

主委访谈

孟化：肥胖糖尿病治疗出现“希望的田野”

● 本报见习记者 陈祎琪

“糖尿病是可以逆转的。”近日，中日友好医院普外科代谢减重中心主任孟化在接受《医学科学报》采访时表示，与单纯药物治疗相比，代谢手术能显著降低患者体重，改善患者糖耐量水平及胰岛素抵抗状态，使糖尿病缓解率达到了70%~90%。

调查显示，中国超重/肥胖患病率已超过50%，由肥胖诱发的各类疾病高达240多种，其中以糖尿病最为突出。

“当前我国已成为世界第一的2型糖尿病大国，肥胖糖尿病人群超过8000万，糖耐量异常人数高达4.9亿。也就是说，近一半的中国人血糖都不正常。”孟化表示，推广肥胖糖尿病主动健康理念及医学实践迫在眉睫。

代谢手术是综合治疗关键环节

2017年9月，中日友好医院减重糖尿病健康管理中心成立，这是全国第一家针对肥胖糖尿病患者进行全方位诊断、治疗及生活方式指导的临床医学中心。

走进这里，无论是板凳、病床，还是轮椅、马桶，都是“大尺寸”的定制款，就连体重秤的上限也调到了700斤。护士站里，划船机、哑铃、杠铃等健身器材随处可见。

据悉，该中心采用多学科团队管理模式，涵盖普外科、内分泌科、呼吸与危重症医学科、心内科、营养科、康复科、中医针灸科、精神科以及个案管理师和专病护理师，以终身追踪式的负责理念，为患者提供“一站式、全方位、多对一”的减重健康服务。

“胰岛素发明了一百年，药物越用越多，效果却日渐式微，导致2型糖尿病患者一直处于‘被动挨打’的局面，现在是时候主动出击了。”孟化说，目前针对2型糖尿病的治疗手段已经由传统的内科治疗转变为多学科共同协作的综合治疗，治疗目标也由长期血糖控制提升到糖尿病缓解或恢复健康状态。

“代谢手术是综合治疗中至关重要的一环，但患者并非一入院就立即安

排手术。”孟化介绍道，术前患者需通过生活方式干预，包括改变进食习惯、控制摄入热量、适度增加锻炼等，先降低5%~10%的原始体重，以减少腹部脂肪及肝脏体积，提升心肺功能，进而为手术提供清晰的操作视野，充分保障手术的安全性。“比如每日补充微量元素、增加蔬菜和优质蛋白比例、戒烟酒饮料、养成细嚼慢咽的饮食习惯等，我们会针对患者个体情况制定出更细化更科学的方案。”

在手术操作方面，孟化团队在国内率先开展了对称三孔胃袖状切除术、对称三孔胃旁路术、单孔胃袖状切除术三种特色术式，不仅缩小了手术创伤，缩短了手术时间，而且兼顾了患者健康与美丽的双重需求。孟化补充道，“在对称三孔术式与术后加速康复管理的强强联合下，我们还开设了日间手术，患者24小时内即可完成手术并出院。”

更为重要的是，术后患者一定要树立终身的体重管理意识，才能达到并维持理想的减重效果，防止复胖和血糖反弹。例如，在营养方面，术后早期应多摄入低脂低碳水化合物、高蛋白食物，长期坚持健康均衡饮食；在运动方面，患者应适量增加有氧运动和抗阻运动，每日走路不少于6000步等。

手术不是万能的，孟化直言，“改变不良生活方式需要持续终生，医生没有‘上帝之手’，因此除了专业人员提供指导外，更重要的是患者自身的克制力和毅力。”

普及肥胖糖尿病同质化管理

对于代谢手术的适用人群，孟化表示，BMI大于32.5的肥胖糖尿病患者，代谢手术是首选治疗手段；BMI介于27.5~32.5区间的一级肥胖患者，若存在药物减效或不愿长期服药的情况，代谢手术也是选择之一。

截至目前，孟化已独立完成糖尿病减重手术7000余例，没有出现梗阻、穿孔、出血等严重并发症；累计完成单孔腹腔镜减重手术100余例，无一例并发

症。“根据数据统计，我们中心的患者多集中在18~64岁，其中，女性占比65%，显著高于男性。”

与此同时，孟化团队还在临床上开展了代谢手术的疗效及机制研究。结果显示，以1年为中位随访时间，病程10年以上的2型糖尿病患者在接受代谢手术并成功减重后，糖尿病缓解率达到了76.9%。“这是个令人欣慰的数字。毫无疑问，减重代谢手术已被公认为当下治疗肥胖症及相关代谢病最有效的方法，它能更好地控制2型糖尿病患者血糖，减少心血管危险因素。”

研究预测，到2030年，中国成人超重和肥胖患病率将达到65.3%。保守估计，届时归因于超重肥胖的医疗费用占全国医疗费用总额的22%。

为了减缓这一趋势、提高全民健康素养，2022年11月，中国人体健康科技促进会成立了肥胖糖尿病主动健康专业委员会，孟化当选为主任委员。“所谓主动健康，既是对生命的理性认知，也代表着科学的生活方式。无论健康、亚健康人群还是患者，都应该进行主动健康管理，肥胖糖尿病患者更是如此。”

虽然专委会成立不久，但在孟化的带领下，专委会工作已经如火如荼地展开。2022年11月26日，专委会举办了中部赛区减重代谢手术视频大赛，普及减重代谢手术的规范化和标准化操作，后续还将在全国范围内举办；2022年12月16日至17日，第三届中国减重糖尿病论坛暨中国人体健康科技促进会肥胖糖尿病主动健康专委会年会在京召开，众多专家齐聚一堂，共同探索慢病化全程管理新模式。

此外，为缩小医疗机构间治疗水平差异，实现减重糖尿病的同质化管理与诊疗，并推广减重糖尿病相关医学新技术、新材料、新方法，由孟化领衔的中日



名医简介

孟化：中日友好医院减重糖尿病健康管理中心主任、普外科代谢减重中心主任，医学博士后、教授、主任医师，首都医科大学、北京体育大学和青海大学博士研究生导师、北京协和医学院硕士研究生导师。擅长胃肠肿瘤、减重、糖尿病、食管反流等胃肠道手术。任中国人体健康科技促进会肥胖糖尿病主动健康专委会主任委员、北京抗癌协会加速康复外科专业委员会主任委员、中国康复医学会减重与代谢康复专业委员会副主任委员等，任《国际外科学杂志》《中华肥胖与代谢病电子杂志》《临床和实验医学杂志》等编委。

友好医院代谢减重中心还联合多家单位共同发起建立了减重糖尿病专病医联体，目前已涵盖30多家三甲医院。

在医工结合方面，孟化团队也正在与北航生物医工学院共同研发无创血糖监测仪器。“我们的目标是立足肥胖糖尿病治疗前沿，实现肥胖糖尿病分级诊疗，致力更多肥胖糖尿病患者实现逆转。”

在“希望的田野”上不懈深耕

孟化出生在一望无际的内蒙古大草原，从小在救死扶伤的环境中长大。父亲是当地公社医院的医生，每天骑着马去牧民家看病。“药箱一打开，内外妇儿都要看。”孟化说，在跟随父亲行医的耳濡目染中，做一名医生的种子于不知不觉间在他心中生根发芽。

1993年，孟化从内蒙古包头医学院临床医学系毕业，正式成为一名医生。“到现在整整过去了三十年，一路走来，皆是艰辛，但我从未后悔。”

(转文至9版)