



去年6月底

进医院时,他连最大号的病号服都穿不下,只能裹着床单



去年9月底

术后三个月,已减重120多斤,以前的衣服已经大了很多



最近

生活正常了,“水果哥”十分开心 医院供图

406斤 切胃9个多月后 189斤

“江苏首胖”瘦身成功变型男

专家:肥胖对男性杀伤力更大,严重的可能折寿20年

还记得江苏首胖“水果哥”吗?去年6月,现代快报曾报道过他,当时,他为了健康而减肥,刚做完胃切除手术。昨天,记者从江苏省人民医院获悉,“水果哥”复诊了,令医护人员惊讶的是,9个多月的时间,“水果哥”从406斤瘦到了189斤!

“其实,男人胖了之后更需要减肥。昨天,江苏省人民医院普外科主任医师梁辉、鼓楼医院微创外科主任医师孙喜太、苏州大学附属第一医院普外科主任医师毛忠琦,就肥胖症治疗以及减重手术等话题进行了科普讲解。专家们表示,肥胖会让人折寿,严重肥胖症能让男性预期寿命减少20年,女性减少5年。”

实习生 唐欣然 现代快报记者 安莹 刘峻

生活正常了

9个多月减掉217斤,血压血糖正常了

做水果生意的他,曾有“江苏首胖”的称号。那时,他的体重是406斤。现在,距省人医普外科主任医师梁辉的团队对他施行减重手术仅9个多月,“水果哥”已经瘦到189斤,减掉了217斤!

“水果哥”笑着说:“如今睡觉不打呼噜,生活完全自理,血压完全正常,血糖也完全正常,最重要的是精神好了,还能带着儿子到处玩,水果生意也越来越好了!”

食量巨大 曾经胖到有生命危险

结婚前的“水果哥”,体重基本上维持在170-180斤,只是看上去有点壮。结婚后,他胃口越来越好,喜欢吃烧烤、炒饭、炒面、快餐,也不加任何控制,常常一顿饭至少吃正常人的两倍到三倍。有一次,他买了30根羊肉串,妻子回头和别人说了几句话,再一回头,他手中的羊肉串已经全部下肚了。一个汉堡基本上两口解决,可乐几乎是一口气“豪饮”。有一次,他听说吃黄瓜可以减肥,不一会儿就啃了20几根黄瓜。

“水果哥”自己也很苦恼,他试了很多减肥方法,也花了好几万块钱,但效果一直不理想。最早是控制饮食,后来也办过健身卡,还尝试过吃减肥药,但每次都失败,还越减越肥。

因为肥胖,他患上严重的呼吸暂停综合征、脂肪肝等,而且特别能睡。医生说可能威胁到生命。

在卖水果的时候,等顾客把水果挑好找他称,他经常是已经睡着了。有一次,他在路上等红绿灯,靠在电线杆上就睡着了,一觉醒来发现都过去半个多小时了。还有一次出去批发货物,还在开着车呢,居然打起呼噜,因为太胖呼吸暂停,整个人的脸都是紫的。多亏路人拨打了110,叫来警察才把他给喊醒了。

做完手术 第二天就轻了50多斤

花费数万元、尝试过多种减肥方法均宣告失败后,去年6月,“水果哥”来到江苏省人民医院做微创减重手术。那时,医院最大号的病号服他都穿不下。

手术后第二天,体重就少了50多斤,变成354斤。三个月后,也就是去年9月,“水果哥”已经成功减重120多斤。不仅人变瘦了,连脂肪肝和高血糖也出现好转。“水果哥”曾表示,手术过后自己很控制饮食,连果汁都不敢多喝一口。

据了解,“水果哥”接受的是“腹腔镜下袖状胃切除手术”,在腹部打5个钥匙大小的孔,然后医生在腹腔镜下切除1/3-2/3的胃,再将切除后的胃进行缝合。通过改变胃容量,达到控制饮食量的目的。据了解,此手术属微创手术,创伤小、恢复快,风险也较低,而且术后并发症少。

就连手术的器材都是特制的,据医生介绍,“水果哥”用的器材是加长的,有48厘米,从而能“突破”脂肪层,顺利进行操作。

刚做完手术时,“水果哥”只能喝水、喝米汤,由于胃小了,每次喝水只能喝5ml。术后第一个月基本上以流食为主,一个月后慢慢恢复正常饮食。专家介绍,手术后前三个月,基本上是一天瘦一斤。

肥胖危害大

肥胖对男人杀伤力更大 严重的可能折寿20年

梁辉介绍,肥胖严重影响健康。与肥胖相关的健康问题很多,像糖尿病、高血压、高血脂、冠心病、呼吸睡眠暂停综合征等疾病,都和肥胖有着密不可分的关系。

专家也指出,女人们整天喊着减肥是为了美,男人却常常觉得胖一点没关系。但实际上,肥胖对男人杀伤力更大。

研究显示,肥胖症使预期寿命平均减少6-7年,其中严重肥胖症(BMI>40)使男性预期寿命减少20年,女性减少5年。也就是说,如果你身高1米7,体重220斤以上,就会面临折寿的风险。

梁辉指出,2014年9月江苏省疾控中心发布江苏居民营养与健康状况追踪研究,数据显示江苏城市18岁及以上成人超重及肥胖率为41.3%,与全国平均数基本持平。

肥胖导致血糖高得吓人 她做了胃旁路手术

52岁的周阿姨曾经有110多公斤,她曾尝试运动减肥等多种方法,但体重一直降不下来。更让她苦恼的是血糖高得吓人。几年前,她在鼓楼医院孙喜太医生那里做了胃旁路手术,一年后她的体重不但减少了100斤,而且血糖和血压都有了很大的改善。

孙喜太介绍,胃旁路手术将患者的胃分成上下两部分,术后位于上端用于容纳食物的“小胃”只有原来胃部的六分之一左右,重新排列小肠的位置,改变食物经过消化道的途径,达到减缓胃排空速度,降低吸收。这种手术与如今常见的用于减肥的“缩胃手术”原理不相同,虽然都是减肥常用的手术,但缩胃手术对糖尿病治疗的有效率低,效果也没有胃旁路手术长久。

疑问

想减肥就能去切胃吗? 医生:须满足严格的手术指征

体重指数(BMI)表

BMI=体重(kg)÷身高²(m)

级别	女性	男性
偏轻	<19	<20
正常	19-24	20-25
偏重	24-29	25-30
肥胖	29-34	30-35
非常肥胖	>34	>35

资料图片

如今通过“缩胃”和“肠改道”的办法减肥在江苏不少三级医院展开。不少肥胖者向医院求助要求切胃,有些不胖的人也提出手术要求,希望借此瘦身塑形。

管不住嘴,靠切胃这种方式靠谱吗?毛忠琦说,切胃手术有严格的手术指征。最重要的判断标准是体重指数,脂肪比重、腹围数值等也属于参考指标。“属于以下两种情况的患者可考虑手术治疗: BMI>35,不论有无合并2型糖尿病; BMI>28,合并2型糖尿病或脂肪肝、高血脂等代谢综合征,通过改变生活方式和药物治疗均控制欠佳。”

他强调,体重指数低于28的中国人,不主张通过减重手术治疗,“可通过饮食控制、运动等综合方法达到减肥效果。”

专家还提醒,严重肥胖症患者应首先查明肥胖原因。少数肥胖属于内分泌系统疾病。比如肾上腺长了肿瘤,导致激素分泌异常,这类病人需要先考虑切除肿瘤。