



2025年5月13日 星期二
本期4版
总第1444期
www.xdcb.net

新东城报

NEW DONGCHENG WEEKLY

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的二十大和二十届二中、三中全会精神,进一步创新做好“六字文章”、改革强化“六力提升”,全力在北京现代化建设中打头阵当先锋!

中共北京市东城区委宣传部主办

东城区融媒体中心出版

准印证号:京内资准字0707-L0117

孙新军在国家服务业扩大开放综合示范区东城区工作领导小组全体会上强调,全力当好“两区”建设排头兵 为核心区高质量发展积蓄澎湃动能

本报讯 5月9日,国家服务业扩大开放综合示范区东城区工作领导小组全体会议召开。区委书记孙新军出席会议并讲话。他强调,2025年是“两区”建设五周年,也是“十四五”规划收官、“十五五”规划谋篇的关键之年,要紧抓政策机遇,全面落实新一轮综合试点部署要求,延续良好的工作基础和态势,探索创新更加务实管用的方法路径,全力当好“两区”建设排头兵,为核心区高质量发展积蓄澎湃动能。会议由区委副书记、区长陈献森主持。区领导王华伟、黄丹、任江浩、王智勇、王佑明参加。

会上,区商务局汇报东城区“两区”建设2024年进展情况及2025年工作要点,区投促中心、区司法局、区卫健委进行表态发言。会议审议通过

《2025年东城区“两区”建设工作要点》《国家服务业扩大开放综合示范区东城区工作领导小组工作规则》《国家服务业扩大开放综合示范区东城区工作领导小组工作机制》《国家服务业扩大开放综合示范区东城区工作领导小组下设机构方案》《国家服务业扩大开放综合示范区东城区工作领导小组办公室工作细则》《东城区2025年“两区”招商引资任务指标分配方案》及各专项工作组2024年工作总结、2025年工作计划。

孙新军要求,一是锚定发展方向,坚定信心、振奋精神。要深刻认识“两区”建设的重大意义。站在新一轮深化改革、扩大开放的最前沿,必须坚决贯彻落实习近平总书记重要指示精神和党中央决策部署,认真学习领会市

委市政府工作要求,以首善标准扛牢使命责任,全力打造开放发展的“东城样板”。要深刻认识服务业扩大开放的形势机遇。努力将驻区资源优势转化为发展胜势,以更大力度推进服务业扩大开放,加快培育服务业的国际竞争新优势,推动金融、文化、数字经济、健康医疗等产业发展实现新突破。要深刻认识东城开放发展取得的实践成效。过去一年的成绩充分证明,东城有信心、有底气用好“两区”开放机遇,也有基础、有能力乘势而上,推动外资外贸工作再上新台阶。

二是突出实干实效,瞄准重点、全力攻坚。要在制度创新上精准发力。充分发挥集成式制度创新优势,完善政策“会诊”机制,持续加大改革创新力度。注重定向突破,以点上突破

带动面上辐射。善于总结提炼可复制可推广的制度创新经验,挖掘、培育典型案例。广泛征集企业诉求,形成创新政策储备清单。要在项目招引上重点突破。发挥项目建设引领作用,围绕产业定位,拓展招商渠道、吸引龙头企业,推动更多标志性、引领性、带动性项目落地,切实把“两区”建设成效反映在高质量项目落地上。把“两区”政策利好与东城区金融、文化等优势结合起来,精准对接企业需求,提升企业获得感,增强发展活力、城市魅力和区域竞争力。要在外资外贸上攻坚克难。特别关注外资、外贸等“硬指标”,进一步释放开放发展势能。

三是坚持协同联动,凝心聚力、久久为功。要抓好统筹协调。树牢全区“一盘棋”意识,加强协同配合,发挥

领导小组办公室、各专项工作组力量,坚持清单化管理、常态化调度。要抓好宣传推介。精心组织政策解读和培训活动,扩大政策知晓度、覆盖面,用好北京文化论坛等开放平台,充分调动经营主体和社会各界的参与热情。聚焦重要制度创新、重大项目落地、重点领域区域,加强宣传引导,广泛凝聚深化改革、扩大开放的思想共识,更好释放“两区”政策红利。要抓好任务落地。针对今年工作要点明确的重点任务,要把握节点、分类实施,确保政策举措落地生根、取得实效。要把任务分解细化到每个月、每一周,落实到具体责任领导、责任科室,以每个点位的“小进步”,推动“两区”建设工作“大提速”,奋力开创核心区高水平开放发展新局面。

孙新军主持召开月度工作点评会时强调

坚定信心决心 全力实现上半年“双过半”

本报讯 5月9日,区委书记孙新军主持召开东城区月度工作点评会。区领导陈献森、汤钦飞、王达品、薛国强、王华伟、王永民、孙扬、黄丹、任江浩、王智勇、王佑明、贾邦、东城园管委会主任石崇远参加。

和平里、东直门、永外街道工委书记,区经信局、政数局党组书记,东城园工委专职副书记发言。孙新军逐一点评,通报3至4月接诉即办、大气污染防治、生活垃圾分类和物业管理工作情况。东四街道工委书记作为接诉即办优秀街道代表作交流发言。

就做好当前重点工作,孙新军要求,一是坚定信心决心,全力实现上半年“双过半”。要强化经济运行调度,压实压细指标任务,狠抓重点

项目实施,推动各行业集中发力,提升重点企业贡献度。要努力扩大消费,抓好“两新”政策落地,强化文旅融合,积极策划组织夏季促消费活动,进一步推动隆福寺二期招商签约,激活“文化金三角”。要加大招优引强力度,完善“服务包”“服务管家”机制,深化企业服务体系“十百千万”工程,加大中小微企业、民营企业支持力度。

二是聚焦群众所需,持续办好民生实事。要扎实做好季节性问题的治理,千方百计促进就业、持续推进社保扩面提质,加强入学政策宣传,做好中高考保障准备工作。要始终树牢安全生产意识,加强风险隐患排查,抓好问题整改,守牢安全底线。要抢抓防汛准备“窗口期”,提

早准备、稳妥做好汛期保障、食品安全、电力供应等工作,加强极端天气监测、排除险等工作,确保城市运行和市民群众生命财产安全。

三是坚持从严从实,认真开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育。要加大对校园餐、殡葬、养老服务、医保基金、公益慈善等重要领域整治力度,严肃查处影响安全稳定、破坏改革发展、侵蚀民生福祉案件。要坚持精文减会,力戒形式主义、官僚主义,切实为基层松绑减负。要坚持两手抓、两促进,把开展学习教育同贯彻落实中央和市委部署要求、推动全区高质量发展紧密结合起来,切实将学习教育焕发出的精神动力转化为推进工作的强大力量,推动全区各项事业再创新成绩、再上新台阶。

孙新军调研教育高质量发展工作时强调,持续深化教育综合改革

推动全区教育事业迈上新台阶

本报讯 近日,区委书记孙新军调研东城区教育高质量发展工作。他强调,要持续深化教育综合改革,推动全区教育事业迈上新台阶。区委副书记王达品、副区长王佑明参加。

在中央工艺美术学院附属中学,孙新军实地察看了办学用房、图书馆、教职工之家、学生食堂等设施建设情况,了解学校教育教学理念和办学用房下一步使用规划;在北京市广渠门中学,重点了解学校打造“人工智能教育共同体”、开设“人工智能班”等情况,听取了人工智能在多学科教学场景应用情况汇报。

孙新军要求,一是认真贯彻落实习近平总书记关于教育强国建设的重要论述,牢记为党育人、为国育才初心使命,把高质量发展要求贯穿到

办学全过程,持续深化教育综合改革,坚持特色办学,统筹推进教育、科技、人才一体化发展。

二是以教育家精神引领师德师风建设,培育高素质专业化师资队伍,强化教育信息化与科技教育融合发展,用好人工智能、大数据等新技术,为教育教学赋能,激活教育高质量发展动力源。

三是加大学校食品、消防安全等重点领域风险隐患排查及校园周边环境整治力度,加强学生心理健康教育,切实维护校园安全稳定。

四是加强部门协同配合,促进优质资源共享,凝心聚力做好教育改革发展各项重点工作,推动全区教育事业迈上新台阶,努力为教育强国建设贡献东城力量。

东城开展防灾减灾主题宣教活动

本报讯(记者 付敖蕾) 今年5月12日是我国第十七个全国防灾减灾日,主题是“人人讲安全、个个会应急——排查身边灾害隐患”。当天,2025年东城区“5·12全国防灾减灾日”主题宣教活动在东城区和平里第四小学举办,通过校园地震疏散演练、安全主题展演和互动体验学习,为师生上了一堂生动的实战培训课。

此次演练聚焦防灾减灾主题,开展全校性地震避险疏散演练。演练前,区应急局邀请中国灾害防御协会专家以“加强地震应急演练 筑牢学校安全防线”为主题,为全校师生上了一堂专题辅导公开课,详细讲解地震科学避险要领,同时组织预演彩排,确保每位师生掌握正确逃生路线和避险动作。

上午9时,地震警报拉响,正在教室里上课的师生迅速蹲在课桌下。随着第二声警报响起,师生有序跑出教学楼来到操场开阔地带。地震科普专家王成凤现场评估演练效果时说道:“本次演练组织周密、响应高效,从预警信号发布到全员安全撤离,流程规范有序。同学们动作规

范、听从指挥,彰显了日常安全教育的扎实成果。建议学校定期进行模拟训练,将防灾技能融入常态化教育。”

学校操场上设置了12个项目体验,包括消防车辆展示、烟雾逃生体验、绳结互动教学、模拟灭火体验、VR互动体验、危险驾驶体验、应急大转盘、“应急岛”大冒险、防触电体验、心肺复苏、海姆立克急救法、创伤包扎,并配备专人进行应急知识科普讲解。“捂住口鼻能防止烟雾进入身体,靠墙弯腰行走可以明确逃生方位,并减少吸入烟雾。通过体验烟雾逃生,我学会了一项逃生技能。”5年级2班学生马子恒说,参加此次活动学到了很多安全知识,回家后会分享给家长。

活动中,2025年第九届“安全小达人”宣教活动正式启动。“安全小达人”系列宣教活动是区应急局与区教委携手打造的校园安全文化特色品牌,围绕绘画、剪纸、书法等面向全区小学开展创作征集,引导学生围绕“大安全”主题进行创作。自2017年推出以来,已经连续开展了8届,共吸引了40余所学校的学生参与,直接动员、参与学生9万余人,间接受教人员达30万人。

东城发布五大公益助残项目

打造“首善东城 爱相融”公益助残品牌

本报讯(记者 付敖蕾) 5月9日,在第三十五次全国助残日即将到来之际,东城区残联携手区文旅局举办“首善东城爱相融 携手助残逐梦行”东城区残疾人事业宣传展示活动。现场,东城区发布“光影筑梦 传奇同行”文化助残、“职场赋能 幸福增收”就业服务、“桦卯匠心 筑梦未来”定向培训、“粉墨传情 星心相映”儿童康复和“法护尊严 与你同行”法律服务五大公益助残项目,并启动“首善东城 爱相融”爱心助残公益行动计划。

中国残疾人事业新闻宣传促进会会长张伟,市残联党组副书记、副理事长谢延智,区委书记孙新军,区委副书记王达品,区人大常委会副主任王森,副区长任江浩,区政协副主席张伟出席活动。区残工委成员单位负责人、各街道残疾人工作者、残疾人代表、爱心助残单位负责人共300人参加。

为进一步完善残疾人关爱服务体系,聚焦残疾人的实际需求,东城区残联积极对接社会爱心资源,从文化助残、就业服务、技能培训、儿童康复、法律维权等方面,与爱心单位共同推出五大公益助残项目。

其中,中国戏曲学院、北京京剧院与东城区残联儿童康复机构联手,将帮助孤独症儿童通过京剧等

艺术形式,提升自信心、表达能力和社交技能,促进身心康复。

今年起,区肢残协会和天晟昱人力资源有限公司将联合推出东城区“幸福生活”残疾人公益扶助三年行动计划,该公司每年捐助资金20万元用于开展残疾人技能提升、创业增收、文化体育等活动,让残疾人通过自己的付出过上幸福生活。

在残疾人就业创业的实践中,开发适合残疾人参与研发、制作和销售的文创产品迫在眉睫。今年,区残联将与萤火虫爱心直播平台深度合作,推出智慧桦卯积木项目,将科技元素融入文创产品,构建“产学研销”一体化助残生态链,着力打造残疾人文创产品研发示范中心,助力残疾人实现自身价值,更好融入社会。

此外,由北京传奇奢华影城与东城区残疾人综合服务中心联合推出的“光影筑梦 传奇同行”公益观影系列活动,将通过组织残疾人专场,每月固定赠票等形式,让东城区1000余名残疾人朋友尽情享受光影世界的独特魅力。“法护尊严 与你同行”项目把法律服务送到残疾人身边,年内将提供至少200人次的免费法律咨询、1000人次法律知识讲座。

2025年东城区“首善东城 爱相

融”爱心助残公益行动计划也正式启动。据了解,在开展五大公益助残项目的基础上,区残联携手区慈善协会建立“首善东城 爱相融”公益助残专项资金,着力打造“首善东城 爱相融”公益助残品牌,力争在未来3年内构建起覆盖全区的公益助残服务体系,广泛汇聚社会助残力量,弘扬向上向善的社会风尚。目前,已与35家爱心单位签订合作意向。区残联向社会各界发出倡议,希望更多的爱心单位和爱心人士关注残疾人群体,对残疾人事业的发展给予更多的支持和助力。

活动现场,东城区向一直以来广泛开展扶残助残活动的10家爱心单位和项目支持单位颁发荣誉牌。残疾人专职主播魏雅然、脊髓损伤者希望之家创始人唐古鑫和盲人心理咨询师郭家乐分别讲述在各自领域顽强拼搏、奋发有为的励志故事。大家还共同欣赏了残健书法家即兴创作与古筝伴奏《高山流水》、情景剧《前门情思大碗茶》、歌曲《志愿者一起来》《爱相融》等节目。

此外,此次活动设置了“京津冀鲁情 携手爱相融”残健融合书画作品联展和残疾人文创作品展示宣传区,集中展示东城区残疾人事业发展成果。



东城区和平里第四小学师生参加地震疏散演练。

记者 张维民 摄

致敬白衣天使 传递温暖力量

东城区召开纪念“5·12”国际护士节暨优秀护理服务展示大会

探索科技赋能演艺新场景,拉动城市消费,助力“戏剧东城”“王府井戏剧谷”品牌建设

2025“人艺之友日”再造戏剧时光



从手绘的舞台布景到AI的天马行空,从现场的同频共振到影像的全球传播,从挥斥书写的浩瀚历史到人类命运的星际远航,时光在过往与未来之间流转,舞台在历史与远景之间想象。5月10日至11日,由北京人民艺术剧院(以下简称“北京人艺”)联合东城区委、区政府主办的2025“人艺之友日”主题活动如约而至,邀请广大人艺观众在周末走入剧院空间,共度戏剧时光。活动以“再造时光”为主题,围绕“可触摸的历史”“可参与的当下”“可想象的未来”三个主题,组织了多场专题戏剧活动及演出,以“演出”“活动”“打卡”“展览”四大单元,为每一位活动参与者提供了一段无可复制的戏剧独家记忆。 文/记者 李滢

探索科技赋能 机器人戏剧北京首演

在2025“人艺之友日”主题活动率先开启的演出单元中,享誉全球的德国里米尼纪录剧团首度受邀来京,携其突破力作《恐怖谷》在实验剧场呈现7场与众不同的“无人”演出。

当冰冷的机械取代血肉之躯的演员,舞台上的虚实边界将如何被重新定义?在技术狂飙突进的时代,如何守护人性的温度?演出现场,仿真机器人作为表演者,通过多媒体互动等形式,与观众探讨人机关系的边界。

创立于2000年的德国里米尼纪录剧团是全球实验戏剧领域的标杆性团体,善于将技术工具转化为艺术语言。此次上演的《恐怖谷》是北京引进的首部纯机器人演出的戏剧作品,通过高科技手段将戏剧的“未来”这一命题进行直观呈现,引发观众对于“科技”和“人类命运”的深度思考。

4场“剧场艺术课·大家面对面”艺术交流活动邀请艺术家与观众分享有关北京人艺历史和戏剧创作的点滴。话剧导演、一级演员、北京人艺艺委会委员杨立新以“我——不知道怎么说”为题,向观众讲述自己在北京人艺数十年的点滴记忆,分享自己在艺术创作上的心得感悟;来自北京人艺舞美团队的郑晨、胡萌、孙然,从舞美的视角完成了“再造戏剧时光,又见人艺之友”的剧场观摩体验;结合北京人艺正在上演的剧目,《风雪夜归人》与《晚安,妈妈》两部作品的主创也分别在剧场与观众见面。

北京国际戏剧中心·戏剧沙龙于每日15时30分同步举办两场“时光记忆分享会”艺术体验活动,由北京人艺演员杨佳音担任“时光记忆主理人”,与观众进行沉浸式交互,共同聆听来自“人艺之友”的剧场记忆。

剧场内外联动 市集装置营造浓厚氛围

首都剧场前,“时光滤镜”系列打卡相框以三幅不同年代滤镜装置串联起剧场“过往—现代—未来”的定格场景,实现时空维度的瞬间切换;由此穿行至北京国际戏剧中心,戏剧大道化身70米“时光列车”车厢,以别出心裁的方式将“旅途”的概念与人艺历史结合,展现北京人艺各个发展阶段的代表剧目及舞台道具;北京国际戏剧中心前厅变身“时光照相馆”自拍体验区,观众可以在机器上拍摄“人艺之友日”主题活动专属大头贴,或者当场生成以自己为头条新闻的“人艺之友报”,以更加年轻化、潮流化的方式进行打卡传播;四合院咖啡厅设置为“时光影院”,循环播放多部人艺经典剧目影像;四合院的偏房中,复古造型电视对剧目进行不间断放送……“再造时光”的主题萦绕在北京人艺大院的各个角落,为今年“人艺之友日”的多板块体验活动穿针引线。

一年一度的“人艺之友日”市集设有科技酷玩、非遗展示、网红美食、艺术文创、潮流生活等五个分区,40余家品牌商户入驻。市集现场还设置了“时光有礼”巨型福袋墙,为观众增添“抽盲盒”的消费体验。同时,多款北京人艺自主开发及与北京东城文旅发展集团有限公司联合开发的活动专属衍生产品也于市集进行首发销售,以满足现场参观者不同的消费需求。

在首都剧场南北侧厅的北京人艺书画展持续面向公众开放。展览由《诗文随世运 无日不趋新——人艺艺术家书画展》《人若长青树 艺如不谢花——“人艺之友”书画展》两部分组成,让每一位驻足的参观者感受人艺人别具韵味的“戏外功夫”。

拉动城市消费 助力“戏剧东城”品牌建设

参观戏剧大道、书画展,参加市集,观看话剧《迷幻》……土生土长的东城戏剧爱好者李佳媛连续第二年参加“人艺之友日”主题活动。在她看来,今年的主题活动内容更加丰富、形式更加多样。除了市集上展示的更加多元化、优质的文创产品,“抽盲盒”的形式也特别迎合当代年轻人的个性追求。“‘家门口’的剧场、高质量的演出、贴近生活的活动丰富多彩,令我倍感幸福。”

北京人艺院长冯远征表示,自1986年成立至今,39年来,“人艺之友”见证着剧院的历史,北京人艺也希望观众能够近距离感受除话剧之外的更多文化内容,以“开放日”这种艺术家与观众的近距离沟通和交流的方式感受观众对人艺的爱与期许。

“人艺之友日”主题活动于2023年北京人艺建院71周年之际首次开设,旨在与观众分享剧场空间、共享戏剧记忆,尝试以更多的新业态,联动多剧场空间新场景,为观众带来更加多元化的文艺生活新体验。自首次开设以来,每年都有数千名戏剧爱好者借此机会走进人艺,了解人艺。“人艺之友日”也获得了广泛的支持与好评,已经成为颇受观众欢迎的品牌活动。

东城区文化和旅游局相关负责人表示,2025“人艺之友日”是落实“演艺之都”建设要求,探索科技赋能演艺新场景,推动文商旅融合,拉动城市消费,助力“戏剧东城”“王府井戏剧谷”品牌建设的又一次有益的文化活动,也为广大戏剧爱好者提供了一扇窗口,对北京人艺的深厚文化底蕴与优质艺术资源进行了更生动的展示,以多样化的艺术普及方式拉近了剧院与观众的距离。



“人艺之友日”主题活动吸引了众多观众参与。

方非 摄



观众在“时光照相馆”自拍体验区拍摄生成“人艺之友报”。

方非 摄



首都医科大学附属北京同仁医院“承礼仪之美,聚仁爱之和”护理同质化标准用语及礼仪规范展示。

区卫生健康委供图

致敬白衣天使 传递温暖力量

东城区召开纪念“5·12”国际护士节暨优秀护理服务展示大会

本报讯(记者 马昕竹)5月12日,东城区卫生健康委召开2025年纪念“5·12”国际护士节暨优秀护理服务展示大会。本次大会以“健康东城 天使护航”为主题,全面展示了东城区护理工作所获成果,对267名“优秀护士”与“优秀护理工作管理者”、23名“同心天使”、21名“满30年护龄”护理人员以及36个“优秀护理团队”进行了宣传。

在护理成果展示环节,获奖团队代表通过主题演讲,生动展现了在团队协作、服务改进、质量提升等方面的专业成就。从精细化护理流程的优化,到创新护理技术的应用,再到患者体验的全面提升,每一个细节都彰显了护理工作者的专业素养与人文关怀。同时,护理人员还通过礼仪展示、情景剧表演、小合唱等多种形

式,全方位展现了新时代护理工作者的专业技能与精神风貌。

东城区各级医疗单位也分别举办了丰富多彩的护士节活动。今年正值北京市第六医院建院140周年,医院以“创新 专业 人文”为主题,精心策划了一系列纪念活动。其中,护理创新创意大赛尤为引人注目,大赛围绕临床患者安全、诊疗护理、服务流程等多方面展开,激励护士以患者为本,紧跟时代步伐,不断提升护理能力。此外,医院通过模拟情景剧、换位体验等方式,组织护理工作开展“患者体验感受”职业教育活动,让新入职护士深刻感受患者的实际需求,增强了服务意识和同理心。在专业技能提升方面,医院组织了全员全层级护理人员岗位练兵竞赛,从基础护理操作到复杂技术应用,全面检验

了护理人员的专业素养。社区专项护理义诊活动也受到了社区居民的热烈欢迎,医护人员用实际行动传递了健康与关爱。

北京市和平里医院则以“关护士队伍,守护人民健康”为主题,举办了护士风采展示大会。大会上,护理人员自编自演的文艺节目精彩纷呈,既有普及健康知识的情景剧,也有传递医疗理念的相声表演,还有展现白衣天使多彩风貌的舞蹈串烧与合唱。这些节目不仅展示了护理人员的才艺与风采,更传递了护理工作的温度与力量。此外,医院还表彰了“优秀护理团队”“优秀护理管理者”及“优秀护士”等先进集体与个人,激励全院护士以榜样为引领,持续精进专业技能,为患者提供更优质的护理体验。

“红领巾实践园” 解锁劳动教育“第二课堂”

本报讯(记者 李滢)近日,安定门街道国子监社区“红领巾实践园”迎来新一季开园。安定门街道、北京市第五中学、北京市第五中学分校附属方家胡同小学(简称方家胡同小学)、国子监社区多方携手,依托这个集劳动实践、国学传承、公益服务于一体的教育平台,共同探索新时代劳动教育创新模式。

开园仪式上,国子监社区党委分别与北京市第五中学、方家胡同小学签署共建协议;安定门街道与北京市第五中学相关负责人共同为“劳动实践基地”揭牌。来自方家胡同小学、北京市第五中学高中部的师生代表,以及社区志愿者等130余人见证这一时刻。未来,“红领巾实践园”将作为北京市第五中学定点“劳动教育基地”,通过“国学+农耕”特色课程体系,引导青少年在躬耕劳作中领悟传统文化精髓。

开园仪式结束后,学生们兵分

两路开展沉浸式体验,农耕组在志愿者指导下栽种茄子、辣椒等时令菜苗,美育组则执笔绘制二十四节气主题墙绘。首批种植的蔬菜预计在6月迎来收获,届时将优先供给辖区高龄老人及特殊群体,实现劳动成果的公益转化。

“这片实践园已不只是土地,更是我们的第二课堂,教会我们用眼睛观察生命的成长,用双手记录自然的神奇。”方家胡同小学李骏源同学说:“今后我们要努力学习,同时在劳动中磨炼自己,努力成长为有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好少年。”

地处国子监街乙28号院的“红领巾实践园”,占地面积约300平方米,今年已经是第二年开园。这处由国子监社区党委牵头打造的实践园地,承载着“家校社协同育人”机制的深度探索,成为街道团工委、社区团支部、社区少工委开展青少年校外实践活动的有力抓手。



乐享校园足球文化

近日,东城区新鲜胡同小学第三届足球文化节开幕,正式发布《足球教学指导手册》。图为足球文化节上,家长与孩子同场竞技。

文/记者 王慧雯 新鲜胡同小学供图

东城区第七届社区邻里节活动开启

全区163个社区围绕全面建设“友好之城”同步开展“邻里友好”社区活动



在地坛公园举办的东城区第七届社区邻里节启动仪式现场，AI机器人与居民共舞。 通讯员 王冉 摄

本报讯(记者 王慧雯)5月10日,以“正阳友邻 万象‘和’鸣”为主题的东城区第七届社区邻里节启动仪式在地坛公园举办。

现场,随着蕴含“邻里友好”美好寓意的花苞在各方代表的浇灌下缓缓绽放,东城区第七届社区邻里节正式启动。

启动仪式分为“近邻·和韵初鸣”“友邻·和力共聚”“睦邻·和邻情暖”三个篇章,百余名居民群众齐聚一堂,共赴邻里友好之约。

在主舞台上,驻区部队、辖区单位以及居民群众共同献上一场精彩的文艺演出。戏曲、魔术、机器人舞蹈、新就业群体代表献唱、AI赋能成果展等节目轮番上演,活动现场氛围热烈。

互动体验、趣味游戏、成果展示……此次活动特别开设了“邻里节”市集,现场人气旺盛。在健康义诊、法律咨询、反诈宣传、中医按摩、心理疏导、跳蚤市场等“摊位”,前来咨询和体验的居民络绎不绝。刚刚在中医按摩“摊位”体验过的张女士说:“这两天我的肩膀总是很酸疼、僵硬。经过中医按摩师傅一番专业按摩,我现在肩膀舒服多了。这个市集真是给我们居民送‘福利’。”

本次活动还设置了成果展示区。走在地坛公园北门的银杏大道上,两侧通过图文并茂的形式展示着近年来东城区在党建引领基层治理和邻里友好工作方面取得的成果,描绘出一幅东城社区建设发展、居民融合共治的幸福生活场景。

本届邻里节,全区163个社区围绕全面建设“友好之城”同步开展“邻里友好”社区活动,163场邻里联欢、邻里文化、邻里互助活动亮点纷呈,吸引了2万余名居民参加。

交道口街道南锣鼓巷社区举办楼院新老邻居见面会,老街坊们齐聚一堂,向新邻居分享小院历史故事,在寄语墙上互诉心语,携手修订小院公约,共同参加公益活动,感受浓厚邻里温情。

崇外街道西花市南里南区社区举办邻里节主题庙会。青年志愿者带领居民制作环保手作,外卖骑手与社区长者组队参与安全知识竞赛,快递小哥化身“流动宣传员”传递垃圾分类口诀。不同群体在协作中打破职业与年龄的壁垒,用创意与热情编织社区共同记忆。

景山街道隆福寺社区举办“福宝”IP邻里市集,居民通过参与美食试吃、知识问答、读书分享、手作体验等活动获得福宝印章,增加了活动的趣味性。

区委社会工作部相关负责人表示,今年,东城区将通过举办第七届社区邻里节活动,实施“近邻服务”行动、打造居民会客厅等一系列举措,持续发挥辖区单位、社会组织、志愿团体、居民群众等多元主体的作用,积极打造“正阳友邻”品牌,推动“邻里友好”社区建设,大力弘扬邻里互助、友爱奉献、社会和谐的良好风尚,带动更多居民主动参与社区家园建设,激发共建、共治、共享新活力。

花样活动增强邻里情 居民齐心共筑友好城

前门街道

漫步在胡同中谈天说地,分享生活中的环保妙招,在公益市集挑选心仪的物件……前门街道社区邻里节活动火热开展,居民们在欢声笑语中感受着邻里间的温暖,见证着社区治理的新成果。

“走在这些老胡同里,心里特别踏实,还能和邻居们一起聊聊天家常,真不错!”大江社区的张大爷一边迈着稳健的步伐,一边笑着说道。在大江社区举办的第八届环胡同健步走活动现场,300余名居民热情高涨,沿着精心规划的路线,穿梭在青竹胡同、西兴隆街等15条老街巷和三里河景区之间。

社区结合街区重点工作,在沿途设置了4个打卡站点。站点分别围绕党建引领、惠民养老、垃圾分类以及便民服务等内容,开展有趣的互动活动。居民参与互动后,就能获得“大爱无疆”4枚印章。这场健步走活动,不仅是一次简单的运动,更像是一场邻里间的聚会,有效加强了邻里互动,营造出共建、共治、共享的社区氛围。

在草厂社区以“爱的梳语”为主题的邻里节活动现场,居民们在工作人员的指导下,动手制作梳子。展示作品环节,居民们积极分享制作过程中的体会。在交流互动环

节,环保话题成为焦点。“把家里废弃的玻璃瓶做成花瓶”“用旧衣物做环保袋”……居民们你一言我一语,分享着各种环保妙招。

“这个玩具我很喜欢,而且还能帮助有需要的人,真好!”在“共享和谐邻里情 幸福相伴前门东”前东社区邻里节公益大集上,一个小朋友拿着刚从“环保实践”义卖区买到的玩具,兴奋地说道。此次公益大集吸引了数百名社区居民、辖区单位、社会组织、新就业群体和志愿者共同参与。

在“环保实践”义卖区,孩子们化身“小小摊主”,将闲置书籍、玩具等拿来售卖,既促进了资源循环利用,又培养了公益意识。“文化传承”体验区里,巧娘工作室手艺人展示钩织、串珠等传统技艺,引得居民们纷纷驻足围观,不时发出阵阵赞叹。“民生服务”便民区更是热闹非凡,社区卫生服务中心的医护人员为居民提供健康检测与咨询,养老驿站志愿者为居民理发,街道工作人员开展垃圾分类、消防安全等各类宣传,并为居民解答就业政策等问题。

活动现场设置的“社区留言板”前也围满了居民,大家积极为社区发展建言献策。这场公益大集,构建起多维交流场景,成为社区迈向和谐幸福的新起点。 文/记者 付敖蕾 摄



前东社区公益大集上,居民参与旧物回收活动。 记者 付敖蕾 摄



在香河园北里社区,居民将防范电信诈骗宣传融入文艺表演。 记者 张维民 摄

北新桥街道

闲置转出街坊情 服务架起暖心桥

在手作课堂感受动手乐趣,在国风运动会体验传统竞技之乐,在健康体检现场获得周到服务,在反诈宣传会上收获满满干货,更有创意市集让闲置物品“转”出邻里情……北新桥街道第七届社区邻里节热闹开场,各社区通过“暖心服务+游园市集+手作体验”的多元形式开展主题活动。

为营造温馨和谐的社区氛围、倡导绿色环保的生活理念,小菊社区举办“指尖多肉趣,邻里情更浓”DIY活动。经过居民们的巧手打造,一盆盆独具匠心的多肉盆栽新鲜出炉,共同打造了一个充满绿意与创意的社区空间。

民安、九道湾、北官厅、青龙、前永康社区分别举办不同类型的DIY手作活动,为居民的日常生活增添了趣味。

门楼社区“相约邻里节·共筑友好城”邻里节主题活动在社区小广场热闹开展,居民们纷纷拿出自家的闲置物品来到现场“摆摊”,在一买一卖中进一步增

进邻里温情。

北新仓社区开展“健康生活快乐邻里节”,邀请北京医院医生来到现场,为辖区60岁以上老年人开展公益健康体检。在医护人员和社区工作人员的引导下,老年人有序地排队、检查,体会着满满的幸福感与归属感。

草园社区开展“幸福‘邻’距离 反诈‘警’相伴”反诈宣传活动,社区民警现场与居民分享案例,发放宣传小册子和草园社区定制的反诈提醒钥匙链。活动中,居民们了解了诈骗的手段,积极参与案例讨论,还主动领取宣传页贴到院里,提醒邻里提高反诈意识。

海运仓社区组织开展了“春和睦邻”国风运动会,现场设置了投壶、蹴鞠、诗词镖局、捶丸等项目。居民全部体验完成集齐印章后还可以参加套圈,将心仪的小礼品套中带走。活动现场,老少同乐,大家一同沉浸式体验国风运动的独特魅力。 文/记者 李滢

安定门街道

公益活动致敬“超人妈妈” 志愿服务传递爱与温情

邻里节“邂逅”母亲节,安定门街道党建引领互联网+社会基层治理品牌“钟鼓人家”与街道妇联、国子监社区携手举办“以爱圆梦 心愿花开”公益跳蚤市场暨母亲关怀行动,通过公益市集、闲置循环、暖心服务与感恩互动,传递社区温情,致敬平凡而伟大的母爱情力量。

活动前夕,“钟鼓人家”平台发起“藏在心里的母亲节愿望清单”线上互动话题,辖区青少年热烈响应,在平台上分享与母亲相处的点滴故事;有人感恩妈妈在成长中的默默陪伴,有人记录与妈妈共同完成的的心愿,更有孩子关注到身边“超人妈妈”的付出——子女远在军营的兵妈妈、独自照顾两代人的全职母亲、为生计奔波的打工妈妈……这些平凡而坚韧的身影触动了少年们的心。甜葡萄小志愿者符子兮提出“为超人妈妈送朵花”的微心愿,希望用小红花传递对母亲群体的敬意与关怀。这一提议迅速得到小志愿者们们的支持。

为将青少年的心愿化为现实,安定门街道“甜葡萄”时间银行依托钟鼓人家平台发起“为超人妈妈送朵花”公益众筹,由社区居民通过参与“以旧换愿”闲置物品回收活动兑换电子互助卡,短短数日便汇集了66份爱心,成功筹集鲜花。

活动当天,8位来自社区的“超人妈妈”受邀成为特别

嘉宾。“甜葡萄”时间银行的小志愿者们身着统一服装,手捧鲜花与写满祝福的卡片盲盒,向妈妈们献礼。收到鲜花和卡片的兵妈妈周向丽说:“今天收到小朋友们送的鲜花非常激动,感谢街道、社区惦记着我们!”

活动现场,妈妈与孩子还在“公主我来抱抱您”拥抱接力打卡点合影,定格亲情瞬间。

除感恩环节外,现场公益跳蚤市场吸引众多家庭参与,旧书、玩具、手工艺品在循环中焕发新生;“变废为宝”展区陈列居民创意作品,矿泉水瓶变身盆栽,雪糕棒变身笔筒,卡片变身面具,展现绿色生活理念;义诊、义剪、法律咨询等志愿服务台前排起长队,传递邻里互助温情。国子监社区特别发起“期待花开 不负耕耘”母亲节助力中高孝亲子插花活动,20组家庭在专业老师指导下,以花为媒共叙亲情,为即将考场迎战的学子注入温暖力量。

闲置物品的循环利用与感恩母爱的情感循环交织,既践行了绿色生活理念,更书写了一曲关于爱与传递的社区赞歌。“我们希望通过平台连接更多善意,让每个微小的心愿都能被听见、被实现。”钟鼓人家负责人表示,未来将持续联合甜葡萄时间银行打造“线上话题+线下行动”的公益模式,推动社区共治共享,让温暖如花常开。 文/记者 李滢

天坛街道

全民健身促和谐 邻里共聚暖人心

天坛街道第七届社区邻里节在欢声笑语中圆满收官。这场以全民健身为主题的社区盛会吸引了千余名居民热情参与,通过丰富多彩的活动形式,点燃了居民的运动热情,架起了邻里沟通的桥梁,为构建和谐社区注入了新活力。

活动筹备期间,天坛街道社区建设办公室深入社区倾听民意,通过入户走访、座谈会等形式广泛收集居民意见,精心策划了多项竞技赛事与趣味运动。在金鱼池西社区、金台社区和昭亨社区,乒乓球爱好者们在单打、双打比赛中切磋球技;泰元社区和金鱼池社区的羽毛球赛场上,选手们挥洒汗水,尽显运动风采。

为了让更多居民参与其中,各社区还设计了老少皆宜的趣味活动。西园子社区的

“一圈到底”“蒙眼踏步”等游戏引来阵阵欢笑;祈谷社区的童趣运动会唤起了大家对童年的美好回忆;广利社区的健步走活动倡导绿色健康的生活方式;精忠社区的套圈游戏和东晓市社区的踢毽子比赛则以轻松活泼的方式拉近了邻里距离。活动现场,每个人脸上都洋溢着开心的笑容,社区里处处充盈着温馨和谐的氛围。

本届邻里节的成功举办,不仅让居民们在运动中收获了健康和快乐,更让许多原本陌生的邻居成为了朋友。天坛街道相关负责人表示,未来将继续创新活动形式,深化邻里文化建设,让“远亲不如近邻”的传统美德在现代社区中焕发新的光彩,不断提升居民的幸福感和归属感。 文/记者 马昕竹

“医”线见闻

走进区属医院特色门诊

【开栏的话】城市节奏飞速向前,医疗服务亦在持续迭代升级。东城区属医院中,有众多贴心专业、充满人文温度的特色门诊,精准回应百姓生活里的“小烦恼”“老毛病”与“新困惑”。即日起,东城区融媒体中心与东城区卫健委合作推出系列栏目:“医”线见闻——走进区属医院特色门诊。记者以生动笔触,化身区属医院特色门诊的“观察员”,深入诊室一线,挖掘藏于细微之处的医者仁心,记录行之有效的健康指南。

东城区属医院打造特色体重管理门诊 “减”出健康新生活

随着超重和肥胖问题日益成为威胁居民健康的重要因素,东城区属医院积极响应国家卫健委“体重管理年”行动号召,整合多学科资源,开设专业化体重管理门诊,为居民提供科学、系统、个性化的减重服务。无论是多学科、多诊室协作的联合诊疗方式还是中医特色疗法,都以提升人们的健康管理意识、倡导健康生活方式为核心,推动科学体重管理成为全民健康的重点课题。文/记者 马昕竹 付敖雷

关注

1

多学科联合门诊： 打破“单科诊疗”局限，科学减重

北京市第六医院于2023年7月率先开设减重门诊,2025年3月正式升级为“体重管理联合门诊”,由内分泌科牵头,联合中医科、针灸康复科、营养门诊等科室,致力于为超重及肥胖人群提供系统、科学、个体化的综合管理服务。该门诊的设立,不仅打破了传统“单一看诊”模式,更通过多学科协作,实现了“医+食+动+心”全方位干预。

在体重管理联合门诊,患者首先会接受全面的身體评估,包括身高、体重、BMI(身体质量指数)、腰围、臀围等基本指标测量,以及肝肾功能、血脂、骨代谢等常规化验检查,以此为依据制定个性化方案。在代谢调控方面,针对合并糖尿病、高血糖的患者,内分泌科通过药物调整改善胰岛素抵抗;营养师则结合北京协和医院减重食谱,为患者定制低GI(低升糖指数)饮食方案,避免极端节食;康复科还会设计“有氧+抗阻”训练计划,如靠墙站立、哑铃训练等,提升基础代谢率。

自开诊以来,北京市第六医院体重管理联合门诊接待的患者中,约50%的肥胖患者体重下降3kg以上,多数患者的血压、血糖等代谢指标得到显著改善。40岁的王女士曾因节食减重导致贫血,后通过门诊指导调整饮食结构(增加粗粮、蔬菜占比)和科学运动(心率监测下的快走),1个月内从140斤降至130斤,体脂率从38%降至26%。“现在整个人的状态都比之前好多了!”王女士

对此次减重效果十分满意,“我准备再继续跟诊一段时间,再减5到10斤,达到医生为我制定的目标体重。单纯靠自己可能会有所懈怠,还是有医生的专业指导更放心。”

普仁医院同样开设了体重管理联合门诊,由内分泌科、营养科、中医科、针灸科、康复医学科医生共同出诊,发挥多学科综合诊疗优势。该门诊通过诊间转诊、信息共享等途径,对患者进行全流程标准化体重管理。在普仁医院,患者首次就诊时会接受详细的身體评估,包括基础代谢率测定、身体成分分析等,医生会根据评估结果制定个性化的减重方案。方案涵盖医学营养治疗、科学运动处方、行为心理干预、中药内服外用及特色适宜技术等多个方面。例如,针对代谢性疾病引起的肥胖,医生会强调代谢监测与药物干预;对于生理性中青年肥胖,则以行为干预和生活方式调整为核心。

此外,普仁医院还依托标准化代谢管理中心(MMC),为患者建立健康档案,动态监测体重、腰臀比、内脏脂肪等数据。内分泌科主任马亚红介绍:“肥胖常伴随代谢综合征,我们通过MMC系统实现全程跟踪,避免‘减重反弹’。”针对老年患者,康复科设计“中等强度间歇训练”,避免关节损伤;对情绪性进食人群,则结合心理疏导调节压力。

借此次国家“体重管理年”的契机,普仁医院创新推出“医患共减”模式。医院食堂推出轻食健康

碗,健步行、八段锦、羽毛球、跳绳等运动类社团活动,鼓励医务工作者与患者共同参与科学减重,并通过“健康大使”评选和“健康同行宣讲团”等活动形式将减重经验转化为通俗易懂的科普内容,惠及更多社区和学校,让更多人看到科学减重的价值。

今年已经70多岁的田先生一直被遗传性肥胖困扰,试过各种减重方法但都收效甚微,甚至还容易反弹。“从小我就注意控制饮食,几十年都是走路上下班,往返将近20公里,体重还是维持在90公斤以上。”过重的体重给田先生的生活造成了很多不便,也让糖尿病、高血压等慢性病找上了门。2017年,田先生来到了普仁医院内分泌科,找到了马亚红主任。经过一系列详细的测评和问询,马主任通过药物调整、提供健康饮食和科学锻炼建议等方式,帮助田先生将体重从90多公斤降至70多公斤,田先生至今还保持着规律运动的习惯,心肺功能和身体素质都得到了显著改善。如今,田先生也希望更多有类似苦恼的患者能通过体重管理门诊改善健康状况。据了解,普仁医院体重管理联合门诊开诊4周内累计接诊168人次。“体重管理的核心是养成健康生活方式,而非短期减重。”普仁医院门诊部主任张秀娟强调。未来,普仁医院还计划增设青少年肥胖干预项目,并与药学科协作优化用药方案。

关注

3

“成长型”体重管理： 儿童青少年体重管理的 “彩虹妙方”

为积极响应国家“体重管理年”的号召,东城区妇幼保健院针对儿童青少年群体开设的体重管理门诊将于5月14日正式开始接诊,主要为超重、肥胖以及营养不良的儿童青少年提供专业、全面的体重管理服务。

在当今社会,儿童青少年的健康成长是每个家庭乃至整个社会关注的焦点。儿童青少年肥胖问题日益凸显,成为威胁孩子们身体健康的一大隐患。相关数据显示,近年来,青少年肥胖率呈逐年上升趋势,肥胖不仅影响孩子们的外观形象,更对他们的身体健康和心理健康造成了诸多不良影响。如引发高血压、高血糖、高血脂等代谢系统疾病,还可能导致性发育异常、哮喘发病率增加、免疫功能下降,甚至出现自卑、胆怯、厌学等心理问题,对青少年成年后也有长远的不利影响。因此,有效管理儿童青少年体重,促进他们健康成长迫在眉睫。

长期以来,区妇幼保健院生长发育门诊积累了丰富的经验,帮助0至18岁超重、肥胖儿童青少年改善健康状况。10岁男孩小明就是其中一个成功案例。小明因食欲旺盛、运动不足导致肥胖(BMI27.6),还伴有轻度脂肪肝和空腹血糖偏高的问题。区妇幼保健院生长发育门诊副主任医师孔亚楠介绍,团队以家庭为核心为他调整生活方式,结合行为引导与定期健康监测,在保障生长发育的前提下进行干预。6个月后,小明体重降至50公斤(BMI23.8),血糖恢复正常,亲子关系与运动习惯也显著改善,实现了健康减重的可持续目标。

新开设的体重管理门诊,依托医院专业资源,采用多学科协

同诊疗(MDT)模式。

区妇幼保健院儿保科主任江媛媛介绍道:“我们的团队汇聚了儿科专家、营养师、康复治疗师等专业人员,为儿童青少年制定个性化的体重管理方案。不仅关注体重数字的变化,更注重从根本上培养他们健康的生活方式。”在诊疗过程中,医生会对青少年进行全面身体评估,涵盖BMI指数、身体成分代谢等关键指标,同时深入了解他们的日常生活、饮食习惯和运动状况。对于因肥胖产生心理问题的孩子,心理专家还会提供一对一心理疏导,帮助他们重塑自信。

医院的“肥胖防控彩虹计划”也将融入体重管理门诊的工作中。通过“三色分级管理”机制,根据BMI指数和肥胖度双重指标,对超重、肥胖青少年进行分级干预。绿色等级的孩子,主要通过科普宣传强化预防教育;黄色等级的,联合社区开展家庭健康指导;红色等级的,则转诊至体重管理MDT门诊,采用医学营养、运动处方和中西医结合的方式进行精准干预。

此外,医院还开展了一系列特色活动,比如在试点园所推行的活力餐盘行动,监测进食速度并搭配彩虹食谱;开放儿童健康数据平台,每月推送个性化健康指导方案等,全方位助力儿童青少年体重管理。

区妇幼保健院体重管理门诊目前已开通线上挂号,计划于每周三开诊。江媛媛表示,区妇幼保健院在青少年体重管理领域持续探索创新,从生长发育门诊的经验积累,到全新体重管理门诊的开设,将不断为青少年的健康成长贡献力量。

关注

2

中医特色减重： 调和体质，标本兼治

在体重管理领域,中医“治未病”的理念展现出独特优势。北京市鼓楼中医医院和平里医院充分发挥传统医学优势,将针灸、中药、经络调理等特色疗法与现代健康管理相结合,为患者打造了一套“绿色、安全、可持续”的减重方案。不同于单纯追求体重数字下降的常规方法,中医减重更注重调理体质、改善代谢功能,让患者在减重过程中收获整体健康。

鼓楼中医医院治未病科主任乔会秀介绍,他们的体重管理门诊主要面向两类人群:年轻上班族和伴有“三高”等慢性疾病的老年人。针对不同体质特点,医院开发了“中药内调+外治疗法+行为干预”的综合方案。在体质辨识环节,医生通过望闻问切判断患者属于何种体质,为后续治疗奠定基础。一位30多岁的金融从业者因长期工作压力大、饮食不规律,BMI高达32,同时伴有肾炎和睡眠障碍,通过中药调理、穴位埋线和五音疗法调节情绪,配合超慢跑等运动,三周内减重16斤,尿蛋白指标也明显改善。乔会秀主任特别强调:“中医减重不是简单地让人变瘦,而是通过调理体质,让身体恢复到阴阳平衡的状态。”

和平里医院则将中西医结合特色发挥得淋漓尽致。该院减重门诊运用现代化检测设备全面评估患者身体状况,再结合中医辨证施治。26岁的刘先生就诊时体重达102公斤,BMI达到33.3,伴有脂肪肝、高尿酸血症和睡眠呼吸暂停综合征。医疗团队为他制定了中西医结合方案,西医方面使用降脂、降尿酸药物控制指标;中医方面采用健脾和胃、清利湿热的中药汤剂,配合针灸疗法刺激中脘、足三里等穴位。在饮食指导上,在遵循西医热量控制原则的基础上融入中医食疗理念,补充薏米、红豆等健脾化湿食材。经过3个月系统治疗,刘先生成功减重27公斤,各项指标均恢复正常,最终停用了降血脂药和降尿酸药。这个案例生动展现了中西医结合协同治疗的显著优势。

两家医院在治疗手段上都展现出丰富的中医特色。鼓楼中医医院除常规针灸外,还开展了振腹、踩跷、拔筋等特色手法。一位患者在进行踩跷治疗后改善了睡眠质量,身心压力得到极大缓解。和平里医院则创新性地将经络运行手法与吸氧治疗相结合,增强气血流通效果。针对现代人常见的情志问题,两家医院都注重心理调

适,鼓楼中医医院通过五音疗法疏导情绪,和平里医院则结合耳穴压豆调节神经系统功能。

在健康管理方面,中医门诊特别强调“治养结合”。鼓楼中医医院组建患者微信群,定期推送八段锦、太极拳教学视频,指导患者居家练习。和平里医院则为每位患者建立四季节气调养方案,比如春季重在疏肝健脾,夏季注重清热化湿。这种顺应自然规律的养生理念,帮助患者建立起长期健康的生活方式。数据显示,接受中医减重的患者不仅体重下降,伴随的疲劳、失眠等亚健康状态也得到明显改善。

更值得关注的是中医对“反弹难题”的破解之道。与快速减重容易反弹不同,中医通过持续调理体质,帮助患者建立“不易胖”的代谢状态。乔会秀主任解释道:“中医做体重管理不光是减体重,更要把整个人的身体调整到一个相对平衡的状态。比如当痰湿体质改善后,患者对高脂食物的欲望会自然降低;气虚体质调理好后,运动耐力提升,患者会更愿意保持活动。所以我们目前也在做后续的追踪,看看我们把患者体质调平和后,体重的维持情况究竟如何。”