

降糖药成“减肥神药”，无需处方也能买？

有人注射后瘦了10公斤，停用了又反弹。医生提醒：盲目用药有风险

阅读提示

降糖药成为“减肥神药”，有人使用该药后瘦了10公斤，停用后体重又出现反弹。肥胖与代谢病专业人士表示，盲目使用“减肥神药”有风险，会引起不良反应。

本报记者 李丹青

进入春天后，许多人的减肥之心蠢蠢欲动，并希望找到快速减肥的办法。最近，一款被称为“减肥神药”在社交平台走红，而这款药原本是适用于2型糖尿病患者的血糖控制，并非用来减肥。

记者了解到，除了“减肥神药”，减脂代餐、排油丸、防弹生酮饮料等减肥产品五花八门，一些商家甚至称能“快速掉秤”“轻松享瘦”“一粒瘦全身”。

控制糖尿病的药用能用来减肥吗？减脂代餐是否有效？如何科学健康减肥？记者对此进行了采访。

“减肥神药”停止注射后体重反弹

2022年10月，国外一位知名人士发文称，通过定期禁食和使用司美格鲁肽，一个月内减重9公斤，让这款药迅速火出圈，甚至被认为是“减肥神药”，大量减肥人士趋之若鹜。

甘肃的夏雨(化名)是2型糖尿病患者，体重70公斤。2023年，因糖尿病去医院问诊时，她从医生处得知，司美格鲁肽注射液可以帮助控制血糖、减重。考虑到自己属于肥胖引起的糖尿病，夏雨为了减肥，开始尝试注射司美格鲁肽。

1支注射液480元，每周打1次，1支可以打1个月……就这样，夏雨坚持注射了半年，体重从70公斤减至60公斤。“打针不疼，就是有点贵。”瘦了10公斤后，夏雨便停止了注射。然而，让她没想到的是，停止注射后，体重又反弹到70公斤。

和夏雨注射司美格鲁肽后出现低血糖的情况相比，体重57公斤的毕静(化名)在打完该针后的“副作用”似乎严重得多。“反胃、恶心、食欲下降，没有精神、烦躁，浑身酸软，

脑力和记忆力变差……”打了两针，体重只掉了1公斤的毕静觉得，这些反应严重影响了正常生活，她不敢再继续注射。

平时，夏雨在饮食方面比较节制，“因为要控制血糖和体重，不能胡吃海喝，我一般中午吃自制的无糖酸奶配燕麦，晚上不吃饭。”“复胖”后的夏雨将体重反弹的原因归结为停药，“打司美格鲁肽有减肥效果，但打了就不能停，停了会反弹”。

最近，夏雨去医院检查身体时，她的这一想法得到了医生的印证。“我问医生有没有能减肥的药，医生也介绍了司美格鲁肽，同时说这个药很贵，不能停，会反弹。”

无诊断证明和处方单也能购药

“目前，通过我国药监部门批准上市的司美格鲁肽，有着严格的适应症，适用于2型糖尿病患者的血糖控制，并非用来减肥。”中国医学科学院整形外科医院肥胖与代谢病中心主任蒯宏伟告诉记者。

蒯宏伟介绍，司美格鲁肽能增加胰岛素的敏感性，刺激胰岛素的分泌，促进脂肪分解，从而降低血糖。同时，可以通过作用于下丘脑食欲中枢，增加饱腹感，延缓胃排空，减少食欲和食物摄入量。“这也是司美格鲁肽被误认为是‘减肥神药’的原因，但实际上，它是一个降糖药。”

蒯宏伟表示，作为处方药，在使用司美格鲁肽前，医生会对患者进行详细的评估和检查。比如，查血液生化，看患者有无高脂血症；查甲状腺，看有无甲状腺功能亢进和四级甲状腺结节；做腹部CT，看有无胰腺炎等。

“盲目使用司美格鲁肽，甚至自行增加剂量，都是有风险的，会引起不良反应。”蒯宏伟介绍，该药常见的副作用包括恶心、呕吐和腹泻。另外，由于司美格鲁肽可能增加胰腺炎的风险，促进甲状腺乳头状癌的进展，不建议甲状腺病人和胰腺炎患者使用该药。

采访中，一些人透露，自己是通过线下药店或互联网药店购得司美格鲁肽。记者在某电商平台搜索发现，多家药店在售司美格鲁肽。一家销量“2万+”店铺的客服人员表示，购买该药需要处方。而当记者尝试购买时发现，只需点击“开方购买”，系统便会弹出用药人信息确认及确诊“2型糖尿病”的

选项，选中提交后，无需提供任何诊断证明或者处方单，即可下单购药。

“在使用司美格鲁肽过程中，不少人会产生耐药性，需要增加剂量来提高使用效果。一旦停药，血糖和体重会出现反弹，有些人甚至还会增重。”蒯宏伟提醒，要想安全正确地使用这个药物，一定要到正规医院内分泌或者代谢科就诊，并在专科医生指导下使用该药物。

减肥道路不存在捷径

在长期从事减重外科的蒯宏伟看来，减肥是一件持之以恒的事情，不存在捷径，最有效的办法是管住嘴、迈开腿。

以代餐举例，蒯宏伟介绍说，一些零卡的代餐饼干里没有蛋白质，没有脂肪，也没有糖，只是人体不能吸收的纤维组织，加上一些香精、色素和膨松剂，选用这些代餐产品，可能会有减肥效果，但由于缺乏必



社区乐龄中心助力“一老一小”服务

4月9日，老人们在浙江省绍兴市柯桥区柯桥街道红梅乐龄中心排练舞蹈。近年来，柯桥区积极推进社区乐龄中心建设，实现多层次、有侧重、全覆盖的“15分钟、10分钟、5分钟”社区“一老一小”服务圈。

新华社记者 徐昱 摄

一条路里跑出的“生意经”

新华社记者 龚雯 贾远琨

连接上海、苏州、湖州的沪苏湖高铁是长三角一体化基础设施互联互通的重大项目，也是长三角G60科创走廊互融互促的交通大动脉。预计今年年底建成运营后，上海到湖州的时间从原来2个小时左右缩短到最快只需40分钟。这对于进一步完善区域路网布局，促进沿线经济社会发展和长三角一体化高质量发展具有重要意义。

据悉，沪苏湖高铁全长163.8公里，设计时速350公里，沿途共设上海虹桥、上海松江、练塘、苏州南、盛泽、湖州南浔、湖州东、湖州等8座车站。

睿泊(湖州)环保新材料有限公司经理曹华燕期盼这条铁路尽早开通：“路一通，生意就来了！”她告诉记者，睿泊的工厂就在湖州南浔区，距离南浔站20公里，但距离湖州站将近50公里。以前，大家从上海到南浔跑业务大多选择自驾，约1小时40分钟，等南浔

站开通后，一定会吸引更多客户到工厂实地看看。

据曹华燕介绍，2019年成立的公司赶上了发展的好时候。一方面，国家鼓励包括新材料在内的战略性新兴产业发展，培育新质生产力；另一方面，长三角G60科创走廊为企业搭建产业技术创新联盟，帮助企业结对子、找路子、想法子。公司在南浔的新工厂竣工，加上公司在松江的南浔科创飞地里不断扩大“朋友圈”，都助推企业发展驶入前所未有的“快车道”。

中国铁路上海局集团有限公司上海枢纽指挥部工程部主任刘青介绍，目前，沪苏湖高铁全线已进入建设冲刺阶段，全线的静态验收计划在7月中旬启动，联调联试计划在8月底启动，可以满足全年底开通的目标。建成后，将有效缓解沪宁线、沪杭线的运输压力，对推进长三角一体化发展具有重要意义。

在浙江湖州，由中铁十五局集团承建的

沪苏湖高铁项目的一处施工现场，近300名工人正在抢抓春季施工“黄金期”，奋力跑出建设“加速度”。该项目管段位于浙江省湖州市南浔区和吴兴区，途经7个行政乡镇，全长20.61公里。截至目前，该项目主体工程全部结束，剩余桥下防护栅栏及桥下绿化等附属工程，预计今年5月底全部结束。

该项目副经理赵宁说：“根据现场施工情况，项目技术团队提前筹划，全力将‘任务图’变成‘施工图’，将‘进度表’变成‘计程表’，确保既定目标如期完成。”

据悉，在全线6座新建站中，上海松江站规模最大，新建站房规模达6万平方米，设计站体规模为9台23线，建筑总高度为40.33米，主体5层，设计最高聚集人数为5000人。同时，改造既有松江南站站房1000平方米。

“目前，上海松江站服务中心地下主体结构完成96%，地上主体结构完成50%，钢屋盖拼装完成40%，完成总工期55%左右。”

中铁二十四局松江站服务中心项目党支部书记胡涛阳说，为确保今年年底与沪苏湖高铁同步投入使用，4月中旬将完成屋盖提升，预计今年7月下旬服务中心主体结构全部完成。

上海市松江区委交通建设管理中心主任范晓锋表示，未来松江将迎来一个崭新的客货兼容复合式枢纽，既包括运输旅客的上海松江站，也包括国际多式联运物流枢纽，通过“中老铁路国际货运列车”，把长三角的新能源汽车、高端设备等高附加值产品运往云南磨憨口岸等地区，沿着中老铁路驶向老挝和缅甸，推进资源高效配置。

长三角G60科创走廊联席办副主任贾占锋表示，依托这条交通大动脉，长三角G60科创走廊将越走越快、越走越近，持续壮大新质生产力，不断提升经济辐射力，逐渐成为长三角链接世界、畅通双循环的重要纽带。

(新华社上海4月12日电)

人社部门公开征求意见为111个职业制定“国标”

本报讯(记者李丹青)为完善由国家职业标准、行业企业评价规范、专项职业能力考核规范等构成的多层次、相互衔接的职业标准体系，人社部近日组织开展了社团会员、劳动关系协调师、美容师等111个国家职业标准，并向社会公开征求对这些国家职业标准的意见。

记者了解到，这些国家职业标准对各职

业进行定义，并对职业技能等级、职业环境条件、普通受教育程度、培训要求、从业要求等作出详细规定。

以劳动关系协调师为例，该职业主要为从事劳动保障法律法规宣传、用人单位劳动标准和劳动规章制度制订、劳动合同管理，参与集体协商、劳动争议预防与处理等工作的人员。

该职业共设四个等级，分别为：四级/中级工、三级/高级工、二级/技师、一级/高级技师。从事劳动关系协调师，须掌握劳动关系、管理学、经济学和法学等基础知识。

同时，劳动关系协调师国家职业标准详细列明了每个等级相应的工作内容、技能要求和相关知识要求。其中，四级/中级工要能收集

精打细算的“首席代表”

集体协商为突破，以经济地位带动政治和社会地位提高”的思路，引导推动企业参与、支持“产改”。江苏德鲁尼智能家居有限公司通过集体协商实行股权激励，让职工参与利润分配；徐州盛和木业有限公司通过二次协商促进“产改”，实施“以资代旅”提升职工获得感。

围绕协商“赋能”，何宝华推动建立“产改”指导站和实训基地，为产业工人技能培训、技能比武、工匠选拔、学历提升等“充电加油”，先后有1185名职工被评定为初级工，

556名职工被评定为中级工，126名职工被评定为高级工，10名职工分别获得邳州市“十大金牌工匠”“十大工匠”荣誉称号。协商“赋能”让产业工人队伍更加稳定，技能不断提升，创新创造激情成为推动企业发展的加速器，目前邳州板材材出口量全国占比高居33%以上。

邳州木制品行业集体协商为职工争取了权益、赢得了实惠，也让企业尝到了甜头、提升了效益。盛和木业职工代表陈子阳说，“企业每年都定期召开职工代表大会，公司

根据反馈结合实际情况对工资、福利待遇、生产管理等方面进行调整，基本上都达到了职工满意。”

袁依胜在盛和木业工作了10年，靠自己高水平的技术等级享受着不错的薪资待遇，“10年间工资从2000多元涨到6500元，加上10%的工龄补助，每月最少能拿到7200多元，每年还有旅游补助，现在对企业很有归属感。”袁依胜说。

说起一路走来的行业集体协商，盛和木业副总经理魏鹏表示：“从工资协商到福利协商、等级协商、技能培训协商，越来越细化、专业，这样的协商对职工好，对企业也好，我们欢迎！”

花粉过敏会遗传吗？

北京协和医院医生详解

本报讯(记者窦菲涛)阳春三月，正值过敏性疾病高发季节。花粉过敏怎么来的，是否会遗传给下一代？针对一些备受关注的问题，《工人日报》记者专访了北京协和医院变态(过敏)反应科副主任医师王子焘。

王子焘介绍，花粉过敏患者本人常具有特异性遗传素质，也即是人们常说的“过敏体质”。当他们长期反复接触特定过敏原，如尘螨、霉菌、动物皮屑、花粉后，机体免疫系统会产生一种针对过敏原的特异性IgE抗体，这个过程叫做致敏，尚不会发病。当机体再次接触过敏原，体内的这些特异性IgE抗体就会跟过敏原结合起反应，并引起流鼻涕、打喷嚏、眼睛痒、咳嗽、哮喘、瘙痒、皮疹等一系列的临床症状。

花粉过敏的人还能在家养花吗？王子焘表示，引起花粉过敏的绝大多数为风媒花，即以风传粉的花。风媒花一般花色不显眼，多数为非观赏花，花朵细小但量多，不香，有时还有臭味，如春季的柏树、桦树、杨柳、梧桐、白蜡树的花粉，还有秋季的各种野草的花粉。因此，在家养花影响并不大。

“从整体上看，花粉过敏是一个逐渐进展的过程，人在刚出生时并不会过敏，反复接触过敏原后才会出现症状，而随着反复发作，症状也会越来越重，它的影响会从五官逐渐进展到呼吸管道，严重的甚至可导致哮喘。”王子焘说，他所在的北京协和医院曾经开展了一项对花粉过敏患者长达10年的追踪研究，发现一半以上的花粉过敏患者会从鼻炎进展至哮喘。

王子焘建议，出现花粉过敏的患者，应及时到医院查明过敏原，便于进行适当的过敏原环境控制。同时，通过检测，可以判断患者出现哮喘的风险。尤其是儿童，肺脏尚未发育完全，在青春前期反复出现哮喘，可能会损害孩子的肺脏发育。

不少人出现花粉过敏后，怀疑自己身体变差、免疫力下降。对此，王子焘表示，过敏实际是异常的免疫应答过度的一种表现，而和人们常说的抵抗力的高低没有直接联系。花粉过敏也不会直接遗传，但“过敏体质”具有一定遗传性，越到下一代，其过敏症状发作可能更早。如果有过敏性疾病家族史，家长需要留意孩子是否出现皮炎、湿疹、鼻炎等。

青海41种集采药品平均降价58%

本报讯(记者邢生祥)记者从青海省医疗保障局获悉，第九批国家组织药品集中带量采购中选结果日前在青海落地执行，41种中选药品平均降价58%。

青海此次集采药品涵盖感染、肿瘤、心脑血管疾病、胃肠道疾病、精神疾病等11个治疗类别的常见病、慢性病用药及急救药、短缺药、重点监测药品等，患者受益面进一步拓宽。其中，治疗多发性骨髓瘤的来那度胺胶囊，价格从集采前的183元/片降至6.31元/片；用于治疗心律失常的盐酸胺碘酮注射液，从集采前24.55元/支降至3.36元/支；治疗食管静脉曲张出血的注射用特利加压素，价格从集采前149元/支降至18.48元/支。

同时，青海此次集采涉及的8个临床急救和易短缺药品，由原来1家供应企业增加到3家供应企业，进一步增强了全省用药供应保障能力，满足临床用药需求。

中国财贸轻纺烟草工会在无锡举办劳模工匠进校园活动

本报讯(记者朱欣)4月12日，中国财贸轻纺烟草工会在无锡工艺职业技术学院举办“中国梦·劳动美”2024年劳模工匠进校园活动，4位行业劳模工匠参加，近400名师生聆听了宣讲报告会。

活动现场，中国工艺美术大师、全国轻工大国工匠谢强，全国五一劳动奖章获得者、全国轻工大国工匠占绍林，全国五一劳动奖章获得者、江西省劳动模范黄晓红，南京市劳模模范陈春明现场讲述了各自的成长故事，分享在面对困难和挑战时如何坚持不懈、勇往直前，激励师生们在未来的学习和生活中脚踏实地、勇攀高峰，并向学校捐赠了自己的作品。学校师生就树立正确的人生观、陶铸有专业敬业学习进行交流互动。

劳模工匠用行动践行了劳模精神、劳动精神、工匠精神，用内容质朴、情真意切的宣讲为劳动光荣赋予具体而深刻的内涵。无锡工艺职业技术学院的师生们表示，聆听劳模工匠事迹，与他们面对面交流，深受鼓舞和启发，在今后的学习和工作中，将以他们为榜样，争当劳动先锋、争做时代新人，通过辛勤劳动、刻苦钻研、砥砺奋进，创造幸福生活、实现人生梦想，在技能成才、技能报国之路上一往无前。

中老铁路增开1对国际旅客列车

本报北京4月12日电(记者刘静)记者从中国国家铁路集团有限公司获悉，4月13日，中老铁路国际旅客列车开行一周年之际，中老两国铁路部门将在中国西双版纳至老挝琅勃拉邦两大著名旅游城市间增开国际旅客列车1对，旅客乘火车可实现两地间当日往返。

据介绍，此次增开的国际旅客列车，运营初期按每周二、周五、周六、周日共4天开行，全程经停西双版纳、勐腊、磨憨、磨丁、孟赛、琅勃拉邦6个车站，包括铁路口岸通关时间在内的全程旅行时间仅需5小时左右，西双版纳至琅勃拉邦间可实现当日往返。列车使用动力集中型“复兴号”动车组开行，最高运行时速160公里，编组8辆，其中一等座车厢1辆、二等座车厢7辆(含餐吧车)7辆，总定员720人。

(上接第1版)工会成立首日会员申请人数接近1700人，现在申请入会人数已经突破6000人。该县工会还坚持“会、站、家”一体化建设，完善山东盖世冠威国际物流园区司机之家、齐河县超限监测站司机之家等服务阵地功能，安排专项预算支持货车司机等新就业形态劳动者工会工作，在送温暖、职工困难帮扶、暑假子女托管管理等服务项目上予以倾斜，帮助解决货车司机家庭的后顾之忧。

值得一提的是，德州市总突出货车司机入会和服务工作数字赋能增效，依托重点平台企业大数据开展货车司机入会和服务数字化转型。齐河县工会联合山东高速满易物流科技服务有限公司，将山东省最大的货运平台满易运平台与“齐鲁工匠”APP有机结合，实现平台会员“一键入会”。今年以来，德州全市新发展货车司机会员12188人。