

# “国家喊咱减肥了” 管理体重如何做？

(上接第一版)

会议强调，开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育，是巩固深化主题教育和党纪学习教育成果、纵深推进全面从严治党的重要举措，是密切党群干群关系、巩固党的执政基础的必然要求，是推进中国式现代化的有力保障。要充分认识到这次学习教育的重要意义，教育引导党员、干部锲而不舍贯彻中央八项规定精神，推动党的作风持续向好，推动党中央各项决策部署落到实处，为推进中国式现代化贡献智慧和力量。

会议指出，要聚焦主题，注重实效，一体推进学查改，深入学习习近平总书记关于加强党的作风建设的论述和中央八项规定及其实施细则精神，系统总结党的十八大以来深入贯彻中央八项规定精神的成效和经验，全面深入查找贯彻中央八项规定及其实施细则精神方面存在的问题，结合实际加强警示教育，扎实推进集中整治，有针对性完善相关制度规定。坚持开门教育，自觉接受群众监督评判，确保学有质量、查有力度、改有成效。

会议强调，各级党委(党组)要在学习教育负总责，既带头搞好自身学习教育，又切实扛起主体责任。坚持分类指导，推动问题的解决。突出抓好新提拔干部、年轻干部、关键岗位干部学习教育。充分发挥行业系统主管部门(党组)对本行业本系统学习教育的指导作用。要力戒形式主义，坚决摒弃应付思想、过关心态，坚决防止“两张皮”，注重宣传引导，推动学习教育有序有效开展。

李干杰、李书磊、穆虹、姜信宇出席会议。

中央党的建设工作领导小组成员等参加会议。

## 别让老年人一边上网一边上当

利用AI换脸拟声技术，冒充名人或亲戚实施诈骗；在直播间里尬演卖惨，实则推销劣质保健品；通过算法推送浮夸微短剧，诱导开通自动扣费……当前，随着老年人“触网”程度加深，各类新式“玩老”骗局层出不穷，且手段不断升级，更加隐蔽和精准化，让老年人防不胜防。

国家卫生健康委医疗应急司有关负责人表示，将持续推进“体重管理年”活动，加强慢性病防治工作，推动政府、行业、单位和个人落实好四方责任，持续做好有关慢性病防治和体重管理方面的知识宣传，并注重防治结合，提供个性化服务。

新华社北京3月13日电 新华社记者李恒 董瑞丰 黄筱

打击“玩老”骗局，需要依靠制度治理的刚性。应完善老年人权益保障法等法律法规，针对新型骗局增设相应条款，明确责任主体、认定标准、处罚措施等。要对涉老诈骗“新马甲”精准发力，增强对“玩老”犯罪的惩治力度。

此外，网络平台应在产品设计和服务流程上充分考虑老年群体的特殊需求，优化内容审核和推送机制，加强风险提示、操作引导，让科技更拥有有人文关怀和社会责任。

不少老年人被骗，根源在于情感需求的缺失。要丰富老年人的精神生活，帮助他们建立健康社交。子女更要多和父母交流，常回家看看，温情相伴，才是老年人最好的反诈良方。

新华社南宁3月13日电 新华社记者 陈一帆

## 渝厦高铁重庆段 高速综合检测列车上线



3月13日，高速综合检测列车行驶在渝厦高铁重庆段(无人机照片)。

当日，高速综合检测列车从重庆东站驶出，对新建渝厦高铁重庆东至黔江段(以下简称渝厦高铁重庆段)线路及各系统进行综合检测，标志着渝厦高铁重庆段首趟动车组

上线，离全线开通更近一步。渝厦高铁重庆段是国家中长期铁路网规划“八纵八横”中渝厦通道的重要组成部分，建成通车后，重庆主城区至黔江区的列车旅行最快时间将从现在的4小时缩短至1小时内。

新华社发 谭志鹏 摄

## 课间一刻钟 学生“动起来”



3月11日，杭州市钱塘区文思小学学生在课间玩板鞋游戏。新学期伊始，杭州多所小学将课间从10分钟延长至15分钟，给学生更加充足

的活动时间，并用多种运动和游戏丰富活动内容，创造条件让更多学生“动起来”，积极开展体育活动。

新华社记者 江汉 摄

重和肥胖是高血压、糖尿病、高血脂、心脑血管疾病以及部分癌症等多种慢性病的重要危险因素。

医疗费用增加、工作效率下降、生活质量降低，引发自卑、抑郁等一系列心理问题……这些问题都因肥胖而变得更加突出。专家提醒，体重管理不仅仅是减肥，更是通过科学的方式维持健康体重，预防慢性病发生。同时，体重过轻或营养不良者也要管起来。

国家卫生健康委有关负责人表示，将引导医疗卫生机构设立体重管理门诊，为受体重问题困扰的居民，提供一个良好的专业咨询环境和平台，帮助居民在自己的努力和专业机构人员的帮助下，能更好地管好体重，健康生活。

体重管理年：从治已病到治未病

记者在走访中发现，越来越多的医疗机构开设体重管理门诊，为患者提供个性化的体重管理服务。

在杭州市拱墅区文晖街道社区卫生服务中心体重管理门诊，就诊人会先先在体脂机上进行身体数据测量，得到一张生活行为习惯调查表，包括是否吃早饭，肉类、蔬菜、水果的每日食用量等。

“这两张表是每一位来到体重管理门诊就诊者的基本信息。”文晖街道社区卫生服务中心副主任朱秋静说，体重管理门诊以生活方式医学为理论基础，组建了一支含全科医师、中医师、营养师、健身教练员、运动康复师、心理咨询师的多学科团队，通过“多对一”在线监督管理方式，帮助管理对象逐渐养成“科学合理膳食、规律适当运动”的健康生活方式。

方式，达到减轻体重、降低体脂、控制慢性病的发生发展，提高居民健康生活的目标。

在南京市迈皋桥社区卫生服务中心体重管理门诊，健康管理师在详细询问就诊人情况后，为就诊人建立电子健康档案，并签约运动干预服务包。运动处方师、营养师和康复师对就诊人的健康状况进行全面评估，制定个性化的运动处方和营养食谱。

中医也成为不少体重管理门诊的法宝。42岁的季女士体重曾一度达到80公斤、腰围113厘米。去年10月她来到杭州市东新街道社区卫生服务中心体重管理门诊就诊后，被诊断为肥胖型多囊卵巢综合征。

“不同于一般的肥胖患者，她是多囊卵巢综合征导致的身体内分泌紊乱而出现的肥胖。”医师李航根据季女士的脉象、舌苔情况，中医辨证为脾肾阳虚兼痰、湿、寒饮夹瘀血证，开具中药汤剂调节内分泌平衡。口服中药一个月加适当运动和饮食管理，季女士体重下降了8公斤，腰围减少了19厘米，体重指数从30下降到26.8。

专家表示，体重管理门诊主要是从营养、运动、心理支持等角度为自身控制体重无效、反复减重失败或重度肥胖的人群提供科学、系统、个性化的减重方案。可以通过试点推广的方式，逐步在全国范围内普及。同时，加强基层医疗机构的体重管理能力，让更多群众受益。

动起来：让体重管理成生活方式

国家卫生健康委医疗应急司有关负责人介绍，控制体重的关键在于大

腰围大了，体重超了，慢性病找上门了……今年全国两会期间，“体重管理”“体重管理门诊”冲上热搜。

以体重管理“小切口”，推动应对慢性病防控的“大工程”。自去年6月开始，国家卫生健康委已会同多部门启动“体重管理年”活动。为什么要重视体重管理？当前医疗机构的体重管理门诊开设情况如何？记者就此进行了采访。

超重肥胖：慢性病的隐形推手

今年35岁的小正(化名)，不曾料到自己会因为肥胖患上阻塞性睡眠呼吸暂停综合征，睡觉时由于通气不足被憋醒，每晚起夜七八次。年纪轻轻的他，已患上高血压、糖尿病……体重最重时飙升至近380斤，“胖墩墩”的人生让小正苦不堪言。

肥胖症，一种由遗传、内分泌和环境等多种因素共同作用而导致的慢性代谢性疾病。随着经济社会发展和生活水平提高，我国居民生活方式、饮食结构等发生较大变化，超重、肥胖已成为危害群众健康的重大公共卫生问题。

根据《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》，2018年我国成人超重率和肥胖率分别为34.3%和16.4%，6至17岁儿童青少年超重率和肥胖率分别为11.1%和7.9%，并呈逐年递增趋势。国家卫生健康委此前发布的《体重管理指导原则(2024年版)》也指出，有研究预测，若该趋势得不到有效遏制，2030年我国成人、儿童超重肥胖率将分别达到70.5%和31.8%。

肥胖不仅影响个人形象，更是多种慢性病的隐形推手。体重异常，特别是超



## 海洋牧场 朝霞如画

3月13日，在山东省荣成市爱伦湾海洋牧场，渔民驾驶着渔船，驶向养殖区开展作业(无人机照片)。

新华社发 李信君 摄

## 浙江将聚焦五大产业领域推动银发经济发展

新华社杭州3月13日电(记者李平)记者近日从浙江省民政厅获悉，浙江将聚焦智能康复辅具类、智慧养老类、生命健康类、老年益智类、银发时尚类等五大产业领域推动银发经济发展。

根据浙江省民政厅老龄工作处相关负责人介绍，为发展这五大类产业，浙江省在杭州市滨江区设立浙江省银发经济高质量发展产业园核心区，同

步布局智慧养老产业园区，并在杭州市上城区、嘉兴市嘉善县、丽水市云和县分别布局银发时尚、智能辅具、老年益智产业园区，在杭州市余杭区和绍兴市柯桥区重点布局生命健康产业园区。

“发展银发经济，需要社会各界的协同发力。”该负责人表示，银发经济既包括老年食品、功能服饰、适老化改造、居家养老机器人等产业，又包括中医保

健、旅居养老、个性化教育、老年益智游戏等方面。

截至2024年底，浙江户籍老年人1405万人，其中70岁以下老年人占比达52.09%，不少是文化素养较高、消费能力较强、养老理念较新的低龄活力老人，他们为浙江发展银发经济提供了坚实基础。

中国社会福利与养老服务协会、当

代社会服务研究院与社会科学文献出版社共同发布的《银发经济蓝皮书：中国银发经济发展报告(2024)》显示，目前我国银发经济规模在7万亿元左右，预计到2035年有望达到30万亿元。

根据相关规划，到2027年，浙江将创新打造一批银发经济重点产业、品牌企业、知名园区和重大项目，银发产业竞争力位居全国前列。

## 中消协报告：百城消费者满意度总体良好

新华社北京3月13日电(记者赵文君)中国消费者协会13日发布《2024年100个城市消费者满意度测评报告》。测评结果显示，消费者满意度综合得分为80.36分，总体处于良好水平。

中消协自2017年以来连续发布全国大中城市消费者满意度测评结果。测评城市数量为100个，范围包括4个直辖市、27个省会城市、5个计划单列

市和64个社会消费品零售总额较高的城市。中消协组织第三方专业调查机构于2024年11月至2025年2月在100个被测评城市同步开展调查，共计回收消费者有效样本61998个。

本项测评将“消费者满意度”定义为消费者购买商品或接受服务过程中，对消费供给、消费环境和消费维权的情绪反馈，是以百分制形式测度出来的消费者主观感受。

分指标看，2024年满意度得分前5名的三级指标分别是公共基础设施完善、物流便利、维权渠道、维权效率、维权结果。得分后5名的三级指标分别是信息真实、消费政策、消费执法、消费警示提示、交易安全，这也是未来提振消费和共筑满意消费的发力方向。

分地域看，东西部地区满意度表现差距进一步缩小，中部地区满意度得分增速最高。分城市规模看，城市规

模越大满意度得分越高。

中消协有关负责人表示，对照往年情况，2024年消费者满意度得分在近8年中位居第二，“消费供给”保持平稳，“消费维权”评价向好。中消协将分批次向被测评城市通报测评具体结果，深入分析问题短板，为推进放心消费环境建设、完善消费者权益保护体制机制、提升消费者满意度提供有力支持。