

肥胖需要得到科学的专业医疗干预与社会正确认知。

“轻松减重”是不是伪命题?

长久以来，“管住嘴、迈开腿”被奉为金科玉律，减重被默认为一场与意志力的苦战。但减重，可不可以不那么痛苦?

记者 | 应　琛

今年 3 月初，辉瑞全球高级副总裁、中国区总裁 Jean–Christophe Pointeau 站上体重秤，数字是 104 公斤。快 60 岁的他，BMI 超过 33，按照中国的肥胖标准，已经踏入“重度肥胖”的区间。十年间，他试过运动，试过节食，结果无一例外：减掉一两公斤，一忙起来就反弹，每年稳稳上涨两到三公斤。

然而，四个半月后，在辉瑞新一代偏向型 GLP–1 受体激动剂和健康生活方式的帮助下，他的体重下降到了 87 公斤。腰围的变化更为惊人——原来的裤子已经太大，皮带也松了一大截。“我原来穿的裤子腰围是 38 英寸，现在 36 英寸都嫌大。”Jean–Christophe Pointeau 笑着告诉《新民周刊》。更让他意外的是过程——没有一次腹泻，没有一次恶心，没有一天因为身体不适而影响跨国出差和会议，“成功减重还让我得到了太太的表扬”。

这个故事放在传统减重语境里，显得格外刺眼。长久以来，“管住嘴、迈开腿”被奉为金科玉律，减重被默认为一场与意志力的苦战。任何看起来“不苦”的路径，都容易被归入“走捷径”甚至“伪科学”的范畴。

但辉瑞减重希望传递的理念，恰恰是“不难瘦，才享受”。它没有绕开那个尖锐的问题，反而把它推到了台前：减重，可不可以不那么痛苦?

肥胖是明确的慢性疾病

超重、肥胖问题在中国存在已久，过去体重管理并未上升至国家战略层面，行业关注度与规范化程度不足。如今随着国家卫健委启动体重管理三年行动计划，行业