

2023年2月8日 星期三
农历癸卯年 正月十八

国内统一连续出版物号 CN 11-0304
邮发代号 1-24

新闻热线:(010)64622180
第243期 今日8版
<http://www.jkb.com.cn>

学生健康报



扫一扫关注官方微信

国家卫生健康委员会主管 健康报社有限公司主办 健康报社有限公司出版

国家卫生健康委明确开学返校要求

本报讯(记者范洪岩)近日,国家卫生健康委官网发布消息,国务院联防联控机制综合组印发《新型冠状病毒感染疫情防控操作指南》,其中的《学校新型冠状病毒感染疫情防控操作指南》,对学校疫情防控提出了具体要求。

《指南》要求,没有疫情的学校,开展正常的线下教学活动。疫情流行高峰期间,中小学校和幼儿园采取严格的封闭管理,高校可实施分区管理。师生出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状时,

不带病到校工作或学习。如检测结果确认感染病毒,须如实报告学校,延迟返校。师生入校时测量体温。学校在校舍入口、楼梯入口、电梯入口等位置摆放公用消毒用品,食堂餐桌安装隔板,学生错峰就餐。适当减少班额,加大桌椅间距。细化校内感染者分级诊疗办法,各级各类学校储备新型冠状病毒感染对症治疗药物、抗原检测试剂,以及常用防疫物资。不组织康复期的师生参加剧烈运动。

《指南》明确,高等学校不再开展全员核酸筛查。除跨地区返校入学确有必要外,高校师生出入校门和校园公共区域不要求提供核酸证明。高校校医院设立发热门诊,实行24小时值班值守制度。中小学校和幼儿园师生出入校门不再提供核酸证明,当感染者占比较大时,可以班级或年级为单位停止线下上课,实施线上教学。同时,落实晨午检制度、传染病疫情报告制度、因病缺勤缺课追踪登记制度等。

健康时评

读懂青少年的心理求救信号

□范洪岩(媒体人)

近日,备受关注的江西省上饶市铅山县致远中学高一学生胡某宇失踪事件的调查结果公布。江西省、市、县联合工作专班根据掌握的情况,认定胡某宇系自缢死亡。

据警方披露,对胡某宇的心理刻画显示,2022年9月到致远中学就读后,因学习成绩不佳造成心理落差,加上人际关系、青春期冲动带来的压力,他失踪前有明确的厌世表现和轻生倾向。在录制的两段音频中,胡某宇清晰地表达了自杀意愿。

这场悲剧本可以避免。如果胡某宇心里绝望的呼喊早些被发现,如果他身

边的人,家庭、学校以及社会都能读懂青少年的心理求救信号。

中国科学院心理研究所发布的报告显示,我国青少年抑郁的检出率为24.6%,其中重度抑郁的检出率为7.4%,检出率随着年级的升高而升高。青少年的生理和心理特点,决定了他们处于心理危机高发阶段。他们的身体加速发育,而社会适应能力的发展相对迟缓;他们试图独立解答成长中的困惑,却常常与心理疾病的危险因素“不期而遇”。身边人容易将其种种行为误解为“叛逆”,他们自己也很少能意识到抑郁这个“杀手”正在逼近。

青少年心理健康问题不仅仅是个人的事,背后反映出家庭教育、学校教育乃至社会支持系统的缺位。据报道,胡某

宇在考入致远中学后逐渐出现适应困难,多次表达“不想活了”的想法。如果这样的信号能让人警觉,如果大家能给他提供及时、专业、有效的心理疏导和帮助,或许故事的结局就能改写。

关爱青少年,请先认识到,孩子的心不是太脆弱,也不是太矫情,它只是病了,需要高度重视和专业诊疗。建议将心理健康教育引入家庭教育,让更多的家长接受较为系统的儿童发展心理学知识培训。另外,要积极促进学校和心理专业医院、心理专业机构等沟通对接,提高第一时间进行科学干预的能力。希望大家都能学会捕捉孩子的心理求救信号,尽早识别,及时疏导,持续关怀,助力下一代健康成长。

本期导读



谁来敲开这些孩子的心门

(2版)



开学后体育课这样上

(4版)



开学防生病 饮食调节很重要

(8版)



开学第一课

近日,在安徽省合肥市蚌埠路第二小学,交警给学生们讲解交通安全常识。开学报到第一天,合肥市公安局交警支队瑶海大队组织民警走进辖区学校,为学生们普及交通安全知识,提高安全防范意识。

熊伟摄

☆扫码订学生健康报



☆教育部体育卫生与艺术教育司指导
邮发代号:1-24 全年价格:96元

编辑:范洪岩 电话:(010)64622180
E-mail:fhyan917@126.com