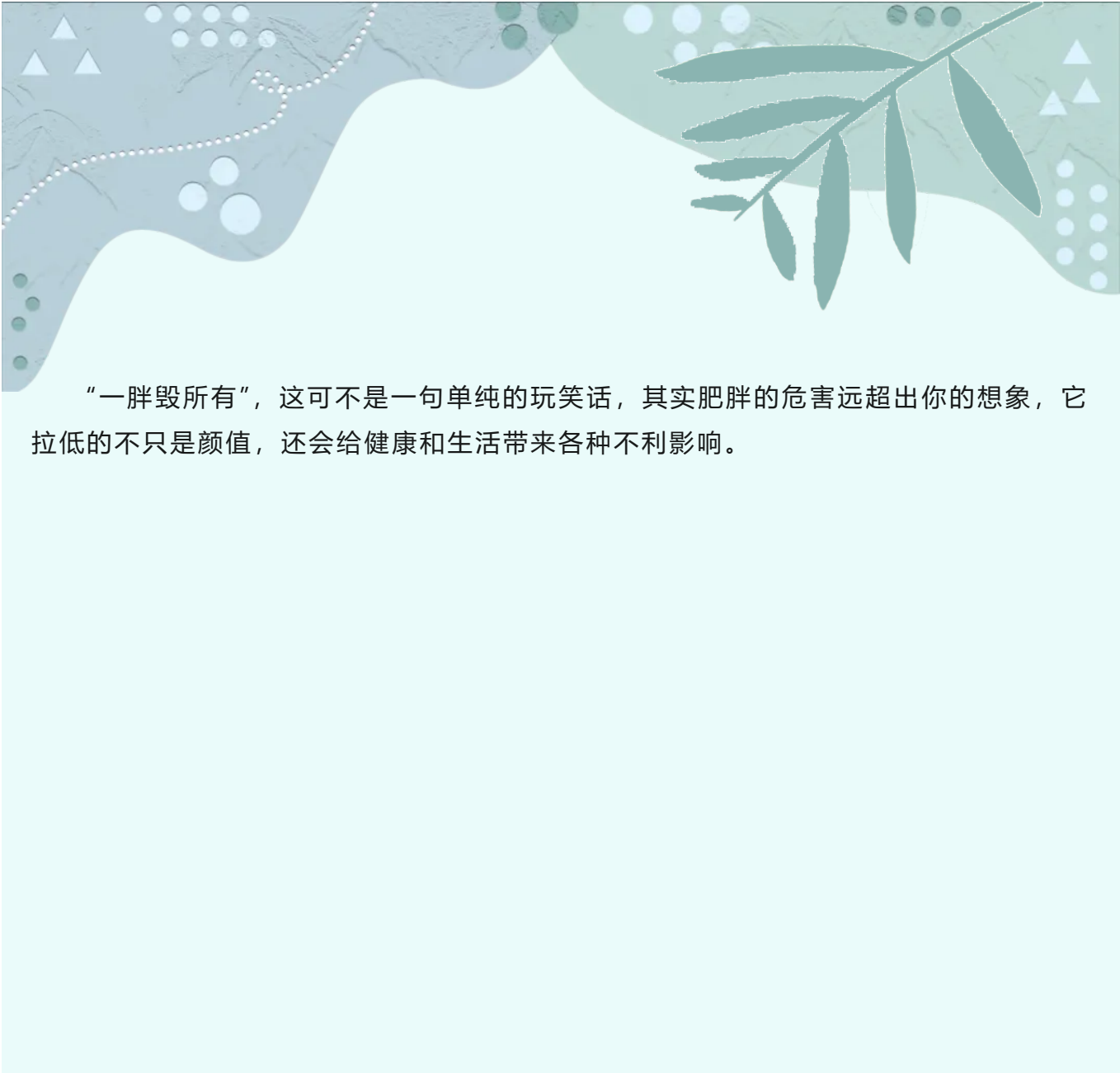


逆转肥胖，享“瘦”人生——肥胖门诊助您遇见更好的自己

台州市立医院 2024-06-14 11:14 浙江



“一胖毁所有”，这可不是一句单纯的玩笑话，其实肥胖的危害远超出你的想象，它拉低的不只是颜值，还会给健康和生活带来各种不利影响。

胖若两人



马上就到夏天了，想要来一场“热辣滚烫”的减肥之路，可以让肥胖门诊来助你“一臂之力”。

01

一个减肥成功的案例

90后的小王有着1米8的大个子，但也有着近200斤的体重。肥胖除了给他生活带来一些困扰之外，他的健康也受到很大影响，脂肪肝、肝功能异常、血脂高、尿酸高、血糖高。

半年前他来到内分泌科肥胖门诊寻求帮助。在应巧医生的帮助下，小王遵医嘱，通过药物、饮食、运动的管理，目前已成功减掉32斤，并且血糖、血脂、尿酸、肝功能等代谢指标也恢复到了正常水平。



现在的小王变得更加健康自信，接下来还将继续坚持，希望早日达到他心目中的理想体重。



02

肥胖症是一种慢性病

肥胖症是一种以体内脂肪过度蓄积和体重超常为特征的慢性代谢性疾病，由遗传因素、环境因素等多种因素相互作用所引起。也是一种与生活密切相关的慢性代谢性疾病，因此肥胖又称为代谢综合征。

如何判断自己是否肥胖

● 体重指数（BMI）

体重指数（BMI）= 体重（单位kg）/身高（单位m）的平方
正常范围为18.5-23.9；超过24即为超重，超过28就算是肥胖了。

● 腰围

正常腰围范围：男 < 90cm，女 < 85cm

● 腰臀比（腰围/臀围）

正常范围：男 < 0.9，女 < 0.85

● 体脂率

正常范围：男 < 25%，女 < 30%



肥胖会引发一系列健康问题，例如2型糖尿病、高血压、高脂血症、高尿酸血症、脂肪肝、睡眠呼吸暂停综合征、多囊卵巢综合征、胃食管反流病、骨关节病及心脑血管疾病等。



03

肥胖门诊助你“一臂之力”

为了早识别、早干预，减轻患者因肥胖症及并发症对健康造成的影响，提高患者生活质量，台州市立医院开设了肥胖门诊。

肥胖门诊聚焦肥胖危险因素，筛查与干预，推进筛防并立，诊治同行，为超重、肥胖患者或有减重需求的人群，提供全方位的减重评估，**制定个性化的减重方案，进行科学、安全、有效的医学营养减重**，帮助患者实现减重目标，养成健康科学的饮食习惯和生活方式，有效规避因为减重而带来的风险和危害，遇见更美好的自己。



1 专业诊断与评估

由资深的内分泌科医生和健康管理师组成的专业团队，利用先进的诊断工具和评估方法，对患者进行全面的诊断与评估。

2 综合治疗方案

结合患者的具体情况和病史，制定针对性的治疗方案，包括饮食运动指导、药物治疗、心理康复等，帮助患者健康减重。

3 家属关怀与支持

重视患者家属的角色，在诊疗过程中为他们提供心理支持和指导，帮助他们更好地理解 and 应对肥胖，共同为患者的康复努力。

4 健康教育与宣传

定期普及肥胖的相关知识，提高患者的认知水平，促进大众对肥胖的重视。



肥胖门诊就诊指南

坐诊地点：市立医院新院区门诊楼2楼C区第二诊区内分泌科

坐诊时间：周三上午

坐诊医生



张伟

内分泌科主治医师

专家简介：曾于上海华山医院进修学习。

擅长：糖尿病，甲状腺功能亢进症，肥胖，肾上腺，垂体等内分泌代谢性疾病诊治。



应巧

内分泌科主治医师

专家简介：上海交通大学医学院医学硕士，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、肥胖症、痛风等代谢病及甲状腺、垂体、肾上腺等内分泌疾病的诊治。

供稿 | 内分泌科 张霞霞

编辑排版 | 宣传统战部

审核 | 何斐 李皖生



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
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

