

14岁女孩长出胡须 一查竟与体重有关

富阳超重人群占比三分之一,医院的“小胖墩”越来越多

记者 周晓露 通讯员 王卓琳

全国两会期间提出的“体重管理年”引发热议,体重管理的重要性受到全社会关注。在富阳,超重问题同样不容忽视,已然成为一个亟待解决的健康问题。

区疾控中心2024年最新调查数据给大家敲响了警钟:富阳区成年人超重比例达33.0%,也就是说,每三个成年人中就有一人超重;肥胖(BMI≥28.0)率为12.1%,这部分人群在日常生活和健康方面面临着更大挑战;中心性肥胖率(男性腰围≥90厘米、女性腰围≥85厘米)达29.5%,这类肥胖往往与多种慢性疾病的发生密切相关,极大地威胁着居民的身体健康。

近五年,医院接诊的“小胖墩”呈持续增长趋势

在儿童群体中,肥胖问题也呈现出愈发严重态势。区妇保院富阳生长发育性疾病中心主任、儿科主任医师陈双忠在日常门诊工作中有着直观且深刻的感受。近五年来,他接诊的“小胖墩”数量呈现持续增长趋势。在一般的全天门诊中,看诊人数经常超过100人,其中约10%的患儿是因为肥胖问题前来就诊。

这些因肥胖就诊的儿童,年龄跨度从五六岁的低龄段,到十三四岁的青少年时期,其中以10到14岁的孩子居多。令人担忧的是,还有部分孩子体重超过100公斤,远远超出同年龄段儿童的正常体重范围。从性别比例来看,男孩数量略多于女孩。他说,这一现象不仅反映出儿童肥胖问题的普遍性,更暗藏着背后可能存在的生活习惯、饮食结构以及社会环境等多方面的影响因素。

60%的肥胖儿童会影响成年后的身体

肥胖给孩子们带来了各种各样的问题。以洛洛(化名)为例,他身高150厘米,体重却达到了66.7公斤,BMI指数29.4,远超肥胖水平。据洛洛妈妈介绍,孩子一直超高超重,近两年更是迅速发胖,即便控制饮食,体重仍在增长。让家长下定决心带孩子就诊的原因是,洛洛因肥胖变得

越来越懒,学习成绩明显下降,脖子上还长出了黑乎乎的东西。经检查,洛洛患上了黑棘皮病。

医生解释,肥胖是引发黑棘皮病的重要因素。肥胖人群血管中油脂增多,影响血液循环,导致身体代谢等功能受影响。同时,肥胖会使内分泌和代谢发生变化,如出现胰岛素抵抗。胰岛素抵抗是黑棘皮病的重要发病机制,过多的胰岛素会刺激皮肤细胞生长和角化,进而引发黑棘皮病,在颈部、腋下等部位出现黑色棘皮表现。

肥胖与成绩下降有什么关系?医生打了个比方:“人瘦的时候,血管就像清水一样,非常畅通;人胖了之后,血管里油脂多,就像是个泥浆水,水流速度必然慢下来,整个人体机器的转动也慢了,学习成绩下降只是其中一个表现。”他了解到洛洛曾有多次减重经历,但最后效果并不理想。他说,单纯依靠节食或运动很容易陷入“减重-反弹”的循环,核心原因在于身体有代谢记忆效应,儿童期脂肪细胞数量增殖不可逆,需长期调控。

陈双忠采用中西医结合的方式为洛洛治疗,通过中药干预,从生活方式、饮食着手,并通过复查,严密监控孩子的体重和身体健康。“减重的过程肯定是痛苦的,这不仅需要家长的监督,更需要孩子的自律。”好在,洛洛非常配合治疗,一个月后成功减重5公斤,他表示平时精神好多了,“看书时头脑都清醒了”。



漫画 王怀申

目前洛洛已经在门诊治疗4个月,体重每个月都在稳步下降,现体重58.7公斤,共减重8公斤,身高增加2.4厘米,各项血指标也都在好转。

陈双忠说,儿童肥胖的问题有很多。肥胖不仅会导致代谢紊乱,引发胰岛素抵抗,进而可能发展为2型糖尿病、黑棘皮症;还会造成内分泌异常,如瘦素抵抗加重饥饿感,性激素失衡导致性早熟(肥胖女孩初潮提前风险增加3倍);此外,还会对器官造成损伤,肥胖儿童脂肪肝检出率超50%,还可能出现高尿酸血症、睡眠呼吸暂停等问题;在生长发育方面,会导致骨龄超前,骨骺早闭,最终使成年身高受损。根据权威数据显示,60%肥胖儿童会对成年后的身体造成影响,他提醒要及时控制孩子体重,否则会影响孩子一生。

14岁女孩长出胡须,这也与体重有关

“并不是每个案例都会成功,关键还是要看孩子自己。”陈双忠无奈地说,很多孩子管不住嘴,对食物的欲望非常强烈,甚至会偷偷把米饭藏起来,等到晚上躲在被窝里吃。“我亲眼见过一个孩子,饭桌上家长管着他进食的量,等到大家起身离开,他就磨磨唧唧地走在最后面,目的就是偷偷把桌上的馒头拿走,藏在背后,没走几步路,就把整个馒头吃完了。”在他看来,这类孩子是最难实现减重目标的。

丽丽(化名)就是这样一个例子。14岁的丽丽身高162厘米,体重却有100公斤。妈妈表示她半年内体重增加了14公斤,除了体型更为壮实外,例假也不来了,脸上还长出长长的胡须。“胖就暂且不说,可一个女孩子长出了胡须,以后还怎么出门上学啊?对孩子身心都造成了阴影。”陈双忠直言:不能不管体重问题,孩子的一系列问题都出在体重上。经检查,丽丽患上了多囊卵巢综合征。

医生表示,多囊卵巢综合征与肥胖息息相关。一方面,肥胖可能引发多囊卵巢综合征。肥胖会导致体内激素失衡,脂肪组织分泌的激素和细胞因子会干扰正常内分泌功能,其中雄激素水平升高是关键变化,这会抑制卵泡发育,阻碍排卵,进而引发多囊卵巢综合征。以丽丽为例,她体重半年增加14公斤,患上多囊卵巢综合征,雌激素分泌减少,雄激素增多,出现长胡须、例假不来等症状。

另一方面,多囊卵巢综合征也会加重肥胖。患病后,激素失衡会进一步影响新陈代谢,使身体消耗能量的效率降低,脂肪更易堆积,形成恶性循环,加大减重难度,让患者体重控制愈发困难。

经过一段时间治疗,丽丽减重效果并不理想。陈双忠说:“孩子难做到自律,减重这事就很困难,她会想尽一切办法搞来食物,谁都不可能24小时监控她。”

老人山上摔伤 警民联合救援

本报讯(记者 金易梵 通讯员 周清)近日,群众汪先生将一面“情系人民伸援手 尽职尽责品德高”锦旗送到民警张林峰手上,对民警的救助表示感谢。

当天,汪先生报警称,其父亲上山挖笋不慎摔倒,无法动弹,急需帮助。接警后,民警张林峰带领警力赶赴现场,同时联动村干部、120、山鹰救援队等多方力量共同救援。

民警到达现场时,先一步到达的村干部已在山上了,120、山鹰救援队随后也陆续到达。大家迅速组成救援小组,扛起担架朝山上走。约20分钟后,救援小组找到老人,只见他无力地靠坐在家属身上。经救护人员初步检查,判断老人右侧肩胛骨骨折,为避免二次伤害,大家小心地将他脖子部位进行固定,随后合力将他抬上担架。一切准备就绪后,救援人员小心翼翼地抬着担架沿着陡峭崎岖的山路一步一步向山下走。正所谓“上山容易下山难”,救援人员不时调整担架的位置,经过近1个小时的艰难前行,终于将老人安全抬下山,送上救护车。

警方提醒:独自上山有风险,尽量结伴前往。老人上山前应提前评估自己的身体状况,以防出现摔倒、磕碰等情况。如发生意外,要及时报警求助。

119 落实消防责任 防范安全风险

消防街头设摊 开展宣传活动



活动现场

本报讯(记者 周晓露 通讯员 周雨潇)前几天,在玉长城商业广场,一场别开生面的消防安全宣传活动如火如荼地展开。区消防救援大队通过摆摊设点,把消防产品科普知识送到群众身边。

活动现场,咨询台前人头攒动。“大家看,类似这种就是假冒伪劣产品。在购买消防产品时,一定要认准3C认证标志,还要留意产品拆开时是否采用真空包装。”消防工作人员一边演示,一边向群众讲解。为了让群众更直观地了解消防产品,大队设立了咨询台,摆放了宣传展板,发放宣传资料,并现场展示真假消防产品。从生活中常见的灭火器,到关键时刻能救命的过滤式消防自救呼吸器,工作人员详细介绍这些消防产品的性能和用途,还普及了“身份标识辨别”“扫码查询验证”“外观细节对比”等一系列辨别真伪方法。

据统计,本次消防安全宣传活动共发放宣传资料530余份,现场接受群众咨询120余人次。

