

主委访谈

姚颖：营养是保障人民健康的重要支点

● 本报见习记者 陈祎琪

“大夫，我应该吃什么，哪些食物不能吃？”

这是姚颖在出门诊和查房时被患者和家属问得最多的问题。作为一门学科，临床营养学起步较晚，但作为一种生活习惯，人们对“营养”的重视却与日俱增。“临床营养学是一门临床医学与营养学交叉的新兴学科，它和输血、麻醉、重症监护等并称为20世纪医学的重要成就，是医学治疗领域的里程碑之一。”

前不久，中国人体健康科技促进会成立了临床营养专业委员会，姚颖当选为首届主任委员。她表示，《“健康中国2030”规划纲要》要求从“以治病为中心”转向“以人民健康为中心”，在这一过程中，营养毫无疑问是一个重要的支点。

营养治疗是疾病综合管理的基础

上世纪90年代，我国实行医疗机构评审制度，要求将临床营养科作为三级医院必须设置的科室，由此临床营养学开始进入公众视野。

姚颖是华中科技大学同济医学院附属同济医院临床营养科主任。据她介绍，该科室以体重管理、慢性肾脏病和代谢性疾病的营养管理及肠内营养支持作为临床工作重点和科研方向，目前已开展的诊疗项目包括营养风险筛查与营养测评、人体成分测量、营养代谢功能测试和特殊疾病营养治疗等。

“过去，临床营养科在各地发展很不均衡、不规范，但近几年随着一些政策文件的出台，临床营养科逐渐进入同质化和标准化的轨道。”姚颖说。

2021年10月，国家临床营养专业医疗质量控制中心制定了《“提高患者入院24小时内营养风险筛查率”核心策略》；2022年3月，国家卫健委制定了《临床营养科建设与管理指南（试行）》，要求医疗机构内独立开展临床营养诊疗服务的临床科室，名称统一为临床营养科，并明确了其工作范围。

“如今，我们还和肾内科、胃肠外科等开设了联合门诊，并参与院内院外的多学科诊疗。”姚颖说，以肾脏病营养管理为例，临床营养科安排了一名营养师常驻肾内

科病房，协助医生完成患者入院时的营养风险筛查和营养测评，评估其是否需要营养支持治疗。

“对于有需要的患者，我们会根据其是否透析、是否合并高血压或糖尿病等基础疾病制定相应的营养治疗方案。”姚颖说，“此外，我们每周还会举办一次宣教活动，每季度举办一次线下肾友会。我们在病房里放置了很多食物模具和宣传手册，向患者展示哪些食物应该多吃、可以吃多少，哪些应该少吃或不吃。”

营养治疗对患者究竟有多大意义？姚颖回答，基于规范临床路径和循证医学基础的营养支持治疗是疾病综合管理的基础和重要组成部分，它对改善患者营养状况、恢复机体组织细胞功能、改善临床结局、提高生活质量、节省医疗费用有不可替代的作用。

全生命周期全人群营养管理

世界卫生组织一项全球调查结果显示，真正达到健康标准的人只占5%，约20%是需要诊治的病人，其余75%的人处于亚健康状态。“这些人群也需要营养指导，例如向他们宣传相应的营养健康知识，倡导良好的生活习惯、科学合理的膳食结构和积极的营养调理方案等。”姚颖说，具体而言，比如少吃外卖、少抽烟、少喝酒、少熬夜，注重饮食多样化，按照中国居民膳食指南推荐，平均每天至少摄入12种不同食物，每周至少25种。

临床营养学关注亚健康人群，反映出该领域正在从单纯疾病人群营养治疗向全生命周期全人群营养管理转变。与此同时，姚颖表示，临床营养学也从单纯慢病管理向急、慢性疾病共同防治及疫情防控并重转变，从单一临床营养科实施营养治疗向多学科营养支持治疗模式转变，从传统营养管理手段向网络化、智能化、互联网+模式转变。

现阶段临床营养学方兴未艾，但其发展却面临人才匮乏、缺少高技术含量的诊疗手段和仪器设备的掣肘。“临床营养学科还需要进一步发展、壮大。”

为突破这些瓶颈，姚颖认为，在人

才培养方面，应从本科教育开始，就将临床营养学纳入必修或选修课程，另外，将临床营养科纳入本科生和规培生轮转科室之一，给予医学生更多接触临床营养学的机会。在技术方面，应大力发展基因组学、代谢组学和蛋白质组学技术，减少基于经验医学的个体化治疗，实行客观精准的营养干预。

作为临床营养专委会主任委员，姚颖还将带领成员定期召开营养学术会议，打造具有较强传播力、创新引领力和影响力的学术会议品牌；开展高质量、广覆盖、不同层次的继续教育培训项目，完善人才选拔培养机制；推进营养健康科普工作，以讲座、漫画动画、图文科普等各种形式广泛传播营养知识，建立规范化的营养健康科普标准和评价体系。

增强临床营养科的“存在感”

“人之所以能，是相信能”，这是姚颖的座右铭。

2010年，华中科技大学同济医学院附属同济医院筹建临床营养科，姚颖毛遂自荐。“我在德国医院和实验室工作学习时，看到他们对临床营养治疗非常重视，这引起了我对营养学的兴趣。”

万事开头难。姚颖回想起临床营养科初建时，科室只有两个人，但她凭借对营养学的一腔热爱和对营养事业的执着追求，积极为科室广纳贤才。“总有一些事情很难，但你首先要相信自己能做到。我也是这样告诉我团队的成员，要敢于为自己树立远大的奋斗目标，不要怕挫折，不要退缩，失败了大不了再来呗！”姚颖语调温柔，骨子里却透着坚韧。

“刚开始不要说患者了，其他科室的医生也不知道我们是做什么的，甚至还有同事给我打电话反映食堂的饭菜问题，我当时也是哭笑不得。”但姚颖并不生气，这让她意识到多学科合作的重要性。“营养学渗透在各个学科中，所以我非常注重与其他临床学科的交流，目的



名医简介

姚颖：二级教授，主任医师，博士生导师。华中科技大学同济医学院附属同济医院临床营养科主任，肾内科副主任。中国人体健康科技促进会临床营养专委会主委，中国老年医学学会营养与食品安全分会副会长，中国营养学会常务理事，CSPEN肾病营养协作组组长，中华中医药学会药膳分会副主委。专注疾病与营养，荣获第二届全国创新争先奖、湖北省科技进步奖二等奖。

就是让他们在平时临床诊疗工作以及疑难重症患者大会诊中都能想到临床营养科，增强临床营养科的存在感。”

十几年过去，姚颖率领的同济临床营养科团队先后获得了首届中国营养风云榜十佳团队、中国医师协会营养学科建设先进单位、“中国医院临床营养科综合影响力”十佳等多项殊荣。

如今，姚颖的团队已壮大至11人，她挑选人才的标准有三点。首先，要能为病人着想，要尽心竭力帮助他们解决身心疾苦、融入社会；其次，要热爱临床营养学，“只有热爱才愿意钻研”；最后，要有扎实的临床功底。“既要了解营养学，也要熟悉疾病的发病机制和治疗手段，不能孤立片面地看问题”。对于更青睐有临床营养学专业背景还是跨学科背景的人才，姚颖则笑称“不拘一格”。

在医学这条路上，姚颖已经行走了32年。因为小时候喜欢读书，她曾梦想当一名图书管理员。成为医生也是机缘巧合，但她说做着做着就感受到了医学的崇高和伟大，也感受到了营养学的魅力和神奇。

每当姚颖笑盈盈地走进病房，总有患者对她说，“姚大夫，看到你我觉得自己的病都好了！”姚颖为自己能带给患者如此乐观的正能量而感到欣慰，这也给了她一直坚持下去的理由。