

# 春季减肥正当时 中医特色疗法助你一臂之力

**本报讯**(记者 舒旭影)在国家卫生健康委员会持续推进“体重管理年行动”背景下,如何通过医疗手段科学减重或者控制体重是大家最近关注的热门话题。近日,县中医院推出的穴位埋线减肥疗法备受年轻人追捧。

埋线减肥方法起源于20世纪60年代的穴位埋藏法,在传统的“针灸减肥”的基础上改良和发展而来,属于改良式针灸。医生将线体植入埋线针中,通过精准操作,将线体推入患者肥胖部位的特定穴位,通过持续刺激穴位,发挥长效治疗作用,帮助患者轻松控制体重。

近日,在县中医院针灸科,不少市民前来尝试穴位埋线减肥。“我之前体重有点超标,就想尝试减

肥。听我表姐说,她之前做过埋线减肥,效果很好。我第一次埋线后效果也非常明显,瘦了五六斤。”当天,市民赖俊霖进行了第二次的治疗。

“穴位埋线减肥一方面抑制了患者的食欲亢进,对相对活跃的胃肠道消化吸收功能进行调节,从而减少能量摄入;另一方面可以对较为迟钝的自主神经(交感神经)产生刺激作用,使其功能活跃,增加能量消耗,促进体内脂肪分解。”县中医院针灸科主治医师陈晖介绍,穴位埋线减肥减掉的是脂肪而非水分,从而保证减肥过程中拥有正常的精力和体能,具有反弹率较低、绿色健康、痛苦程度低等优点。穴位埋线减肥疗程为2周埋线一次,6次

为1个疗程。

目前,县中医院开展穴位埋线疗法已经有四年了,自从本月全国开始实施“体重管理年”3年行动后,几乎每天都有患者来进行埋线,很多患者还会进行第二次、第三次的治疗。除了针灸和埋线疗法,县中医院还会根据患者的体质、生活习惯、饮食偏好和需求,为每位患者进行深入的辨证分析,通过定制专属的中药方剂、拔罐、穴位贴敷、耳穴压豆等多种方式帮助患者体重管理。

“减肥的关键在于坚持。患者不仅要坚持治疗,还要配合饮食和运动。我们通常说,减肥要管住嘴、迈开腿。”陈晖表示,县中医院也开设了减肥代谢中心,并建立了微

信群,鼓励患者同步打卡运动,以配合治疗,提高减肥效率,帮助大家拥有健康苗条的身体。

不少人可能会对埋线减肥有一些顾虑,担心这到底安不安全?埋的线会不会残留在体内对身体造成伤害?实际上埋线减肥使用的“线”不是普通的线,它能够直接嵌入皮下,线体埋入人体后,经过10~15天就会逐渐被身体吸收,最后可以完全代谢为水和二氧化碳排出体外,并不会对人体造成伤害。

温馨提醒,埋线减肥要去正规医疗机构,穴位埋线纵使好处很多,但也不是人人都适合,并且操作需要遵守规范,不可随意进行,需要经过正规医疗机构专业的医生诊疗后判断是否适合。

## 卫生动态

### 全县卫生健康工作暨系统党的建设工作会议召开

**本报讯**(记者 舒旭影 通讯员 叶雅萍)近日,2025年全县卫生健康工作暨系统党的建设工作会议召开,深入学习贯彻习近平总书记考察浙江重要讲话精神和关于卫生健康工作的重要指示批示精神,贯彻落实全国、省、市、县两会和省、市卫生健康工作会议及系统党的建设工作会议精神,研究分析当前卫生健康工作面临的形势和任务。

会议总结回顾2024年工作,研究部署2025年重点工作。县人民医院、县中医院、腊口镇中心卫生院、山口镇中心卫生院、温溪镇中心卫生院主要负责人分别作交流发言。

2024年,全县卫生健康系统紧扣“卫生健康现代化”发展主线,忠实践行“八八战略”,奋斗实干、担当作为,全力推动全县医疗资源再拓展、医疗服务水平再提升、健康保障内涵再丰富。其中,县人民医院创成全市首批“三乙”综合医院,县中医院和县第二人民医院实现“两院融合”发展。2024年,县级公立医院门诊人次达116.4万,同比增长2.8%;住院人次达3.76万,同比增长7.24%,均次费用同比下降5.5%;医疗服务收入占比达到38.37%。

2025年,全县卫生健康系统将全面落实县委县政府部署要求,坚持健康优先发展战略,全面推动医疗资源扩容更有序、布局更均衡、供需更平衡、服务更优质,确保高质量完成“十四五”目标任务,加快县域卫生健康现代化建设,为高质量共同富裕的世界青田建设贡献更多卫生健康力量。

### 我县迅速启动医保基金管理突出问题专项整治

**本报讯**(记者 舒旭影 通讯员 程昀)近日,2025年全市医保基金管理突出问题专项整治暨定点机构安全体检综合巡查视频会结束后,我县第一时间召开续会,贯彻落实全市会议精神。

会议就我县医保基金使用管理过程中的突出问题进行了详细分析,并就下一步工作进行全面动员部署。

会议指出,医保基金是人民群众的“看病钱”“救命钱”,关乎广大群众的切身利益和社会的和谐稳定。要充分认清形势,高度重视专

项整治工作,准确把握三个主要任务,认真谋划、迅速启动,推动整改工作应知尽知、存在问题应改尽改。要严格对照省市要求,紧密结合我县实际情况,制定切实可行的工作方案,落实责任分工,细化推进措施,把握各项任务时间节点,确保每一项工作都有人抓、有人管、有人负责。要注意工作方式方法,各有关部门协同开展专项整治工作,推动关键信息共享互用,实现内外联动,确保此次专项整治工作紧紧围绕“快、实、严”三个字开展,兜牢民生底线。

### 县级老同志健康日活动暨县人民医院专题调研举行

**本报讯**(记者 邹俊)近日,我县以精准服务为核心,聚焦老同志需求,开展了2025年青田县级老同志健康日活动暨县人民医院专题调研,进一步推动了县域医疗卫生事业发展与老干部工作的深度融合。

在医院讲解员的引导下,老同志先后参观了检验流水线、重症监护室(ICU)、文化走廊、名医馆、体检中心等地,面对环境优美、设施先进的院区,老同志一路上“拍”个不停、“问”声相连、“笑”声不断,为县人民医院近年来的变化感到高兴。

在随后举行的健康日主题活动中,县人民医院健教科医生针对老同志的健康需求,举办了心脑血管疾病防治相关的健康知识讲座。医生们用通俗易懂的语言讲解了中风的病因病症以及预防就医等知识,帮助老同志提升健康意识,掌握实用的保健方法。同时,健康体检中心的医生还开展了健康科普知识讲座,引导老同志树立科学健康的生活理念,形成良好的生活方式。

座谈会上,县卫健局和县人民医院主要负责人分别向老同志介绍了县域医疗事业发展和县人民医院建设等情况。随后老同志们纷纷发言交流,表示切身感受到了医疗系统日新月异的发展变化,希望医疗系统各单位持续奋进,守护乡亲百姓健康。

“现在医疗条件提升给我们百姓带来了实实在在的便利,我们对医院未来的发展也充满了期待,我们也将继续心系医院,为医院的改革发展发挥余热、贡献力量。”县级老同志吴忠民期望医院持续提升医疗服务质量和平,为群众的身体健康保驾护航。

此次活动,让医院发展的成果得以全方位呈现,也搭建了老同志为县域医疗卫生事业的发展建言献策的平台。接下来,县老干部活动中心将精准对接老同志的需求,进一步开展各层级、多形式的活动,不断丰富服务内容,创新服务方式,让老同志们在回顾历史、感受变迁中,更好地享受经济社会发展的成果,安享幸福晚年。



## 15个健康项目,免费!

- 2025年4月7日是世界卫生日,今年的主题是“健康起点,希望未来”,旨在倡导加大努力保障母婴健康,减少孕产妇和新生儿死亡,并优先关注妇女的长期健康与福祉。国家卫生健康委将中国宣传主题定为“保障母婴健康,呵护祖国未来”。从婚前孕前、孕期保健到产后新生儿健康,青田县提供了一系列免费惠民政策,为母婴健康保驾护航。快来了解这些重要福利吧!
- 1.优生两免(婚前医学检查和孕前优生健康检查)**
- 免费对象:在青田县登记结婚的男女青年(婚前医学检查)、常住本县准备怀孕的夫妇(孕前优生检查)
- 服务内容:婚前医学检查、孕前优生检查
- 服务对象:准备登记结婚的男女双方、准备怀孕的夫妇
- 检查时间:结婚登记前或新婚期、孕前3个月~6个月
- 服务机构:青田县妇幼保健计划生育服务中心
- 2.增补叶酸预防神经管缺陷**
- 免费对象:辖区内常住的备孕妇女
- 服务内容:为准备怀孕的妇女在孕前3个月至孕早期3个月免费增补叶酸
- 服务对象:孕前3个月至孕早期3个月
- 服务机构:青田县妇幼保健计划生育服务中心、乡镇卫生院(社区卫生服务中心)
- 3.产前诊断**
- 免费对象:青田县户籍孕产妇
- 服务内容:为有产前诊断指征的孕妇开展羊水穿刺产前诊断和染色体核型分析;为有遗传病家族史或分娩史的孕妇开展遗传病产前诊断提供费用减免(免费额度1000元/人)
- 服务机构:丽水市妇幼保健院
- 4.消除艾滋病、梅毒和乙肝母婴传播**
- 免费对象:在本县产检或分娩的孕产妇

开展时间:新生儿出生后48小时~7天

服务机构:青田县人民医院

### 9.辖区内常住活产新生儿

免费对象:辖区内常住活产新生儿

服务内容:在新生儿出生48小时之后,通过一种客

观、简单和快速的检测方法进行听力检测

开展时间:新生儿出生后48小时~出院前

服务机构:青田县人民医院

### 10.新生儿先天性心脏病筛查

免费对象:辖区内常住活产新生儿

服务内容:在新生儿出生后的6~72小时内进行的一项无创先天性心脏病筛查,包括心脏杂音听诊和经皮血氧饱和度测定

开展时间:新生儿出生后6~72小时

服务机构:青田县人民医院

### 11.0~6岁儿童健康管理服务

免费对象:辖区内常住的0~6岁儿童

服务内容:提供13次免费健康管理服务,具体包括:

新生儿家庭访视、新生儿满月健康管理、开展体格检查、生长发育和心理行为发育评估、听力、眼保健和视力、口腔筛查,进行科学喂养(合理膳食)、生长发育、疾病预

防、预防伤害、口腔保健等健康指导;为0~3岁儿童每年提供2次中医调养服务,向儿童家长传授儿童中医饮

食调理、起居活动指导,以及摩腹、捏脊和穴位按揉方法

开展时间:7天,1、3、6、8、12、18、24、30、36月龄,4~

6岁儿童每年一次

服务机构:各乡镇卫生院(社区卫生服务中心)

### 12.城乡妇女“两癌”筛查项目

免费对象:参加青田县城乡居民基本医疗保险的

35~64周岁妇女(享受五年一次的免费筛查)

服务内容:宫颈癌、乳腺癌免费筛查

开展时间:常年开展(周一至周五)(具体以体检通

知为准)

服务机构:各乡镇卫生院(北山镇中心卫生院开展时间待定)

### 13.免费提供基本避孕药具

免费对象:辖区内常住育龄人群

服务内容:免费提供避孕套、宫内节育器、短效口服避孕药、皮下埋植剂、外用避孕药

开展时间:常年开展

服务机构:设妇科、产科、计划生育科的各级各类医疗卫生机构、乡镇卫生院(社区卫生服务中心)、村卫生室(社区卫生服务站)及部分社区、企业、乡政府

### 14.免费实施基本避孕手术

免费对象:辖区内常住育龄人群

服务内容:放置、取出宫内节育器,放置、取出皮下埋植剂,输卵管绝育、吻合术,输精管绝育、吻合术及术后随访回访等

开展时间:常年开展

服务机构:丽水市妇幼保健院,青田县人民医院,青田县中医院,青田县中医院(沙埠院区),青田县妇计中心,腊口镇中心卫生院,东源镇中心卫生院,船寮镇中心卫生院,温溪镇中心卫生院

### 15.孕产妇健康管理服务

免费对象:辖区内常住孕产妇人群

服务内容:提供7次的免费健康管理服务,具体包括免费建立《母子健康手册》,分别在孕早期提供1次、孕中期和孕晚期各提供2次健康管理服务(孕13周前、孕16~20周、21~24周、孕28~36周、37~40周各1次),提供1次产后访视和产后42天健康检查服务

开展时间:孕产期至产后42天

服务机构:青田县各乡镇卫生院(社区卫生服务中心)、青田县妇幼保健计划生育服务中心

舒旭影