯,肥胖人群日益增多,全世界体重超重人群高达6亿,中国超重和肥胖人数约为两亿,糖尿病患者人数约为1.1亿,双双居世界首位。肥胖已经成为全球“公敌”,世界卫生组织将肥胖确定为十大慢性疾病之一,它也是当今社会仅次于吸烟的致死原因。郑州市二院肝胆胃肠外科主任张进峰说,公众普遍对肥胖的认识度和重视度不够,很少人认识到它是一种疾病并因此就诊,“大多数肥胖症患者是因为出现了高血压、糖尿病等各种症状后才求助医生”。实际上,当人的体重指数(BMI)超过28,就属于肥胖症的范畴,必须借助医学手段干预才能减重及阻断其他疾病的发生。

郑报融媒记者 邢进 通讯员 陈燕 尹歌



2型糖尿病伴肥胖症患者,可考虑通过手术治疗

超重和轻度单纯性肥胖,可以通过控制饮食和加强体育锻炼减重。但是重度肥胖症患者就需要通过手术解决问题。张进峰说,科室开展的“2型糖尿病与减重手术”最早起源于西方,由于欧美国家肥胖症患者较多,最早是作为减肥手术进行的。但是医学界在这个过程中发现,部分合并有2型糖尿病的患者,随着体重的降低各项指标也在逐渐恢复正常,效果非常好,遂在临床进行推广。这项手术发展至今,已经成为腹腔镜微创手术,手术精准,创伤小,恢复快。

“2型糖尿病与减重手术”有严格的适应症,主要针对两类人群:一是已经发展为2型糖尿病的肥胖症患者;二是虽然还未出现并发症,但是体重已经严重威胁到患者健康的。“这个手术并不是说2型糖尿病和肥胖症患者想做就能做的,而且有着严格的年龄限制,65岁以下患者要进行各项严格的术前评估,通过评估,适合手术的患者才能进行手术治疗。”

据悉,2型糖尿病占糖尿病患者的90%以上,且相当一部分伴有肥胖问题,在这种背景下,“2型糖尿病及减重手术”意义重大。

手术并非治疗结束,术后饮食调养很关键

目前,郑州市二院肝胆胃肠外科开展的微创“2型糖尿病与减重手术”有两种,一种是精准胃旁路手术,一种是精准袖状胃切除术,两者都是微创腹腔镜手术,分别适合不同的2型糖尿病及肥胖人群。“胃旁路手术改变了肠道结构,减少胃空间和小肠的长度,关闭了大部分胃功能,以达到减肥降糖的目的;袖状胃切除术则是通过切除部分胃来减少患者的胃容量,降低刺激产生饥饿感的荷尔蒙分泌。”张进峰说,两种手术适应不同的人群,适合袖状胃切除术的人群,一般要符合年龄较小,血糖指数相对偏低等条件。

中心主任王存川教授是郑州市二院的特邀专家,肝胆胃肠外科的微创“2型糖尿病与减重手术”直接在他的指导下进行,与国内一流水平接轨。

郑州市二院肝胆胃肠外科自2010年开展微创“2型糖尿病与减重手术”,截至目前已经为126例糖尿病和肥胖症患者进行了手术治疗。对于“2型糖尿病与减重手术”来说,手术并不是治疗的结束,术后的饮食调养也极为关键。科室有专门的团队负责患者术后的随访和事无巨细的生活饮食指导,这使得患者的减重效果达到100%,最多的减掉了75公斤,最少也减掉了35公斤,而糖尿病缓解率则达83.5%以上。

体重指数超过28,意味着患上了肥胖症

据悉,为唤起公众对肥胖症的重视,5月11日当天,郑州市二院肝胆胃肠外科将针对肥胖症患者开展免挂号费的义诊咨询活动。肥胖症患者可至门诊2楼21号诊室寻求免费的咨询评估,也可直接到病房大楼8楼东肝胆胃肠外科病区进行登记咨询。

经失调、不育、多囊卵巢综合征等生殖系统疾病,以及各类肿瘤、尿失禁、骨关节病、焦虑抑郁等疾病,可谓“有百害而无一利”。

作为一种慢性疾病,肥胖必须治疗。如何界定肥胖?国际上通用以体重指数(BMI)来划分,体重指数=体重(kg)÷身高(米),通常女性的正常体重指数为21~23,男性的正常体重指数为22~24。超过正常数值,但低于28的,界定为超重;在28以上的,则属于肥胖症的范畴。也就是说,体重指数超过28的,即使目前还没有任何症状,也需要及时就诊,寻求医生的帮助。

“土肥圆”窰井盖变身“萌萌哒”

校园涂出亮丽风景,要是放到大街上会咋样

本报讯 “土肥圆”的下水道窰盖上演超级变身,瞬间逆袭成为“萌萌哒”艺术品,这股萌劲让同学们直呼“给跪了”……日前,在郑州市实验高级中学的校园里,一个个极具创意的“窰盖涂鸦”横空出世,它们成了夏季校园里一道亮丽的风景线。

郑报融媒记者 张勤 通讯员 徐瑞丽 陈朝勇 文/图

萌萌的龙猫、Q版的皮卡丘、萌萌的萨摩耶、灵动的哆啦A梦……刚走进郑州实验高中的校门,一组组妙趣横生的窰盖手绘就夺人眼球。而不远处,则有几名手持画具的同学围着窰盖仔细画着。

“由于窰盖表面附着有细微砂土,因此在作画前,还需要先用拖布清扫干净。”一名正在作画的学生说,“而且完成每幅涂鸦作品所花费的时间都不一定,如果美术课上没有完成的话,我们就利用大课间继续画,所以每幅作品的诞生都倾注了我们的心血和热情。”

在下水道窰盖上涂鸦绘画是该校“美术学科节”活动之一。“其实窰盖涂鸦很早以前在国外,以及国内一些大城市就已有先例。夏天到了,我们想通过这样的方式,全员参与,为校园梳妆打扮一番。”美术组徐瑞丽老师说。此次,他们预期为学校200多个窰盖涂鸦创作。而创作图案也是先在各班进行征集,题材可以是多元的,希望能够绘出校园的特色。



96678
 郑州晚报热线群:27255753
 郑州晚报身边客户端
 上新浪打开郑州晚报官方微博

打电话有稿费

“斑马线”上真的有“斑马”

文明出行都让



本报讯 昨天早上8时,正值上班早高峰,郑州公交四公司86路车长魏宗峰、邢卫斌穿着自己特意买来的“斑马”服装,开展“礼让斑马线”劝导活动。

据了解,为了营造“安全、畅通、文明、有序”的城市交通环境,早在2012年,郑州公交四公司就召集全体驾驶员举行“礼让斑马线,文明我先行”活动。今年以来,该公司所属1335台营运车辆在途经市区斑马线时,按照“5321”操作规程要求,一律主动停车让行,要求公交车长们也在“礼让斑马线”活动中起示范和引领作用,让出安全,让出秩序,让出文明,让出和谐。

郑报融媒记者 张华
 通讯员 张丽楠 文/图