

科学干预管理体重 兜住慢病防治网底

成都成华区双桥子社卫中心为患者量身打造个性化治疗方案

家住成都市成华区双桥子东风路的曾先生今年43岁,有多年高血压病史,目前使用4种降压药联合治疗控制血压。近几年,因为工作和生活的原由,曾先生体重持续增加。今年2月,身高172厘米的曾先生体重达到86.6公斤,BMI为29.3kg/m²,腰围95cm,臀围104cm,体检提示肌酐、尿酸升高明显,高胰岛素血症,胰岛素抵抗。诊断为代谢综合征、高血压病3级(极高危)、慢性肾脏病、高尿酸血症、脂肪肝。通过成华区双桥子社区卫生服务中心代谢性疾病·肥胖管理门诊的中西医结合治疗及家庭医生团队的生活方式干预,经过近3个月的时间,曾先生成功减重9.2公斤,BMI降为26.16kg/m²,腰围86cm,臀围103cm,未服降压药血压99/65mmHg。肌酐、尿酸指标恢复正常,胰岛素抵抗明显改善。

如今,像曾先生一样有高血压、高尿酸血症或糖尿病等代谢性疾病合并超重、肥胖问题的居民不在少数。2023年10月,双桥子社区卫生服务中心代谢性疾病·肥胖管理门诊正式开诊,通过“医联体+家庭医生团队中西医结合”的方式,干预并管理居民体重,为肥胖患者提供一站式服务。通过中西医结合,心理、营养干预及互联网+团队一对一管理代谢性疾病及肥胖,同时养成健康生活方式,早发现早逆转,有效预防及治疗代谢性疾病及肥胖。

警惕“肥胖”隐患 全面展开宣传

超重/肥胖会增加高血压、心脑血管疾病等多种慢性病的患病风险。国家高度重视肥胖防控工作,2024年,国家卫生健康委等16个部门联合启动为



医护团队为患者提供日常饮食细节指导。



线下义诊活动,向居民进行健康宣教。

期三年的“体重管理年”活动,力争通过3年时间,实现体重管理支持性环境广泛建立,全民体重管理意识和技能显著提升。

成华区双桥子社区卫生服务中心以开展为期三年的“体重管理年”活动为契机,不断完善代谢性疾病·肥胖管

理门诊建设,做好健康守门人,走到疾病发生的前端,兜住慢病防治网底。

为更好地预防和治疗肥胖病,中心联合双桥子街道辖区各社区、学校等进行宣传。除了在辖区各社区摆放宣传展板、社区办事大厅摆放宣传折页以外,中心还针对筛查出的肥胖人群进行电话通知,并针对患者的肥胖病因,进行精准化健康宣教及干预。

此外,中心创新开展了多种形式的健康宣教,如在地铁口设点进行体重管理健康宣教、进学校开展青少年肥胖健康宣教等,不断提升门诊影响力,扩大健康知识和技能宣传覆盖面。

拒绝“负重”前行 定制个性服务

“今天天气好,可以出门适当运动

一下。”“鸭肉只吃瘦肉不吃皮,吃一拳头的量就可以了哟。”代谢性疾病·肥胖管理门诊通过家庭医生签约服务,创新性采用家庭医生团队“线上+线下”联合督导的模式帮助患者改善生活方式:线下,向患者讲解健康饮食和运动的知识,引导患者改善生活习惯;线上,通过微信群与患者保持密切联系,为患者提供日常饮食细节的指导,并促进患者逐步提升运动量。

成都医学院第二附属医院·核工业四一六医院内分泌科副主任医师姚婷介绍:“临床上很多超重与肥胖者都深知肥胖对健康的危害,也有强烈的减重意愿,但轮番尝试流行的各种减肥之后,往往因为难以持久的方法和缺乏科学的指导而以失败告终,通过门诊专家定制化的诊疗方式,更容易实现有效减重,同时降低各种代谢性疾病发病率。”作为医联体上级单位的坐诊专家,姚婷不仅传授了先进技术,更带领中心家庭医生团队采用中西医结合方式全程管理,对患者的体重进行监测、评估、干预,同时关注患者的代谢异常。

无论是中医调治、生活方式的管理,还是药物的使用,该中心始终致力于为患者量身打造高效而个性化的治疗方案,帮助他们摆脱肥胖与代谢性疾病的困扰。接下来,双桥子社区卫生服务中心将不断完善代谢性疾病·肥胖管理门诊建设,强化业务学习及培训提升团队业务能力,着力加深居民对健康生活方式的认识,促进体重管理,同时逆转高血压、糖尿病等代谢性疾病,预防心脑血管疾病的发生。

华西社区报记者 彭戎 胡慧媛
双桥子社卫中心供图

“有事码上办”让社区居民看病更便捷

“耶,这个袋子啥子都装得下,收起来像个球球儿,又不占地方,还乖嘞!”近日,成都市金牛区西华社区卫生服务中心积极回应群众诉求,增设清廉便民服务项目,以微小举动为患者看诊增便利、添温情。

中心构建“有事码上办”服务机制,增设印有“有事码上办”的免费循环使用收纳袋、共享雨伞、共享轮椅等便民服务设施,公布清廉监察员,在为居民提供便利服务的同时邀请居民参与监督,拓宽意见反馈渠道,有效提升患者满意度。

据悉,“有事码上办”服务机制通过数字化手段将服务延伸至居民指尖,通过扫描二维码,居民可以随时反馈意见建议。这不仅是一个服务平台,更是一个监督窗口,在提供便利服务的同时,中心还积极邀请居民参与监督,通过线上线下相结合的方式,拓宽意见反馈渠道,居民可以通过扫码直接对医疗服务质量进行评价,提出改进建议,也可举报违规行为,



共享雨伞。

为,由此形成共建共治共享的治理格局。“有事码上办”服务机制推出后,中心的服务效率、服务质量以及患者

满意度都得到了显著提升。“这些举措看似微不足道,却在细微之处彰显着中心对居民需求的细致关怀。”中

心相关负责人介绍。

除此之外,中心在提供基本医疗服务和基本公共卫生服务的基础上,还通过开展“建言献策金点子奖”活动、实施清廉“四个一”、在重点岗位设立AB岗、扩展监督队伍、开展医疗服务专项督查等方式,将清廉元素和共建共享理念全面融入中心各项工作。

同时,以“服务居民健康·助力高质量发展”为出发点和落脚点,从就近便利、健康全方位关怀入手,融合“大卫生、大健康”理念,挖掘中医药服务创新点,通过“医校联动”“医民共享”等形式,开展趣味性中医药科普体验活动;开设育龄美形科室,打造承载心理健康等特色诊室、未成年人保护站、“老”“小”共享文化花园、开放式休闲书吧、爱心驿站、绿色共享“美乐”空间,全面开放供就诊人群、辖区企事业单位以及周边群众使用,守护全年龄段人群身心健康,积极探索为民服务新模式。

华西社区报记者 刘俊 西华社卫中心供图