

减重“神针”到底能不能打?

专家提醒应理性对待

记者 腊莎

天气转暖,市民减重塑形热情也随之高涨,司美格鲁肽、替尔泊肽等减肥针成为街头巷尾热议焦点。不少人将这类针剂奉为减重“神针”,认为打了这类“神针”便可以躺平减脂、轻松变瘦,甚至还有不少人在网上购买自行注射。

近日,记者从衢州市人民医院走访了解到,减重针均属严格管控的处方药,绝非人人可用的美容产品,私自网购、自行注射暗藏巨大健康隐患。遵循权威诊疗规范,坚持分层干预、综合调理,才是安全长效的科学减重之道。

减重针剂热度居高不下

春季不减肥,夏季徒伤悲。据统计,近期衢州市人民医院体重管理相关门诊接诊量大幅攀升,就诊人群覆盖中青年上班族、产后女性、中老年慢性病患者等多个群体。

“目前到我院体重管理门诊就诊的肥胖人群里,大约七八成患者一来目标就十分明确,想靠打减肥针快速降体重。”衢州市人民医院营养科主任高静介绍,尤其是替尔泊肽价格大幅下调,从以往一千多元一针降至如今三百多元一针,性价比提升后,咨询和想用药的市民明显增多。

随着社交平台相关话题发酵,“打一针就能瘦”“不用忌口不用运动”等片面说法广为流传,让不少市民陷入认知误区,单纯把减重针当成无需付出努力的瘦身捷径。

市民小吴是一名36岁的上班族,BMI达到29,伴随高血脂、脂肪肝,贪图方便私自网购替尔泊肽自行注射。初期体重掉得快,他便依旧熬夜吃夜宵、日常不运动,还擅自缩短注射周期。短短两个月,频繁出现恶心呕吐、浑身乏力,所幸及时到正规医疗机构接受规范治疗,症状才得以控制。

对此,高静提醒:所有减肥针本质都是临床处方药,存在明确副作用,还有严格的适应证。用药前必须完成专业化验与全身评估,逐一排查禁忌证,绝非想买就能买、想打就能打。

“减肥针只能作为短期辅助减重的医疗手段,绝对不能当成终生依赖的瘦身方式。”高静解释,药物核心作用是辅助调控食欲、改善代谢,真正关键是抓住用药窗口期,改掉暴饮暴食、久坐不动等坏习惯,建立稳定健康的饮食与运动模式。单纯靠药不调整生活方式,不仅减重效果有限,停药后还极易反弹。

任何减重针都有严格的门槛

“任何减重针都有着清晰、严格的临床使用门槛。”该院内分泌科主任张一鸣补充说明:基础适用标准十分明确,BMI ≥ 24 且合并高血压、高血脂、糖尿病、阻塞性睡眠呼吸暂停等任意一项代谢疾病,或是BMI ≥ 28 、经长期饮食运动干预仍达不到减重目标的人群,才能在专业医师全程指导下,考虑启用减重针辅助治疗。

同时两位专家均强调,不能只靠单一BMI数值判断健康状况。部分市民BMI看似正常,却存在腰围超标、内脏脂肪偏高、代谢指标异常等问题,心脑血管疾病与糖尿病发病风险同样偏高,也需要及时干预。

在禁用与慎用范围上,医院有着严格执行标准。张一鸣明确:有甲状腺髓样癌、多发性内分泌腺瘤综合征家族史的人群,坚决不能使用这类减重针;有既往胰腺炎病史者务必谨慎评估;备孕人群要严守安全时限,女性停药满三个月、男性结合精子生成周期建议停药三个月以上再备孕;长期服用华法林、口服避孕药等特殊药物的患者,必须全程遵医嘱调整方案。

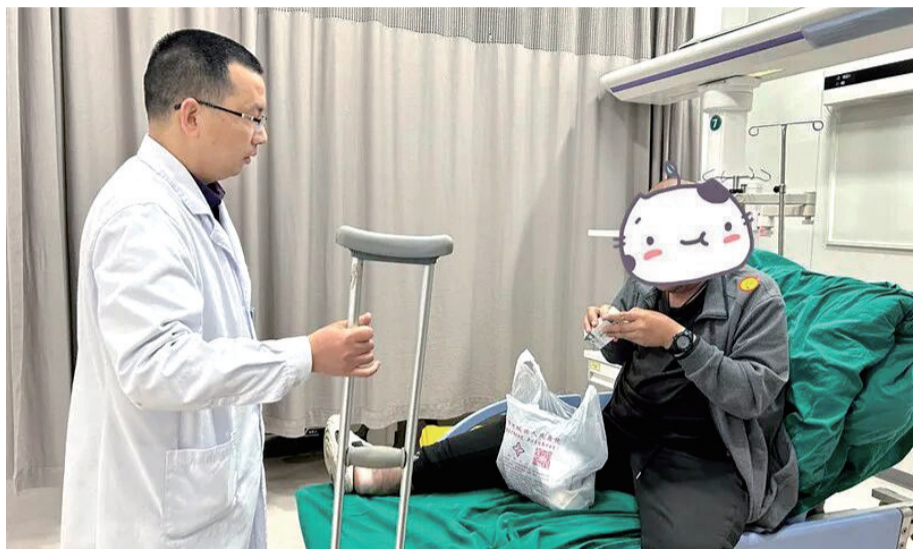
针对用药反应,高静提醒,初期常见恶心、呕吐等消化道不适;若不搭配运动、不补充足量优质蛋白,还会造成肌肉流失、基础代谢下降,不利于长期控重。用药必须从低剂量起步,根据身体耐受度慢慢加量,严格遵守一周一次的注射要求,坚决禁止自行加量、缩短注射周期。

针对当下网购减肥针、非正规机构注射、私自加量等乱象,两位专家联合发出严正警示:私下购药用药,存在假药劣药、无菌操作不达标、用药剂量失控等多重风险,极易引发感染、内分泌紊乱,严重时危及生命。这是典型的三重认知盲区——不了解自身身体状况、不懂药物风险、无视正规医疗流程,会造成不可逆的健康伤害。

“目前任何减重手段包括饮食、运动、药物甚至手术,在停止干预后,如果重新回到导致肥胖的不良生活习惯,都必然会反弹。”两位专家指出,打减肥针只是控制体重的一种手段,最终需要依靠多种措施,包括健康的生活习惯、药物辅助等,来维持体重,最终实现代谢健康的目的。

门诊楼里的紧急救援 急诊科里的温暖守护 急诊“微光”,点亮患者返乡之路

通讯员 聂桂萍 文/摄



春日的温暖,不仅绽放在繁花似锦之中,更藏匿于医者的善意与担当之间。3月30日上午,柯医集团城南院区(柯城区人民医院)急诊科里,一段令人动容的对话悄然上演,急诊危重症中心主任汪军的一个暖心举动,让一场紧张的救治化作一次温情的守护。

患者院内突发晕厥,医护争分夺秒驰援

当天上午9点,柯城区人民医院急诊科的电话铃声骤然响起:“门诊8楼有患者突然晕厥倒地!”

“时间就是生命!”接到通知后,急诊科医生汪军立刻带领医护团队携带好转运设备,迅速赶往门诊8楼。抵达现场时,患者虽已勉强恢复意识,但面色惨白如纸,神情痛苦不堪,双手死死按住下肢,嘴里不断呻吟着:“腿疼,腿太疼了……”

急诊科医护团队小心翼翼地将患者抬上转运床,全程悉心护送返回急诊科,并迅速启动急救流程。

本以为这只是一场常规的紧急救治,然而,在转运途中,患者的情绪突然变得异常激动,反复念叨着:“我钱不够了,药不能退,我想留点路费回家……”

到了急诊科,经过详细问诊和初步检查,医生发现患者的病情远比预想更为复

杂:肥厚型心肌病、2型糖尿病、支气管哮喘、下肢动脉闭塞,还有过肺栓塞病史……每一种病症,都如同悬在患者头顶的一颗“定时炸弹”。

以患者这样的身体状况,独自长途跋涉返回老家,途中极有可能出现肺栓塞加重、心源性猝死等危急情况。“必须先完善检查、稳定病情,不能让他就这样冒险离开!”汪军当即下定决心。

“医生,我知道你们是为我好,可我真的没钱治了,我得回去……”患者语气急切又无奈。

即便医生反复耐心劝说,患者仍坚决拒绝心电图、CT等必要检查,执意即刻返程。几番深入沟通后,汪军才得知背后的缘由:患者急于返回沈阳老家接受手术,同时也实在无力承担在衢的诊疗费用。

慷慨解囊助归途,医者温情暖人心

一边是危重病情与长途奔波带来的致命风险,一边是患者盼救心切、囊中羞涩的现实困境。汪军没有生硬地劝阻,而是用最温柔的方式,做出了一个温暖人心的决定。

他轻拍患者肩膀,柔声安抚道:“你不想做检查,我尊重你的决定,但药不能停,得确保你的安全。”

简单的一句话,如同一股暖流,瞬间安抚了焦躁不安的患者。而更让他动容的是,在他收拾行李准备离开时,汪军悄悄走近,从口袋中拿出300元现金,轻轻塞进他手里:“这些钱拿着,买张车票,路上再买点吃的,一定要注意安全。”

突如其来的温暖,让患者瞬间红了眼眶。他紧紧攥着温热的现金,双唇颤抖,千言万语堵在喉间,只剩哽咽难言。

事后提起这件事,汪军只是淡淡一笑:“当时没想那么多,就是觉得他太不容易了。身患多种重病,身无分文还要长途跋涉,如果我们只是冷冰冰地告知风险,他可能真的会倒在路上。我出点钱,至少能让

他回家的路,多一份保障。”

在汪军眼中,这只是从医路上的一件微不足道的小事。可在同事们看来,这样的“小事”,他做过太多太多。

寒冬里,见到老人在急诊输液室售卖鸡蛋,他会悉数买下,让老人早点回家;接诊老年患者,知道他们对医院流程不熟悉,他总会亲自到门口搀扶,细心安排就诊医生,全程关注就诊情况,让老人看病安心又暖心……

一桩桩暖心事,一件件小善举,他将柯医“视病犹亲,全纳服务”的服务理念融入日常点滴,也让“以患者为中心”不再是一句空洞的口号,而是刻在骨子里的行动与坚守。

“有时去治愈,常常去帮助,总是去安慰。”汪军用实际行动诠释着医者的初心:医学从来都不只是冰冷仪器下的精准判断,更是在患者身陷困境时,毫不犹豫伸出的那双手,是寒夜中亮起的那盏灯,是困境里最温暖的陪伴与守护。