

以为有点胖，十龄童查出重度脂肪肝

专家提醒:孩子肥胖防控抓住3—5岁和青春期两个关键节点



大咖小传

李俊,南京江北医院儿科主任、新生儿科学科带头人,教授。

中国非公医疗机构协会儿童生长发育专业委员会常务委员、全国卫生产业企业管理协会常务委员、江苏省妇幼保健研究会青少年健康专业委员会委员、江苏省妇幼保健协会儿童遗传与代谢病防治专业委员会委员、江苏省儿科学科联盟内分泌遗传专业委员会委员、南京医学会儿科学分会委员、南京市卫生高级职称评审专家库专家、医疗损害鉴定专家库成员。从事儿科工作20余年,擅长治疗新生儿疾病、矮小症、性早熟。

在很多长辈眼中,“白白胖胖”是孩子养得好的标志。但现实情况是,儿童肥胖已成为威胁中国孩子健康最严峻的挑战之一。近日,南京江北医院儿科主任李俊接诊了一名10岁的患儿,原本家长只是觉得孩子有点胖,想到医院咨询减肥事宜,经过系统检查后,却发现孩子已经患上重度脂肪肝。

面对越来越多的“小胖墩”,李俊主任提醒,如果儿童肥胖不进行及时干预,14.8%到80%的患儿会把这种“负担”直接带入成年,长期影响身体健康。

以为只是“有点胖”,10岁男孩患上重度脂肪肝

这名10岁的患儿身高142厘米,体重却有60千克。除了看上去胖些,家长并未发现孩子的其他异常。直到感觉孩子的“小丁丁”有点小,家长才有点担心发育问题,想问问医生是不是因为胖导致的。经系统检查,结果让全家人大吃一惊——孩子不仅存在肥胖问题,还查出患有重度脂肪肝,胰岛素和C肽水平也明显升高,糖尿病的风险已经悄然逼近。

显然,患儿的首要目标就是减肥。但目前中国并未批准任何一款减肥药用于儿童,尤其是10岁以下的孩子。

李俊先让这名患儿进行半年的生活方式干预,包括膳食指导,运动处方。“半年之后复查,如果发现效果欠佳,比如孩子因为不能坚持膳食控制,体重反弹了,就需要药物干预了。”

儿童减肥需“全家总动员”,更要关注心理健康

儿童和成人的肥胖治疗原则完全不同。在治疗手段极其有限的情况下,非药物干预成了绝大多数肥胖的孩子唯一且必须的出路。李俊解释,成人追求体重数字的下降,但儿童必须首先保证正常生长发育所需的热卡摄入,在这个前提下,再让孩子身高增长更快一些,体重下降明显一些。如果只追求体重秤上数字的下降,孩子的生长发育就可能停滞。“像现在流行的‘5+2’和‘16+8’轻断食法、生酮饮食等,是万万不能给孩子尝试的。”

儿童减肥是一个全方位的协同机制,需要动员家庭、学校、医院共同参与。“比如很多家长

自己躺在家里刷手机,让孩子去跑步,这怎么可能成功?所以,儿童减肥必须‘全家总动员’。”李俊表示,在饮食上,要遵循“绿灯食物(蔬菜、低糖水果等)不限、黄灯食物(主食、高糖水果、加工食品等)精打细算、红灯食物(高糖、高热量、高盐食物等)不买不囤”的原则;在进食顺序上,可以先喝汤、再吃蔬菜、然后吃肉、最后吃主食,这有助于维持血糖稳定,增加饱腹感。

儿童肥胖还常常与心理问题形成恶性循环。“现在的孩子接触社会早,因为肥胖被起外号、被嘲笑,会产生严重的自卑和焦虑情绪。”李俊解释说,这种焦虑会激活下丘脑—垂体—肾上腺轴,导致皮质醇分泌增加,反而加剧糖脂代谢紊乱,让减肥变得更难。

李俊分享了一个案例:一个7岁半的女孩因乳房发育(性早熟)前来就诊,同时伴有肥胖问题。究其原因,竟是情绪性暴食。“她一不开心就靠吃来发泄。”面对这种情况,李俊没有急于督促她减肥,而是启动了一套温馨的“心理暗示疗法”:要求孩子身边的人不要在孩子面前提“胖”字;让孩子每天记“饮食日记”,写“优点日记”,发掘自己的闪光点。就这样

仅仅过了三周,孩子来复诊时,体重就出现了明显下降。

儿童肥胖有“后劲”,防控抓住两个关键期

“小时候胖点没关系,长大自然就瘦了。”这是很多家长常挂在嘴边的一句话,却也是儿科医生最怕听到的一句话。李俊坦言,如果认为儿童时期的肥胖和成年后的肥胖没有必然联系,那就大错特错了。

成年后脂肪细胞总数相对恒定,能量过剩时现有细胞通过储存甘油三酯使体积显著膨胀(可达原体积3—4倍),这是成人发胖的最常见原因,减肥也只是把它们“缩回去”。但儿童不一样,儿童在3—5岁和青春期这两个关键节点,是脂肪细胞数量的“扩编期”,一旦脂肪细胞个数大幅增加,这些多出来的脂肪细胞将伴随孩子一生。这意味着,如果将来减肥,难度也是成倍增加。数据显示,超重儿童成年后肥胖的风险是正常体重儿童的2到3倍,儿童期的肥胖有14.8%—80%最终会转化为成人肥胖。

扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩

南京市浦口区山水大道39号119幢105室
(第一次拍卖)的公告

南京市浦口区人民法院将于**2026年9月7日10时至2026年9月8日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市浦口区人民法院淘宝网司法拍卖网络平台上(网址: <http://sf.taobao.com>, 户名: 江苏省南京市浦口区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下: (第一次拍卖)
一、拍卖标的: **南京市浦口区山水大道39号119幢105室**。建筑年代2019年,建筑总层数为3层,拍卖对象层数为第1—3层。产权登记建筑面积241.36平方米,套内建筑面积233.24平方米。室内一共三层,共四室两厅一厨四卫。水、电设施齐全。室内有水管爆裂以及墙体渗水开裂等瑕疵,请谨慎参拍。
起拍价:192.29万元; 询价价格:274.7万元; 保证金:10万元; 加价幅度:0.5万元。
二、咨询、展示看样的时间与方式:自即日起至本轮拍卖开始前2日止(节假日除外)工作时间接受咨询,有意者请自行前往看样或与本院看样人员联系统一安排看样。
三、注意事项:竞拍前竞买人的支付宝账户中应有足够的余额**(10万元人民币以上)**支付拍卖保证金。请务必在淘宝网-司法拍卖平台仔细阅读拍卖公告、拍卖须知、拍卖标的调查情况表及竞买帮助等栏目详细内容。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。
咨询电话:18795868667(吕) 看样电话:400-8284-666
联系地址:南京市七里河大街132号 南京市浦口区人民法院监督电话:025-83768748(于)

南京市江宁区东山街道天印大道710号12幢402室
(第一次拍卖)的公告

南京市玄武区人民法院将于**2026年9月3日10时至2026年9月4日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市玄武区人民法院京东网司法拍卖网络平台上(网址: <http://sifa.jd.com>/1152, 户名: 南京市玄武区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下: (第一次拍卖)
一、拍卖标的: **南京市江宁区东山街道天印大道710号12幢402室**。总层数6层,所在层为4层,建筑面积为103.67m²,建筑年代为1997年。
起拍价:75万元, 市场价:107.0808万元, 保证金:8万元, 增价幅度:0.2万元。
二、接受咨询、报名看样的时间与方式:自**2026年8月24日起至2026年8月26日**(上午9:00—11:30、下午2:00—4:30) 止接受咨询、预约看样。有意者请在上述时间段内进行预约,由**江苏京东信息技术有限公司**另行统一安排时间进行看样,非工作时间不予接待。**看样咨询电话:15150658820(徐)、17302510753(谢)、13814521764(王)、18860959966(朱)。**
三、注意事项:竞拍前竞买人的京东账户内应有足够的余额**(8万元人民币以上)**支付拍卖保证金。请务必在京东网司法拍卖网络平台上仔细阅读拍卖公告、拍卖须知、拍卖标的调查情况表及竞买帮助等栏目详细内容。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。
南京市玄武区人民法院咨询、监督电话:025-83185194(周)
联系地址:南京市玄武区板仓街258号 南京市中级人民法院监督电话:025-83522456

南京市秦淮区中山东路526号20幢101室
(第一次拍卖)的公告

南京市玄武区人民法院将于**2026年9月3日10时至2026年9月4日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市玄武区人民法院京东网司法拍卖网络平台上(网址: <http://sifa.jd.com>/1152, 户名: 南京市玄武区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下: (第一次拍卖)
一、拍卖标的: **南京市秦淮区中山东路526号20幢101室**。总层数4层,所在层为1层,建筑面积为58.30m²,套内建筑面积为51.30m²,建筑年代为1972年。
起拍价:90.4万元, 市场价:129.1076万元, 保证金:7万元, 增价幅度:0.1万元。
二、接受咨询、报名看样的时间与方式:自**2026年8月24日起至2026年8月26日**(上午9:00—11:30、下午2:00—4:30) 止接受咨询、预约看样。有意者请在上述时间段内进行预约,由**江苏京东信息技术有限公司**另行统一安排时间进行看样,非工作时间不予接待。**看样咨询电话:15150658820(徐)、17302510753(谢)、13814521764(王)、18860959966(朱)。**
三、注意事项:竞拍前竞买人的京东账户内应有足够的余额**(7万元人民币以上)**支付拍卖保证金。请务必在京东网司法拍卖网络平台上仔细阅读拍卖公告、拍卖须知、拍卖标的调查情况表及竞买帮助等栏目详细内容。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。
南京市玄武区人民法院咨询、监督电话:025-83185194(周)
联系地址:南京市玄武区板仓街258号 南京市中级人民法院监督电话:025-83522456

南京市浦口区江浦街道龙华路10号02幢1008室
(第一次拍卖)的公告

南京市浦口区人民法院将于**2026年9月7日10时至2026年9月8日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市浦口区人民法院淘宝网司法拍卖网络平台上(网址: <http://sf.taobao.com>, 户名: 江苏省南京市浦口区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下: (第一次拍卖)
一、拍卖标的: **南京市浦口区江浦街道龙华路10号02幢1008室**。建筑年代2005年,建筑总层数为12层,拍卖对象层数为第10层。产权登记建筑面积121.21平方米,套内建筑面积101.91平方米。室内平面布局为两室两厅一厨一卫。**室内厨房和卫生间的部分管道被拆除,有多处渗水痕迹和地砖损坏。请谨慎参拍。**
起拍价:98.98万元; 询价价格:141.4万元; 保证金:5万元; 加价幅度:0.25万元。
二、咨询、展示看样的时间与方式:自即日起至本轮拍卖开始前2日止(节假日除外)工作时间接受咨询,有意者请自行前往看样或与本院看样人员联系统一安排看样。
三、注意事项:竞拍前竞买人的支付宝账户中应有足够的余额**(5万元人民币以上)**支付拍卖保证金。请务必在淘宝网-司法拍卖平台仔细阅读拍卖公告、拍卖须知、拍卖标的调查情况表及竞买帮助等栏目详细内容。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。
咨询电话:18795868667(吕) 看样电话:400-8284-666
联系地址:南京市七里河大街132号 南京市浦口区人民法院监督电话:025-83768748(于)

南京市浦口区龙泰路22号裕民家园36幢2单元504室
(第一次拍卖)的公告

南京市浦口区人民法院将于**2026年9月3日10时至2026年9月4日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市浦口区人民法院淘宝网司法拍卖网络平台上(网址: <http://sf.taobao.com>, 户名: 江苏省南京市浦口区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下: (第一次拍卖)
一、拍卖标的: **南京市浦口区龙泰路22号裕民家园36幢2单元504室**。建筑年代2007年。建筑总层数为7层,该房屋数为第5层。产权登记建筑面积85.17平方米,套内建筑面积76.24平方米。室内平面布局为两室两厅一厨一卫。产权证编号情况:证书号:浦转字第0403625号。
起拍价:40.74万元; 询价价格:58.2万元; 保证金:3万元; 加价幅度:0.15万元。
二、咨询、展示看样的时间与方式:自即日起至本轮拍卖开始前2日止(节假日除外)工作时间接受咨询,有意者请自行前往看样或与本院看样人员联系统一安排看样。
三、注意事项:竞拍前竞买人的支付宝账户中应有足够的余额**(3万元人民币以上)**支付拍卖保证金。请务必在淘宝网-司法拍卖平台仔细阅读拍卖公告、拍卖须知、拍卖标的调查情况表及竞买帮助等栏目详细内容。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。
咨询电话:18014459383(戴) 看样电话:400-9629-877(洪)、17397957971(洪)
联系地址:南京市七里河大街132号 南京市浦口区人民法院监督电话:025-83768748(于)

南京市浦口区江森路65号地下车库47个(分拆拍卖)
(第一次拍卖)的公告

南京市浦口区人民法院将于**2026年9月7日10时至2026年9月8日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市浦口区人民法院淘宝网司法拍卖网络平台上(网址: <http://sf.taobao.com>, 户名: 江苏省南京市浦口区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下: (第一次拍卖)
一、拍卖标的: **南京市浦口区江森路65号地下车库450号。**
起拍价:4.2万元; 市场价格:6万元; 保证金:3000元; 加价幅度:150元。
南京市浦口区江森路65号地下车库46个(分拆拍卖)。
起拍价(单价):4.2万元; 市场价格(单价):6万元; 保证金(单价):3000元; 加价幅度(单价):150元。
该批车位仅限小区业主购买,且每户只可买一个。
二、咨询、展示看样的时间与方式:自即日起至本轮拍卖开始前2日止(节假日除外)工作时间接受咨询,有意者请自行前往看样或与本院看样人员联系统一安排看样。
三、注意事项:竞拍前竞买人的支付宝账户中应有足够的余额支付拍卖保证金。请务必在淘宝网-司法拍卖平台仔细阅读拍卖公告、拍卖须知、拍卖标的调查情况表及竞买帮助等栏目详细内容。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。
咨询电话:18014459383(戴) 看样电话:400-9629-877(洪)、17397957971(洪)
联系地址:南京市七里河大街132号 南京市浦口区人民法院监督电话:025-83768748(于)