科学减重专家支招 优质医疗资源下沉开出“良方”

2025党建引领成都基层卫生创新发展经验交流分享会开启“头脑风暴”

□ 华西社区报记者 杨铠 李思佳 冯泯 摄影 赖浩

5月29日，由华西社区报主办的“2025党建引领成都基层卫生创新发展经验交流分享会暨《健康成都》周刊上线仪式”举行。圆桌对话环节，与会嘉宾围绕“优质医疗资源下沉”与“科学体重管理”两大热点话题展开深度对话。来自成都大学附属医院等医疗机构相关负责人结合各自经验，分享了创新实践与破局路径。值得一提的是，针对“‘体重管理年’三年行动”，温江区妇幼保健院、美年健康等机构代表提出了多维度解决方案，为构建全民健康生态提供了新思路。

话题一 推动优质医疗资源下沉，守护群众健康？各级医疗机构如何创新破局

成都大学附属医院副院长 陈侣林

社区和群众需要什么，我们就提供什么。不拘泥于单向的资源输送形式，还需要根据社区和群众的需求，定制化提供优质医疗资源服务。医疗资源下沉，不仅是助力基层医院提升医疗服务能力的过程，更是一个教学相长、双向奔赴的一个过程。

德阳市人民医院副院长 黄卫

从过去到现在，从探索破冰再到可持续发展，德阳市人民医院近年来通过优化医疗资源配置，建设紧密型医联体合作等举措，积极推动优质医疗资源下沉。为了让基层群众更好地享受到优质医疗资源，各级医疗机构还可以通过搭建“六一体”同质化管理体系，实行组织、医疗、运营、信息、药械采供、培训考核一体化管理，共享优质资源，推动管理体制更加科学，运行机制更加完善。

简阳市中医医院党委书记 邓治林

让优质医疗资源有效下沉到基层，可借力紧密型医共体建设，通过优化资源整合、健全工作机制，发挥医院特色优势，实现“一科一院一策”精准下沉，补足基层医疗机构短板，解决群众就医难问题。

成都东部新区第二人民医院院长 李伟

推动优质医疗资源下沉，上级医院应该做好品牌、文化、技术的输出和医疗人才的培养。县区级医院应做好平台建设，做好双向转诊绿色通道。乡镇医院应和县区级医院做好联动，做好病例接收、快速转诊和居民日常健康管理。

话题二 各健康机构都做了哪些有益探索与实践？从『瘦身焦虑』到『科学减重』

成都市温江区妇幼保健院副院长 范忠祥

医院重点聚焦妇女、儿童领域，自2022年起开设中医减肥专科，主要针对孕产妇肥胖问题开展全周期管理服务。通过整合中医科、营养科、运动康复等多学科资源，结合中医调理、营养指导、运动处方和心理干预等手段，为孕产妇提供个性化、定制化的健康管理方案。在儿童健康管理方面，医院积极响应国家政策号召，专门开设儿童内分泌和儿童肥胖门诊，通过健康管理、疾病预防和家校联动等方式，开展健康宣教活动，将肥胖防控关口前移。

华西金堂医院内分泌血液风湿免疫科副主任 沈俊红

医院通过整合多学科资源，成立体重管理多学科联合门诊，开设儿童肥胖门诊、肥胖与代谢门诊、中医康复减重、医学营养减重等特色专科，为超重及肥胖患者提供“一站式”科学减重服务。医院在健康科普宣传方面创新举措，线上线下双轨并行，线上每周推出健康大讲堂并安排医生实时答疑；线下组织科普大讲堂，邀请华西医院专家走进学校、社区开展肥胖防治知识宣教。通过多维度、全方位的体重管理体系建设，医院为患者提供了系统化、个性化的科学减重解决方案。

成都市成华区府青路社区卫生服务中心副主任 彭朝明

今年以来，在全民健康意识日益增强的背景下，中心积极响应健康需求新趋势，深入推进“体重管理年”三年行动，通过整合优质医疗资源、开设特色体重管理门诊、构建中西医协同诊疗体系、搭建“党建+健康服务”平台等创新实践，以体重管理“小切口”逐步破解慢病防控“大问题”。该门诊创新推出“1+X”诊疗模式——以个性化评估为核心，融合中医体质辨识、现代营养学、运动医学等多元手段，构建起覆盖“筛查-干预-跟踪”全周期的健康管理体系。

美年健康成都城市群总经理 谢胤

当前，肥胖及相关代谢性疾病已成为职场人群突出的健康问题。我们在成都落地了专业化减重中心，联合三甲医院内科医生、注册营养师、运动康复师组建多学科团队，创新打造“AI+三师共管”模式，实现了从风险评估到精准干预的闭环管理。

我们依托自主研发的“健康小美”数智健管师平台，打造全周期AI健康管理体系。另外，我们通过“AI+三师共管”模式，推动优质医疗资源向社区和企业延伸。我们联合社区服务中心开展健康科普、体脂检测等活动，同时借助远程问诊技术，突破地域限制让专业医疗服务惠及更多居民。

成都市龙泉驿区平安社区卫生服务中心副主任 汤洪萍

中心积极开展健康体重管理工作。针对居民盲目跟风极端减肥等认知误区，中心通过“数字化+医防融合+中西医结合”多维路径破局：开发“龙泉驿健教”小程序，提供24小时健康咨询；在14个社区设健康角，成立互助小组推行“小目标法”，带动200余名居民参与“21天晚餐挑战”；开设体重管理门诊，采用针灸、穴位埋线等个性化方案。此外，鼓励职工参与健康挑战赛，形成运动热潮。

未来，中心计划联合社会力量推动“健康外卖”“妈妈厨房”等项目，以“健康伙伴”定位助力科学减重融入生活，构建全周期健康管理生态。