

体重门诊来了！ 减重不只是为了“瘦”

腰围太大，体重超重，有人甚至患上了慢性病……3月9日，国家卫生健康委员会主任雷海潮在民生主题记者会上表示，将持续推进“体重管理年”行动，引导医疗卫生机构设立体重门诊。一时间，体重门诊在网上网下引起热议。

体重管理关乎国民健康，尤其在肥胖与慢性病高发的当下，设立体重门诊无疑是一种积极的应对方式。从目前各地医院的实践来看，体重门诊不仅仅是单纯的减重机构，更是结合医学营养、内分泌、心理干预等多学科的健康管理中心。通过科学的膳食指导、运动规划以及必要的医疗干预，帮助患者改善代谢指标，降低

慢性病风险。

值得关注的是，体重管理不仅适用于成年肥胖人群，也涵盖了儿童青少年、慢性病患者以及备孕女性等特殊群体。青少年肥胖可能影响生长发育，增加成年后患糖尿病、高血压等疾病的风险，而对于多囊卵巢综合征患者、代谢异常的备孕女性来说，体重管理更是影响生育的重要因素。这些都表明，体重门诊的价值不仅仅是让人“瘦下来”，更重要的是帮助人们调整生活方式，建立长期健康管理机制。

当然，体重门诊的推行仍然面临挑战。首先是大众观念的转变，许多人仍然把肥胖简单归因于“管不住嘴、迈

不开腿”，而忽视了肥胖可能是代谢异常、遗传因素、生活方式等多重因素作用的结果。此外，体重管理的长期性也需要患者有足够的耐心和配合度，而不仅仅是追求短期的体重下降。如何提高大众的健康认知，使科学减重成为共识，是体重门诊未来推广过程中需要重点考虑的问题。

总的来看，体重门诊的设立是健康管理的一次重要进步，符合当前慢病防控和健康中国战略的方向。它不仅是对个体健康的改善，也有助于降低国家医疗负担，提升整体公共健康水平。当然，真正的体重管理不止于门诊，还需要社会各界共同努力，倡导健康的生活方式，让更多人受益于科学合理的体重管理。

乐新

■医疗时评

优化医院周边环境 提升患者全方位就医体验

近日，重庆市城市管理局联合市卫生健康委、市公安局等多部门开展的“渝城助医”行动，聚焦医院周边环境，解决了停车难、设施陈旧、交通不畅等影响患者就医体验的问题，为提高患者就医便利性和舒适度提供了重要借鉴。

长期以来，改善医院内部的就医体验一直是我们的焦点，但医院周边环境同样是影响患者体验的重要因素。从医院的交通条件、停车设施到周围的餐饮住宿服务，任何细节都可能影响患者的就医感受。重庆此次行动的成功，正是将目光从医院内部延伸至外部环境，真正实现了“患者至上”的服务理念。

这项行动突出了一个重要思路——医院周边环境的优化不仅仅是局部改进，而是需要政府、医院及社会各方力量的共同努力。在交通规划、商圈监管、急救通道等多方面进行协调配合，以确保患者能够在更便捷、舒适的环境中就医。这种系统性、协同性的思维值得其他城市借鉴。

此外，医院的功能规划应注重与周边环境的协调，推动医院与城市发展融合。随着城市发展越来越注重“健康城市”建设，医院周围的交通、环境、公共服务设施等都应融入到整体的城市规划中，形成健康友好的医疗生态。

晓瑜

心理与睡眠门诊普及 关键在落实与质量

国家卫健委提出，到今年年底，每个地市都能设立一个心理门诊或睡眠门诊。这一举措看似简单，实则意义重大。随着社会压力增大，心理问题和睡眠障碍已成为影响国民健康的重要因素，而当前心理健康服务仍存在资源不足、专业人才短缺、就诊不便等问题。因此，这项政策不仅是医疗服务的补充，更是对民生需求的精准回应。

然而，设立门诊只是第一步，关键还在于如何落地见效。首先，要确保这些门诊真正能够提供高质量的服务，而不是流于形式。心理疾病的诊治需要专业医生，但我国精神科医生长期紧缺，如果没有足够的专业人才，即使门诊设立了，也可能难以发挥实质作用。因此，除了增加编制、提高待遇，还需加强心理医生和精神科医生的培养，优化培训体系，吸引更多人投身这一行业。

其次，门诊的可及性和便利性同样重要。心理健康问题不同于其他疾病，患者往往需要长期干预，但如果门诊覆盖范围有限、预约困难、费用过高，患者依然难以获得及时有效的帮助。因此，应鼓励基层医院和社区卫生服务中心提供基本心理咨询，并通过互联网医疗等方式拓宽心理健康服务渠道，让更多人能方便就医。

此外，心理健康问题涉及社会多方面因素，单靠医疗系统远远不够。学校、社区、企业等社会组织也应加强心理健康教育，建立支持体系，帮助人们提升心理韧性，减少病理化风险。

设立心理和睡眠门诊是迈向全民心理健康的重要一步，但要真正让这项政策惠及更多人，还需要在人才培养、资源分配、社会支持等方面持续发力。只有把政策落到实处，提供真正高质量的服务，才能让更多人从中受益，真正做到“心安即是家”。

敏馨

甜蜜的“柿”业

安徽歙县上丰乡姬川村是一座标准的小山村，小村坐落在接近山顶的山脊上，山的名字叫花果山，秋季是花果的季节，漫山遍野的柿子挂满枝头，一个个像小灯笼一样挂在树梢，每年霜降前后，姬川就到了最忙的时节，到处是一派丰收景象。

雨后天晴的早晨，山下面的村庄还笼罩在阴霾里，姬川却因为海拔较高，出现在了云海之上，早晨的暖阳洒在金黄的柿子树上，洒在采摘柿子的红衣女子身上，一副“绿水青山就是金山银山”的新农村画卷便画在了大地上。

长沙市疾病预防控制中心（长沙市卫生综合监督执法局）贺雪华

智慧中医加速发展, AI 如何助力精准诊疗?

近日，宁乡市中医医院成功部署 DeepSeek 智能系统，标志着人工智能在当地中医领域的应用进入了新阶段。这不仅是医院智慧化建设的重要进展，也体现了 AI 技术赋能传统医学的巨大潜力。

DeepSeek 的应用，提高了临床工作效率，让医生能将更多精力投入到精准医疗服务中。例如，在治未病科，原本需要 40 分钟到 1 小时的评估工作，如今借助 AI 技术时间得以大幅缩短，同时分析结果更加精准。效率的提升，不仅改善了患者的就医体验，也在一定程度上缓解了

了医疗资源紧张的问题。

此外，AI 技术在中医学科建设中的应用同样值得关注。DeepSeek 整合了经典文献、临床病例和现代医学研究成果，能够帮助医生更高效地研究中医经典，使传统理论与现代临床实践更紧密结合。这不仅有助于中医理论的传承和创新，也进一步推动了中医现代化的发展。

当然，AI 赋能医疗的前提是数据安全。DeepSeek 采用本地化运行模式，并配备多重加密技术，确保所有数据都在医院内部处理，最大程度保障患者隐私。这种模式的建立，不仅增强了患者

的信任感，也为未来医疗 AI 的发展提供了一个可参考的安全框架。

未来，宁乡市中医医院计划将 DeepSeek 与电子病历系统、HIS（医院信息系统）等平台对接，探索 AI 在诊疗、治未病、慢病管理等领域的深度应用。这不仅有助于医院整体医疗水平的提升，也为宁乡市乃至更广泛地区的医疗发展提供了示范。

AI 与中医的结合，正在开辟智慧医疗的新篇章，但如何进一步完善技术应用，确保 AI 真正服务于患者和医生，仍是未来需要不断思考和优化的方向。

通讯员 刘明