

强健体质，为莘莘学子打好健康底子

“学生体质强健二十条”精准把脉掣肘学生体育锻炼的“时、空、人”3方面“病因”，对症开出多个“药方”，以达到学生强身健体的效果。

学生体质增强非一日之功，亦非一校之责，它需要整合学校、家庭、社会资源，同时完善部门协同，形成“以体育人”的强大合力。

□乐哉(媒体人)

近日，教育部等5部门联合印发《关于实施学生体质强健计划的意见》，从8个方面提出20条举措，擘画了一幅提升青少年健康水平的蓝图。其意义不仅在于强健一代人的体魄，更是以体育教育的系统变革促进学生健康水平的全面提升。多部门、多主体协同发力，也为深入落实健康促进政策增添了动能。

近年来，北京市、广东省、河北省等地就加强学生体育锻炼进行了多样探索：有的着力保障体育活动时间，有的尝试创新体育教学模式，有的探索解决师资短缺难题。这些实践为全国性举措的出台积累了宝贵经验。“学生体质强健二十条”不再是针对某个单一问题的施策，而是覆盖全学段、贯通课内外、协调校家社的体育教育的系统性变革。

在应试压力依然沉重的当下，体育课被挤占、户外活动匮乏、屏幕时

间激增已使不少青少年健康亮起红灯——近视低龄化、肥胖率上升、体能指标下滑。这些问题绝非单一因素所致，而是教育理念、生活方式与社会环境共同作用的结果。教育部等直面这些问题，给出了系统性解决方案。从基础教育阶段“每天综合体育活动时间不低于2小时”的刚性要求，到高等教育阶段“组织学生每周至少参加3次有强度的课外体育锻炼”的最低标准；从构建“专职体育教师+教练员+社会力量”的多元师资队伍，到“挖潜拓展校园体育运动空间”的场地创新——“学生体质强健二十条”精准把脉掣肘学生体育锻炼的“时、空、人”3方面“病因”，对症开出多个“药方”，以达到学生强身健体的效果。

学生体质增强非一日之功，亦非一校之责，它需要整合学校、家庭、社会资源，同时完善部门协同，形成“以体育人”的强大合力。为此，“学生体质

强健二十条”明确提出“建立校家社协同机制”，搭建常态化育人平台和活动载体，从而改变学校单打独斗的局面，构筑无缝衔接的学生健康守护阵地。

值得一提的还有，“学生体质强健二十条”着眼于“提升体质健康”，进一步完善相关政策和举措。其中，“优化体育考试评价”“完善体质健康监测体系”“鼓励有条件的地方和学校建立学生体质健康数字画像”等内容，引导社会、学校和家庭全面关注孩子的“生命健康”。不再局限于单一的体育教学改革，而是致力于加强体育与德育、智育、美育、劳动教育的融合，最终落在“共同促进学生树牢健康理念，提升运动能力、涵养体育品德、养成健康行为”。这不只是对“健康第一”理念的生动践行，也是对新时代党的卫生与健康工作方针所确定的“把健康融入所有政策”的贯彻落实。

当然，从政策出台到落地实施可

能遇到一些梗阻。比如，如何让城乡孩子都能享受优质的体育资源？面对应试惯性，如何让体育真正获得与主科同等的重视？在安全责任的“紧箍”下，如何建立完善的伤害事故处理机制，让学校敢于开展体育活动？这些尚待打通的堵点，恰是政策落地的攻坚方向。它要求各地在落实过程中既要坚定执行，又要灵活创新；既要全面统筹，又要因地制宜。不折不扣落实好“学生体质强健二十条”，将提升每个孩子的获得感，并推动体育锻炼成为莘莘学子的行动自觉，继而促成其养成生命不息、运动不止的良好习惯。

当孩子们在阳光下自由奔跑的身影成为校园最动人的风景，当强健的体魄、昂扬的精神成为健康之躯最美的注解，我们培养的将不仅是合格人才，更是能够肩负强国建设使命的健康公民。

健康论坛

委主任视点

让党建成服务民生“强引擎”

□籍婷

黑龙江省哈尔滨市香坊区卫生健康局将党建工作深度融入卫生健康事业发展的肌理脉络，以政治建设铸魂定向，以组织建设强基赋能，以服务民生践行宗旨，走出了一条党建与业务同频共振、互促共进的高质量发展之路。

夯实发展根基

香坊区卫生健康局始终把党的政治建设摆在首位，将理论学习作为淬炼党员干部思想的核心抓手，创新构建“领导带头学、党员全面学、现场教育重难点、查摆问题针对学、知识竞赛对比学”的“五学”模式，推动理论学习从“被动接受”向“主动践行”转变，让党的创新理论真正转化为服务群众的实践本领。

今年以来，局机关党委牵头举办领导班子专题读书班，围绕“健康中国战略”“基层医改”等核心议题开展集中研讨；指导基层30个党支部紧扣医疗服务实际，将“三会一课”“主题党日”与疑难病例会诊、公共卫生应急演练等业务工作深度融合，开展各类活动800余场，让党的创新理论在诊疗一线、防疫前沿落地生根。

同时，全局深化党性教育与纪律教育的融合促进，开展“传承英雄精神、守护人民健康”系列活动，组织党员干部走进东北抗联纪念馆等红色教育基地接受现场教学，汲取奋进力量；集中观看警示教育片，通过参观监狱、旁听医疗系统职务犯罪庭审等方式，让党员干部在思想上受警醒、在行为上明底线、在心中知敬畏，筑牢“医心为民”的初心防线。

激活一线动能

秉持“一个支部就是一个战斗堡垒，一名党员就是一面先锋旗帜”的思想理念，香坊区卫生健康局抓实基层党组织标准化、规范化建设。深入实施临床医技科室党支部书记“双带头人”培育工程，实现党组织和党的工作在684家医疗机构全覆盖，让基层党支部成为凝聚人才、攻克难题、服务群众的前沿阵地。

在党员队伍建设上，坚持“优中选优、一线倾斜”原则，把青年骨干作为发展党员的重点对象，建立“党员专家帮带青年医师”机制，引导优秀青年医护人员向党组织靠拢。如今，系统内35岁以下青年党员占比提升至17.7%，专业技术类党员占比达58.2%，一支过硬、业务精湛的党员队伍成为推动卫生健康事业高质量发展的中坚力量。

增进百姓福祉

香坊区卫生健康局以“医路同心、一心为民”特色党建服务品牌为纽带，创新“党建+”多元工作模式，推动党建与医疗资源统筹、公共卫生保障、基层服务提质等核心业务深度融合，让党建引领成为提升民生服务水平的“强引擎”。

在资源整合方面，依托党建联盟平台，联合省市多家三甲医院，组建中医、儿科、心血管等8个医疗联合体，建立“专家下沉坐诊+远程会诊指导+基层人才培养”的帮扶机制，构建起分级诊疗体系，让辖区群众在“家门口”就能享受三甲医院的优质医疗服务。

在服务优化方面，聚焦群众“看病难、缴费慢”的痛点问题，推动17家二级以上医院将门诊预约时间精确到30分钟内，开设老年人优先窗口，为特殊群体开辟就医“绿色通道”；优化入出院“一站式”服务，将结算周期从原来的5个工作日压缩至3个工作日内；9家三级医院开通微信、支付宝等多种线上支付渠道，缴费效率提升40%。

在数字赋能方面，38家基层医疗卫生机构启用“智能外呼”系统，为老年人、慢性病患者提供用药提醒和体检预约等服务；6家机构完成医院信息系统更新，17家上线智能辅助诊断系统，4家完成卫生健康信息互联互通建设，实现电子健康档案、检查报告跨机构共享。

同时，香坊区打造“一支部一品牌”特色矩阵。例如，区人民医院党支部打造“急诊先锋”品牌，由共产党员骨干牵头组建23支志愿服务队，链接省市级三甲医院、医学高校、公益组织等多方力量，常态化开展“健康进社区”活动；区中医医院大力开展“名医进校园”“义诊进企业”活动，不仅提供专业诊疗服务，还开展健康科普讲座、急救技能培训等。

香坊区卫生健康局将继续以党建为引领，深化改革创新，持续提升卫生健康服务能力与水平，以实际行动守护辖区群众的健康幸福。

(作者系黑龙江省哈尔滨市香坊区卫生健康局党委书记、局长)

健身房与其“拒老”不如“适老”

□王琦(疾控工作者)

近日，一名老人在北京市某公园完成14个单杠大回环后突发心肌梗死，抢救无效不幸离世。人们在反思“缺乏专业指导的健身存在一定风险”的同时，也不禁会问：老年人能否进入健身房等运动场所锻炼？有媒体报道记者走访北京市多家健身房发现，不少场馆已将六七十岁的“活力老人”拒之门外。

健身房设置年龄门槛，在很大程度上是出于安全考量。毕竟，随着年龄增长，老年人身体机能逐渐衰退，运动过程中突发意外的风险相对较高。

一旦发生事故，健身房等场馆可能面临法律纠纷和经济赔偿的压力。然而，这种因怕担风险而“一刀切”的做法，不仅忽视了老年人追求健康、延缓衰老的合理需求，更与积极老龄化的社会理念背道而驰。

与健身房“拒之门外”形成鲜明对比的是，公园成了老年人健身的热选场所。在双杠上表演“太空步”，在长凳上展示“莲花开”……这些自创的健身动作虽尽显活力，却因缺乏专业指导而暗藏安全隐患。在寒冷天气下，老年人进行户外运动需特别警惕心肌梗死等风险。此外，这种“野路子”锻炼方式还可能因动作不规范、强度失控而导致其他意外发生。

要想让老人在健身锻炼方面少些风险，专业的指导和合适的场所必不可少。对于能提供专业指导的机构和场所而言，这不失为拓展业务的一个方向。一方面，健身房应摒弃“拒老”的思维定式，积极探索“适老”服务模

式。北京市东城区的“银发健身房”提供了一个可复制的样本：通过专业评估为老年人定制个性化健身方案，配备适宜的康复训练器材，既保障了老年人运动安全，又有效规避了潜在风险。这种模式不仅赢得了老年人的信任，更通过“老年会员+普通居民”的混合运营模式实现了可持续发展。另一方面，相关部门也应加大支持力度，推广“老年友好型”健身场所。上海“长者运动健康之家”实现全市覆盖的经验表明，提供免费或低收费的适老化服务，既能显著提升老年人健康水平，也能减轻社会养老服务负担。

在老龄化浪潮席卷而来的当下，健身房的“适老化”改造不仅是服务升级的体现，更是社会文明程度的试金石。满足老年群体多元化健身需求，既是应对老龄化社会的现实需要，也是践行健康中国战略的必然要求。

对此，健身房、运动场馆不妨以更加开放的姿态，通过年龄分层管理、提供专业指导、建立保险机制等方式，在保障安全与包容服务之间找到平衡点；相关部门则需通过政策引导、资金支持等手段，推动更多“老年友好型”设施落地生根，让老年人锻炼时“有处可去、安心无忧”。这不仅是对个体生命质量的尊重与提升，更是社会对老龄化问题温暖的回应与关怀。

骗救命钱，何异于谋财害命

□郭元鹏(媒体人)

最高人民法院近日发布了6件依法惩治涉民生领域诈骗犯罪典型案例，其中涉及不法分子诱骗病患购买昂贵无效的“抗癌药”，以及诱骗老人购买虚假保健品。这种行径严重损害病患及老年群体的财产安全与生命健康权。

在“胡某等诈骗案”中，胡某伙同他人在北京经营了两家诊所，雇用“医托”诱骗了50余名受害人在诊所购买价格昂贵但无治癌实效的中药，骗取受害人医药费共计52万余元。最终，胡某等6人因诈骗罪分别被判有期徒刑十年六个月至一年不等的刑罚。

不法分子将魔爪伸向在生死边缘挣扎、渴求一丝生机的癌症患者，用虚假的“神药”骗取患者救命钱，这样的行径不仅谋财，简直是害命。用抗癌假药诈骗，是利用了患者“病急乱投医”的心理。胡某团伙雇用“医托”假扮病友，他们骗走的不仅是患者的积蓄，更耽误了其接受正规治疗的时机，甚至导致患者人财两空。

面对如此谋财害命的诈骗行径，必须以猛药治沉疴，让法律的“手术刀”精准发力。

打击此类犯罪不能仅靠事后严惩，更需构建全链条防控体系。这要求监管部门加强药品生产流通全流程监管，堵住假药入市漏洞，强化医疗机构周边秩序管控，斩断“医托”生存链条；网络平台清理虚假医药广告，铲除

线上引流土壤等。

对于患者及其家属来说，也应从中汲取教训。在求医问药的过程中，要通过官方渠道核验医生资质，选择正规医院接受诊疗，切勿轻信来路不明的“病友推荐”和“专家承诺”。一旦发现被骗，要及时固定证据，报警维权，不让诈骗分子逍遥法外。

医疗领域的诚信是社会良知的底线。向癌痛患者兜售假药，是对道德的践踏、对生命的漠视、对法律的挑衅。司法严惩不手软，监管强化无死角，公众保持警惕，多方发力才可能斩断抗癌假药的黑色链条，让法治阳光照亮每一个角落。

传染病等患者的就医负担。截至目前，已累计救助此类患者1079人次。医院专门开设精神康养病区，对入住该病区的低保、五保等困难患者给予就医费用减免，已累计帮扶1339人次。

2025年5月，医院与市慈善总会共同打造“医路暖心”慈善公益项目，设立“马鞍山市第四人民医院慈善基金”，对全市低收入人群中的精神疾病、传染病患者给予医疗救助和医疗费用减免。

医院发挥自身优势，打造“1+N”社会心理服务模式，整合专科医院、社区、学校等多方资源，为群众提供心理健康的科普体验、心理咨询、心理治疗、心理危机干预等综合服务。医院不仅开通“12356”全国统一心理援助热线，还建立“诗城心理”微信服务号，将心理健康服务搬到线上。医院开展的社会心理服务项目入选国家卫生健康委、国家中医药管理局评选的2023年健康促进医院优秀案例名单，并被国家心理健康和精神卫生防治中心列入全国社会心理服务体系建设优秀案例名单。

2025年，医院组建马鞍山市精神障碍合并传染病诊疗中心，成立结核病合并精神病、感染病合并精神病两个联合病区，打造服务新品牌。

崇廉尚洁 筑牢清廉之基

马鞍山市第四人民医院将廉洁文化建设纳入医院发展战略全局，系统构建多维廉政制度体系，筑牢医院发展的清廉之基。持续深化遵纪守法教育和医德医风培育，以身边典型案例教育身边人，不断增强全院干部职工不敢腐、不能腐、不想腐的思想自觉和行动自觉。医院纪委组建设8个纪检监察室，聚焦权力运行，围绕党委议事规则和行政议事

规则，在党委会后常态化开展书记、院长沟通；落实党委联系点制度，安排班子成员每月至少2次深入基层，检查各项规章制度的落实情况。

医院构建党委决策、行政执行、纪检监督的闭环管理体系，每年对党委领导班子进行考核，并对制度执行和工作落实情况进行全程督办。

服务为桥 推进医患和谐

马鞍山市第四人民医院始终把患者满意度作为评价服务质量和服务水平的“金标准”，打造有温度的服务文化。医院组织职工开展“假如我是患者”服务体验活动，梳理患者就医的“急难愁盼”，以问题为导向落实服务整改；在市区中心位置开设门诊部，方便患者复诊、开药；建设互联网医院，开通网上预约挂号、自助缴费等信息化服务，方便患者就医；引进知名专家开设5个名医工作室，让患者不出市就享受到优质诊疗服务。

2025年，医院推出十大惠民服务“微实事”项目，包括开辟停车场、建设惠民充电桩、设置志愿服务岗等，从患者入院到出院全流程涉及的具体、微小事情做起，以惠民“小切口”有效提升服务质效，使患者满意度提升至98.86%。

(作者系安徽省马鞍山市第四人民医院党委书记)

□方金勇

近年来，安徽省马鞍山市第四人民医院持续推进丰富“党建+文化”内涵，一体推进品牌文化、公益文化、廉洁文化、制度文化、服务文化综合建设，推动医院驶入高质量发展“快车道”，奋力建设“医养康特色、绿色三甲医院”的目标迈进。医院党委被安徽省委授予安徽省“优秀基层党组织”称号，医院先后两次被马鞍山市精神文明建设指导委员会授予“十佳道德集体”荣誉称号。

品牌建设 凝聚服务合力

马鞍山市第四人民医院承担着全市重大传染病防控和精神疾病患者救治任务。在应对突发公共卫生事件时，医院作为马鞍山市的定点收治医院，充分发挥党组织的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用，集中定点救治患者，及时发布救治信息，积极回应社会关切。

落实公益 践行医者初心

马鞍山市第四人民医院始终坚持以公立医院公益属性不动摇，积极推动公益文化建设，取得良好的社会效益。医院持续巩固拓展脱贫攻坚成果，精准减轻脱贫户中精神疾病、

马鞍山市第四人民医院把制度文化建设作为现代医院管理的基础性工程，建立健全医院内部运行机制。医院立足实际制定章程，围绕党委、民主决策、医疗质量、运营管理等10个维度，修订完善了由286个规章制度组成的医院制度汇编。医院严格执行党委议事规则和行政议事