最胖的 330 斤，最瘦的也有 199 斤

一家 8 胖子，两年切胃减肥 500 多斤

文 / 图 阮羚

“切胃减肥术”现在也比较多见，而一家出了 8 个大胖子，都接受了切胃手术，就是条大新闻了。

这个故事，就发生在江苏省南京市的一个大家庭。因为 8 人过于肥胖，他们两年间都接受了切胃手术，两年间成功减少体重不下 500 斤。不过，医生也提醒，“切胃减肥术”不可滥用。肥胖症患者应首先考虑通过节制饮食、体育锻炼或药物治疗等控制体重，只有对上述治疗无效，并且伴有重度、病态肥胖症的患者，才可考虑实施手术治疗。

下面，我们就来讲讲这个家庭因肥胖减肥带来的酸甜苦辣。

成功减肥的马静秋（中）和侄女（右）。

1 体重蹿至 217 斤 肥胖的人生很灰暗

今年 42 岁的马静秋，身高 1.53 米，是南京某汽车美容公司老板，不婚主义者，跟父母同住。据她说，十多年前她的体重只有 85 斤，因为身材好，追她的男孩数不胜数。可自 2003 年开始，她却莫名其妙地开始发福。

看着先前的小蛮腰成了小水桶，马静秋非常苦恼。实在找不到原因，她只好去咨询医生。医生告诉她，她发胖是内分泌失调导致新陈代谢过慢引起的，特别是女性，一些很小的诱因，都会导致内分泌失调。医生嘱她尽可能舒缓心情，保持良好的生活习惯，这种情况便会缓解。

回到家后，马静秋严格执行医生的嘱咐，早睡早起加适当运动，可体重依然持续上涨。2006 年增长 18 斤，2008 年增长 27 斤，2010 年她成了一个 217 斤重的大胖子。

看着镜子里完全变形的自己，马静秋不知哭过多少次。以前，男孩当她是女神般膜拜，而现在，别人见到她都是一脸嬉笑。好强的马静秋下定决心要减肥，她把公司的事托付给家人，一门心思扑在减肥上。

很快，她为自己制定了第一套减肥方案：三餐吃减肥餐和减肥药，晚上快走两小时。几天后，摄入大量减肥药的马静秋上吐下泻。母亲吓坏了，哭着劝她：“算了，胖点就胖点，这样下去，妈怕你出事。”老人甚至拿自己的体重说事，身高 1.6 米的她，体重也有 200 多斤，虽然走几步路都喘，但这么多年也过来了。

“一辈子那么长，我不想在别人的歧视中度过。”一个月后，固执的马静秋成功减了 7 斤。看着秤上的数字，她高兴地跳了起来。哪知一激动，两眼发黑晕倒在地。父母忙把她送到医院。醒来后，马静秋感觉自己的人生因为肥胖变得一片灰暗，原来，一般的减肥方法，对于她来说不行。

2 一个家族 8 个胖子 医生说肥胖基因被激活

第一套方案失败后，马静秋很快实行了第二套方案：节食，外加高强度的运动。效果确实很明显，可随之而来的副作用，让马静秋患上了糖尿病和呼吸暂停综合症。

2011 年初的一天，马静秋开车外出购买减肥器材。呼吸暂停综合症使她大脑短暂缺氧，无法看清前面的路，车子一下子撞到了路边的栏杆。等她从医院醒来，除父母之外，身边还围着多名亲戚朋友，其中就有多次减肥却越减越肥体重达 330 斤的表哥。表哥心灰意冷地说：“咱家胖子多呢，医生都找不到原因，你能改变什么？”

马静秋明白表哥话里的意思，他们家族里除了她和表哥之外，还有 6 个大胖子：母亲 210 斤、侄女 199 斤、表姐 220 斤、表姑 243 斤、表妹 209 斤……每次家族聚会，就是一个胖子大联欢。大家去医院检查过，可都说不是遗传问题。一家出了 8 个大胖子，马静秋觉得就算不是遗传问题，肯定也有某种内在联系。这次交通事故让她开始反思这件事，不找出真正原因，是无法减肥的。出院后，马静秋开始奔波于各个医院寻找家族肥胖的“凶手”。

2011 年 7 月，马静秋求助于江苏省人民医院外科减肥专家，希望他们能帮帮自己。通过精确的检查，医生告诉马静秋，她肥胖的原因，是因为身体里的肥胖基因被激活。肥胖基因？马静秋听得一头雾水。医生进一步解释道：“肥胖基因是指人体内目前被发现的包括 OP 基因、POMC 基因等在内的 5 种基因，每个人身体里都有，一些不良的生活习惯或者外在的原因都可能激活它，一旦激活，人的体重便会飙升，而且很难控制。”

经过对马家人的全面了解，医生得出结论：马家是个和谐的大家庭，经常聚会，饭菜口味重，经常吃油腻的食物，不健康的饮食激活了潜在的肥胖基因，导致家里出现了 8 个大胖子。

3 切胃手术很成功 三个月体重减轻 70 斤

找到原因后，马静秋就像是看到了久违的阳光，觉得自己减肥有望了。可医生接下来的话给她泼了盆冷水：“这种原因导致的肥胖，无法通过正常的手段控制，最常用的办法就是切胃减肥，当然，切胃减肥只是一个统称，并不是简单地把胃切掉，它细分为袖状胃切除术、胃绕道（胃旁路）术、胃束带术，前两种临床应用比较多，后一种较少。”

马静秋当即决定做切胃手术，她不愿放过任何一个挽救自己的方法。为了减肥，竟然要在身上动刀子了，所有亲友劝她要三思而后行，表哥更是联合家里的“胖子团”来说服她。

可马静秋铁了心：“因为胖，咱们活得多痛苦！我真的想改变。我先做，有效果的话你们再做。”

2011 年 8 月 1 日，是马静秋动手术的日子。根据她的身体情况，医生决定对她实施胃切除和胃绕道相结合的手术方案，也就是将胃容积缩小到原来的 15%～30%，将胃分为上下两个部分，较小的上部和较大的下部，然后截断小肠，重新排列小肠的位置，改变食物经过消化道的途径，减缓胃排空速度，缩短参与吸收的小肠。

手术进行了两个小时，马静秋被推了出来，手术十分成功，术后三天便出院了。之后，她遵从医嘱吃些流质食物。医生说等她身体彻底康复后，她的饮食便可和正常人一样了。

服食了一个多月流质食物后，马静秋成功瘦身 20 斤。回到家后，她恢复了正常的一日三餐，她爱吃水果蔬菜了，平日坚持做些有益身心的运动。三个月后，她奇迹般地减了 70 斤。

全家再次聚会时，马静秋第一次美美地出现在众人面前：“出现在你们面前的是个全新的我，身体健康，食欲良好。”在场的胖子都啧啧称奇，感觉不可思议。但健不健康，表面上看不出来，大家提议马静秋去医院做个检查。

三天后，检查结果出来了，马静秋的血压和血糖都趋于平稳，医生说继续保持下去，她的身体状况会得到极大的改善，甚至不用再吃任何药物。

4 母亲“老树发新芽” 7 位亲人减重变瘦子

亲眼目睹马静秋做“切胃”手术后效果如此显著，“胖子团”的亲友们动心了。他们也想跟马静秋一样，来一次全新的蜕变。“胖子亲友团”中，最先决定效仿马静秋的是她 76 岁的老母亲。这么多年，老人因为肥胖患有高血压、糖尿病，无数次因并发症住院治疗。

母亲年纪大了，要去动手术，马静秋有些担忧：“妈，你都七十多了，在身上挨一刀多伤元气呀！算了吧，以后我陪着你多运动。”老人却铁了心：“我不知道还能在世上活几年，可不管几年，我都想轻轻松松地过。”母亲的话，马静秋深有感触，最终，她同意母亲去做切胃手术。

医院在了解了马静秋母亲的状况后，专门组织专家给老人做了一系列身体检查，确定了手术方案——胃绕道。这种手术康复时间短一些，适合老年人做，但术后需长期补充维他命、铁及钙质。

在马静秋手术 7 个月后，母亲成为了家族中第二位做切胃手术的人。术后，老人的血糖逐渐下降，胰岛素注射量大幅度减少，药也基本停了。由于老人年龄较大，术后的健康状况是全家人最关注的。为记录母亲身体的变化，马静秋专门制作了“身体检测表”，母亲当天吃了多少东西，血压、血糖指数、体重多少等都详细记录。三个月后，老人成功减重 40 斤，出门买菜再也不会气喘吁吁了。老人自我调侃道：“我是老树发新芽。”

为庆祝母女俩成功减肥，亲友们聚到一起吃了顿团圆饭。老人把以前的衣服都丢了：“这些衣服都得淘汰了，没想到老了还过得这么轻松了。”母女俩成功减肥，让家庭的其他胖子都激动了起来。之后，从 2011 年到 2014 年期间，马静秋家里先后有 5 人做了切胃手术，其中有 4 人患有糖尿病，术后血糖都逐渐平稳。

2014 年 4 月初，马静秋的侄女成为家里最后一名做切胃手术的人。侄女 29 岁，体重 199 斤，这对她的生活造成了严重影响。女孩子都爱美，可因为肥胖。她自卑内向，不愿和外人接触。入院以后，医生为她做了胃束带手术。术后一个月，侄女成功减重 20 斤。让人奇怪的是，手术后，马家人的口味也发生了翻天覆地的改变。以前他们无肉不欢，可术后，一家人明显对肉食不太感兴趣了，偏爱蔬菜和水果。医生的结论是：“手术后因为肠道激素水平发生变化，患者的饮食习惯和口味也会相应改变。”

如今，手术三年过去，马静秋的身体越来越好，生意也做得风生水起。她笑称，自己正在回归女神的路上，其他家庭成员也都成功减肥，“胖子亲友团”正式更名为“瘦子亲友团”。到现在为止，8 人平均减肥近 65 斤，合起来超过 500 斤。

不过，医学专家也提醒：“切胃减肥术”不可滥用。对于肥胖症的治疗，一般超重的肥胖症者应首先考虑通过节制饮食、体育锻炼或药物治疗等进行控制，只有对上述治疗无效，并且伴有重度、病态肥胖症患者，才可考虑实施手术治疗。

（本文严禁转载、上网）

■资讯

父亲节，6 岁女孩认下 5 名“爱心爸爸”

今日女报 / 风网讯（特约记者 张友亮）“感谢爱心爸爸！”6 月 15 日下午，常德石门县皂市镇白沙渡村 3 组 6 岁女孩琪琪在周围人的鼓励下，羞涩地说出了这句让现场人感动的话，而其 84 岁的爷爷杨万协在与这些“石门义工”握手时，激动地流下了眼泪。

杨万协的家庭非常特殊，其妻子、27 岁的女儿、43 岁的女婿均是智障，一家只有他和 6 岁的外孙女琪琪是健康人。不久前，石门县慈善义工协会在农村走访过程中发现了杨家人的困境，决定对这个困难家庭进行帮助。而如何保证好营养缺乏的琪琪的健康成长，成了该协会首先要解决的问题。经多方沟通协调，“义工”刘云华牵头担负起孩子从小学至大学毕业至少 15 年的全部抚养责任。

6 月 15 日下午，石门县慈善义工协会一行 12 人买上猪肉大米以及水果再次来到杨万协家，另把 1000 元红包送到了琪琪手中。由于当天正好是父亲节，琪琪在大家的鼓励下，认下了这行义工当中的 5 名男性为“爱心爸爸”。