

# 25岁小伙体重480斤 行走困难半坐睡觉

多学科联合制定方案 已减重140斤

实习生 亓舒悦  
生活报记者 王秋实

“这次不用爸妈陪我复诊,我自己走路来的医院,轮椅和拐杖都在家落灰了!”近日,25岁的小李独自走进哈医大一院肿瘤镜外科诊室,脚步平稳、谈吐轻松。眼前行动自如的青年,很难让人想象,一个多月前,他还是体重480斤、离开轮椅和拐杖便无法出门的极重度肥胖患者。这场跨越百余斤的蜕变,藏着一家人辗转求医的煎熬,也记录着医院多学科团队量身定制的完整减重方案。日前,记者见到了瘦身后的



医院提供

## 多学科联合 量身打造全周期减重方案

接诊专家团队第一时间为他安排了全套身体检查,检查结果数值触目惊心:小李身高172厘米,体重480斤,BMI指数高达83,远超重度肥胖临界标准。长期超负荷体重持续压迫全身脏器,诱发轻度心力衰竭、重度弥漫性脂肪肝等十余种并发症,完全不具备直接开展减重手术的身体条件。

考虑到患者的特殊情况,医院立刻启动多学科联合诊疗模式,内分泌科、临床营养科等医护人员共同参与会诊评估,最终敲定术前预减重调理+腹腔镜袖状胃微创切除术+术后终身跟踪营养与运动指导的全周期阶梯式减重方案,兼顾安全性与长期减重效果。

“术前预减重可以让他习惯手术后的饮食状态,也可以改善心肺功能,还能借此看他减重的决心。”赵磊教授向记者介绍,为期两个月的术前预减重调理阶段,是整套治疗流程里最关键的铺垫环节。临

床营养科医师结合小李的口味习惯及身体状况,为他定制专属精准饮食配比,每天严格控制饮食总热量,少食多餐,平稳缓解饥饿感,同时搭配代谢调节药物干预,逐步减轻心肺、肝脏的运转负担。

起初,小李很难适应清淡的饮食结构,强烈的饥饿感反复袭来,多次产生放弃调理的念头。可一想到曾经黑暗的生活,想到父母为自己日夜操心,他咬牙坚持完成每天饮食计划。

两个月的严格调理结束后,复查传来了振奋人心的好消息:他成功减掉100斤,体重降至380斤,终于满足微创手术的全部身体条件。复诊当天,小李的父母看着瘦了一圈、呼吸不再急促的儿子,露出了欣慰的笑容。“我跟爸妈保证,接下来一定好好配合医生完成手术,这次一定要彻底瘦下来,重新拥有正常的生活。”小李坚定地说。

## 微创袖状胃手术后 又顺利减重40斤

赵磊教授告诉记者,手术前,麻醉团队结合小李心肺偏弱、长期缺氧的身体状况制定防护方案,手术室配备加宽手术床与加长器械。手术采用腹腔镜袖状胃微创术,仅在腹部留下三处微小创口,重塑胃部形态,从根源减少进食量、降低饥饿感,全程微创、出血少。

术后恢复十分顺利,短短三天小李便出院回家。按照营养师定制的分阶段饮食方案,他循序渐进

调整饮食结构,每天坚持适度慢走锻炼。仅仅一个月,小李再度减重40斤,体重降到340斤。此次独自前来复诊,小李身体各项指标均大幅好转,呼吸顺畅、关节酸痛减轻,再也不需要轮椅和拐杖支撑行动。他说,休养一段时间后就准备重返工作岗位,像普通人一样正常生活。

小李表示,按照医院长期康复规划,半年内他将冲击200斤以内,一年后稳定至160斤。



## 三餐奶茶、蛋糕、油炸食品 半夜饿了还得点外卖

“他从小体型就比同龄孩子偏胖,那时候我们总觉得孩子胖乎乎是福气,没有刻意管控他的饮食。等到他独自来哈尔滨工作生活后,身边没人时刻管束,体重一年比一年飙升,我们每次来哈尔滨看他,又心疼又着急,却找不到合适的办法。”提起儿子过去那段被肥胖困扰的日子,小李的父母眉头依旧紧紧锁着。

25岁的小李独自在哈尔滨务工,脱离了家人的日常叮嘱后,慢慢养成了不好的饮食习惯。三餐从不讲究荤素搭

配,奶茶、奶油蛋糕、炸鸡、重油重盐的外卖是他的日常主食,哪怕凌晨一两点钟,只要肚子泛起饥饿感,他一定会点开外卖软件下单高热量宵夜解馋。加上工作性质需要长期久坐,全天几乎没有出门活动、锻炼身体的时间,身体代谢速度持续走低,多余的热量全部转化为脂肪堆积在全身。短短三五年,他的体重一路飙升至480斤,夸张的体重带来了连锁的健康灾难,日常的生活起居都成了难题,到最后他甚至被迫辞去稳定的工作,整日被困在出租屋内。

## 睡觉半坐着 出门靠轮椅和拐杖

夜晚睡觉是小李每天最煎熬的时刻。只要平躺在床上,强烈的窒息感就会立刻袭来,胸腔发闷、呼吸急促,根本无法安稳入睡。他只能把三四个枕头层层垫高,半坐在床头,才能勉强维持顺畅呼吸,每晚的睡眠都是又浅又短。日常出行更是难上加难,仅仅行走几十米的路程,他就会胸闷气喘、浑身脱力、双腿酸胀发软,完全无法依靠双脚长时间活动。出门看病、采购物资,必须依靠加宽定制轮椅,两根厚重的拐杖更是寸步不离,成为了支撑他行动的必需品。

“比身体更折磨人的,是自卑。每次出门,路人投来的异样目光都会让我很难受。”小李告诉记者,之前的他害怕上街、害怕与社交,整日闭门不出,出租屋狭小的空间成了他唯一的活动范围,

情绪也长期处于低落压抑的状态。为了彻底摆脱肥胖带来的痛苦,小李也曾尝试各种极端方式减重。他曾连续一个月严格节食,每天只摄入少量清水与水煮青菜,短期确实减掉了30斤体重,可这种违背身体代谢规律的方式根本无法长期坚持。仅仅恢复正常饮食半个月,减掉的体重便快速全部反弹,甚至比之前还要重,折腾许久,体重依旧牢牢卡在480斤。

“干什么都没力气,出门总怕别人看我,干脆不下楼了,那段时间真的看不到一点希望。”小李说。看着儿子整日陷入自我封闭,被各类并发症折磨,父母四处打听靠谱的减重办法。今年6月,一家人来到哈医大一院肿瘤腔镜外科就诊。

**声明·作废**  
刊登电话:13946092977  
●孩子姓名:王若翔,性别:男,2013年5月11日出生,出生医院:哈尔滨市红十字中心医院,母亲姓名:张晓莉,父亲姓名:王伟东,不慎将孩子出生医学证明丢失,出生证明编号:M230180070,特此声明作废。  
●本人:边疆,身份证号:2304071995\*\*\*\*0112,哈尔滨市公安局道里分局民警。现不慎将本人警官证丢失。警官证编号:013701,特此声明作废。

**公告·公示**  
电话:13946092977

**公告**  
本人段晓宇(身份证230221198205030441),现公告辞去黑龙江华运雷德进出口贸易有限公司监事职务。因无法联系公司及全体股东,特此登报通知。自本公告发布之日起,不再担任该公司监事,不再承担监事相关责任,请公司30日内办理工商变更。  
特此公告。

公告人:段晓宇  
2026年7月22日

**公告**  
本人段晓宇(身份证230221198205030441),现公告辞去哈尔滨列夫进出口贸易有限公司监事职务。因无法联系公司及全体股东,特此登报通知。自本公告发布之日起,不再担任该公司监事,不再承担监事相关责任,请公司30日内办理工商变更。  
特此公告。

公告人:段晓宇  
2026年7月22日

**声明**  
本人孙继亮(身份证230623199307240633)、孟娜230921199412120223不慎将哈尔滨华居置业有限公司开具的华居水木天成小区A7号楼1单元4层402号房款发票丢失,票据日期:2023年05月05日,票据号:45739988,金额:465314.00元,票据号:45739989金额:447067.00元,特此声明作废。由此带来的一切后果自负,与哈尔滨华居置业有限公司无关。  
声明人:孙继亮 孟娜  
2026年7月22日

**招聘信息**  
电话:13946092977

**诚聘**  
哈尔滨卓易科技开发有限公司是一家专业致力于安防产品、家庭防盗报警系统设计安装企业。  
**公司承接**  
闭路监控、远程监控、门禁系统、停车场卡系统、入侵防盗系统、防盗报警、视频会议、公共广播、楼宇对讲、电子显示屏等智能建筑弱电系统的工程设计及安装。  
**应用领域**  
政府机关、银行、公共交通、体育场馆、学校、商场超市、小区、娱乐场所及公共建筑设施场所。  
公司拥有专业的销售团队,及在安防领域具有深厚技术力量的专业施工队伍。坚持“以人为本、科学经营”的管理理念,以“用户至上,信譽第一”的优质服务赢得了广大客户的认可和信任。  
**招聘:技术实习生10人**  
**岗位要求:**  
1、监控、计算机及办公设备安装调试。  
2、有责任心,良好的沟通能力。  
3、工作认真,态度端正。  
**薪资待遇:**  
2800-3500元/月,试用期6个月,试用期转正缴纳五险一金。  
**地址:**哈尔滨市南岗区南通大街258号船舶电子大世界西区356室  
**联系人:**张经理  
**电话:**1534596495

**生活报中缝广告**

**银行催收公告**  
**银行变更公告**  
**保险公司公告**  
**债权转让公告**  
**解除合同公告**  
**房产公示公告**

受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室  
刊84681180  
登13104659009  
电13613600156  
话18686821585

哈市华鸿金色柏林小区业主反映:

# 一住户将杂物堆满消防通道

记者到场协调 物业次日即清理完毕

生活报讯(记者仲亮 文/摄)“感谢生活报帮办帮忙协调,终于把堵塞消防通道的杂物清干净了,我们住着也踏实了!”日前,哈尔滨市南岗区华鸿金色柏林小区5号楼业主于先生向生活报帮办记者反映,该楼22层一住户将大量杂物堆放在公共消防通道内,物业多次劝阻仍未清理,存在严重安全隐患。接到线索后,记者第一时间到现场走访并协调小区物业推进整改。7月21日,堵塞消防通道的杂物已全部清理完毕,通道恢复畅通。

20日下午,记者在现场看到,该住户家门口摆放着长约80厘米的穿鞋凳,旁边侧立着近1米高的鞋柜,鞋盒层层码放,几乎抵到棚顶。从该住户家门到电梯口的墙边,还散落着各类儿童玩具。推开消防通道门,拉杆箱、纸壳箱、铁皮卷柜等杂物把通道堵得满满当当,几乎无法通行。“这是高层住宅,消防通道就是生命通道,一旦发生火情,整个单元业主的逃生都会受影响。”于先生告诉记者,这处杂物堆放已有一段时间,业主始终没有自行清理。当日,记者将该情况反映给负责小区服务的哈尔滨市鼎好物业管理有限公司,物业负责人当场表示,会立即通知该业主,并于次日组织人员开展集中清理。

21日上午,记者再次来到现场,物业工作人员已着手清理作业。不到一小时,原本堆满杂物的消防通道便恢复了整洁通畅。据鼎好物业负责人介绍,针对5号楼2单元22层的堆放问题,工作人员已多次上门劝导,告知占用消防通道的安全隐患,督促业主自行拆除货架、清理物品,但始终未能完成整改。

依据《中华人民共和国消防法》第二十八条规定,任何个人不得占用、堵塞、封闭疏散通道、安全出口;《民法典》也明确,电梯前厅等区域属于全体业主共有,禁止私人占用。为保障全体业主生命安全,彻底消除消防安全隐患,物业于21日派出9名工作人员对该楼层堆放物品进行了集中清理,共清理铁柜3组、拆除货架2组、各类家电家具20余件、行李箱10余个,其余杂物打包40余件,全程留存影像资料备查。

物业负责人表示,后续将进一步加大消防安全宣传力度,加密公共区域巡查频次,对堆放杂物的业主及时劝阻,对拒不整改的情况将上报相关执法部门,坚决杜绝此类安全隐患反弹,全力保障消防通道持续畅通。



杂物堵塞消防通道



清理中



清理前



清理后



清理前



清理后

哈市通达街53号院居民反映:

# 院内小广告泛滥 外墙、楼道、进户门都不放过

物业:将尽快清理

生活报讯(记者李威兵 文/摄)7月20日,家住哈市南岗区通达街53号院的陈先生向生活报帮办记者反映:“满院子都是小广告,连家门上都给贴了,楼道里花花绿绿的,可闹眼睛了,也没人管。”21日,记者联系到负责该区域的政治物业,工作人员表示,将尽快清理。

21日,记者来到通达街53号院,院门口没有显著门牌标识,有人用彩笔在门口的墙上写了一个“53号”,旁边就有几张没被撕干净的广告纸屑以及三个“办证刻章”广告。走进院内,楼体外墙好像成了“广告板”,墙上贴着各种小广告。拉开单元门,楼道里更是小广告的“重灾区”,墙上只要是手能够到的地方,几乎都被小广

告占领了。有些小广告甚至直接贴到了居民家的进户门上。在一户居民家的进户门把手右边,紫色和绿色的小广告可以看出被居民清理过,但仍有残留,一个椭圆形的小广告贴在门把手上,上方是被撕掉的黄色小广告残留,再往上,又是层层叠叠的各色小广告。

记者在院内走访了四个单元,楼道内的情况基本一样,墙面上是五颜六色的小广告。在一个单元内,一位居民上楼时看到记者在拍照,便对记者说:“都是小广告,早就有。”

21日,记者联系到负责该区域的政治物业。物业工作人员表示,将立即联系所在项目部尽快处理。



帮办 李威兵

17800590259

