

聚青春之力,护青春健康

□本报记者 范洪岩

“这是一颗神奇的杏子,有的人爱它,有的人怕它,有的人不了解它,你是否也想尝尝它的味道?”如果你是一名湖南师范大学的在校生,那么你可能在校园里收到一份《青春——幸会,“性”会》青春健康系列手册,进而接触到性及防范性骚扰的相关知识。这份手册由湖南省计生协指导,湖南师范大学计生协、湖南师范大学青春健康同伴社编写,是湖南省推进青春健康工作的一个支点。

青春健康工作是中国计生协的重要品牌工作,致力于为10~24周岁的青少年和未婚青年提供性与生殖健康宣传、教育、咨询、转介等系列服务,减少艾滋病病毒感染和非意愿妊娠,保护生育力。近日,全国青春健康工作推进会在京召开,会议总结了过去5年全国青春健康工作进展,发布青春健康创新实践案例,并举办“青春健康一生幸福”全国青春健康工作交流展。

破观念枷锁 谈性不色变

在广东省深圳市妇幼保健院的诊室里,李女士难以置信地问:“医生,我女儿才14岁,怎么会得妇科病?”她的女儿小雨因“羞于启齿”,默默忍受着下体不适,直到出现高热症状才被父母带来就医,确诊霉菌性阴道炎引发的严重盆腔感染。

这样的案例并不罕见。深圳市妇幼保健院调研数据显示,71%的青春期女孩正遭受痛经折磨,但主动就

医率不足30%。“羞耻感”和“就诊迷茫”是横亘在推进青春健康工作上的两大障碍。

2000年,深圳市成为全国首批青春健康工作试点城市之一。2020年4月,深圳市卫生健康委牵头制定《深圳市青少年健康与发展项目工作方案》,明确建立多部门协同联动机制。2023年,市卫生健康委、市教育局与市计生协联合印发《深圳市生殖健康促进行动实施方案(2023—2025年)》,进一步强化“家校社医”四位一体模式,推动青春健康全面融入医疗卫生与教育体系。

“我们的首要任务是联手打破信息的‘坚冰’和观念的‘枷锁’,以宣教引导破除认知壁垒。”深圳市妇幼保健院主管医师刘慧敏介绍。深圳市计生协拥有强大的社区组织动员能力和成熟的师资培训及课程体系,而深圳市妇幼保健院拥有专业的医疗资源和师资力量,二者深度融合,打出了一套宣教“组合拳”。青春健康教师与妇幼医师组成专业讲师团队,面向青少年开展包括生殖健康、疾病预防、心理健康等主题的讲座、互动课程及咨询服务,每年累计开展送课服务近千场,目前已覆盖深圳市超过90%的街道。

普及相关知识之后,如何让服务触手可及?一张覆盖深圳全市青少年的健康服务网逐渐织就。针对“就医羞耻”问题,“青春健康流动门诊”应运而生。深圳市妇幼保健院组建涵盖生殖健康、心理、营养的专业团队送义诊服务进校园。在福田区,流动咨询门诊累计服务超6600人次。

刘慧敏介绍,这不仅是义诊,更是“筛查前哨”,若现场发现需进一步干预的案例,会立即启动转诊“绿色通道”,实现从校门到医院的无缝衔接。

深圳市妇幼保健院提供专业“硬支撑”,深圳市计生协打通落地“软渠道”,让青春健康教育有了专业的“医靠”,医疗服务有了温暖的“青春视角”。

青春聚力 携手成长

作为大学青春健康同伴社的一名青年志愿者,贵州师范大学的邱程雨投身青春健康工作始于童年一堂仓促的课。小学时,五六年级的女生被召集到学校报告厅,听一堂关于身体的课。对于老师讲的内容早已记不清了,只记得回到教室后,男生们好奇地追问:“你们去干什么了?”邱程雨和身边的女同学不约而同地陷入了沉默,甚至感到羞耻。那一刻,深深的疑问埋在了她心里:既要学习保护自己,为什么男孩们不需要知道?为什么关于身体与健康的知识,却说不出口?

正是这些疑惑与思考,让邱程雨后来在大学青春健康同伴社面试被问到“是否愿意公开讨论性与生殖健康”时,毫不犹豫地回答:“我愿意公开讨论,并且我觉得我们必须坦然谈论。”由此,她从讲座的一名听众,成为克服紧张站上讲台的一名同伴教育主持人,后来成为青少年宣教活动的一名策划人,一步步成长。

青年在场本身就是力量、是方法,更是答案。邱程雨说:“青春健康工作是一条守护成长的道路,青年不应只是被动的接受者与旁观者,而应是积极的建设者与行动派。”在她看来,青年可以用更科学、更耐心的方式与长辈沟通,消除隔阂;也应主动走近更年轻的弟弟妹妹,在他们价值观形成之

初就播下健康、平等、尊重的种子。

自2017年以来,贵州师范大学青春健康同伴社累计举办活动400余场,在年复一年的行动与传承中,同伴社从50余人发展为核心成员逾200人,覆盖全校的组织,也让“青春健康”成为校园里一个可知、可感、可参与的品牌活动。

专注于青少年性与生殖健康教育的青年志愿者组织——中国青年网络,曾联合有关单位做了一个关于全国大学生婚育观念的调查。调查显示,近年来,大学生的婚恋观在变化,而且变化得很快。对于新时代的青年人来说,恋爱不只是心动,更是沟通与协商;亲密关系不只靠感觉,更需要边界;生育不只是行为,更需要科学的知识与社会的支持。

中国青年网络志愿者黄志宏认为,在此背景下,青春健康工作的意义正在被重新放大。“它不仅是在传播知识,更是在提升青年人的生活能力;不仅服务当下的校园,也在为未来的家庭和谐、下一代的健康奠基。”黄志宏说,“我们在校园里做的每一次同伴教育、每一次咨询服务、每一次能力培训,最终都会助力提升青年人的人生质量,汇入社会的健康底座。”

沟通的“远征”还将继续

随着社交媒体、短视频和直播的流行,越来越多的“软色情”信息在虚拟世界里悄然溜进未成年人的视野。青春期的孩子具有爱冒险、喜欢尝试新鲜事物的特点,如果没有科学性的教育,他们很容易在网络信息诱惑下

出现性冒险行为。

“性教育我们知道,但怎么跟孩子说呢?”“孩子本来没开窍,教了以后会不会让孩子更好奇?”当下,很多老师、家长已经意识到性教育的重要性,但不知道怎么讲,讲的时候怎么把握尺度。

国务院印发的《中国儿童发展纲要(2021—2030年)》明确提出,要将性教育纳入基础教育体系和质量监测体系,增强教育效果。

吉林省北华大学学生工作处副处长、学生心理发展指导中心主任车兴隆还记得2016年第一次接触青春健康工作时的疑惑:在北方高校普遍缺乏系统性性健康教育的背景下,如何引入这个略显敏感的话题,如何把握内容的尺度,如何获得学生的认同。

后来,北华大学以心理育人与青春健康融合为主线,搭建内容体系、健全机制、打造队伍、拓展阵地、创新形式,2016—2025年组织同伴教育2200余场,实现2018—2025级大学生全覆盖;开展青春健康大讲堂150余场,科普宣传活动100余场,服务学生12万余人次。依托省级示范基地,北华大学通过承办5期省内高校同伴教育主持人培训营、共建吉林青年网络等方式,带动省内30余所高校参与项目,有效提升吉林省大学生性与生殖健康认知与行为素养。

“坚持‘以学生为中心’,发挥学生工作垂直管理的优势,从最初小心翼翼地摸索,逐步走上体系化、品牌化全覆盖的发展道路。学生参与青春健康活动的积极性上来了,谈性色变的羞涩越来越少了;学生关注青春健康的意识上升了,非意愿妊娠事件几乎没有了;学生的防艾知晓率显著提高了,市内高校感染率呈现下降趋势。”车兴隆说。

知民俗 过腊八

1月26日是腊八节。江苏省连云港市东海县房山镇中心幼儿园开展“识五谷、知民俗、迎腊八”主题活动。小朋友们在老师的指导下,参与辨识腊八粥食材、制作腊八五谷盆、腌制腊八蒜、品尝腊八粥等多项民俗文化体验活动,了解腊八节深厚的民俗文化底蕴,感受中国传统文化的独特魅力。通讯员张正友 陶梦莹 特约记者程守勤 摄影报道



首部民族医药疾病分类国家标准发布

本报讯 (记者吴少杰)近日,市场监管总局(国家标准委)批准发布《藏医疾病分类与代码》(GB/T 46946—2025)推荐性国家标准。该标准由国家中医药局组织起草,是我国民族医药领域首部疾病分类国家标准,将自4月1日起正式实施。

《藏医疾病分类与代码》遵从藏医学理论体系,满足藏医临床诊断需求,将藏医疾病分为三大基因病等15大类和隆病等97个细类,并编制了藏医疾病名术语与分类代码表,规定了3000多种疾病的代码、藏医疾病名及其汉名。该标准的出台标志着藏医药标准化建设迈出关键一步,对藏医医疗服务的规范化、科学化发展具有重要意义。该标准统一疾病名称体系,有效解决藏医药存在

的“一病多名、同病异名”等问题,为临床诊断、学术交流和医疗管理提供统一依据;突出藏医临床特色,系统梳理和体现藏医优势病种,有助于发挥藏医药在特定疾病防治中的独特作用;支撑医疗质量管控,为藏医医疗服务质量控制、效果评价与管理监督提供科学的监测指标;促进数据平台建设,为构建藏医药大数据平台奠定基础,同时也可为民保结算、卫生统计等信息化工作提供可靠数据支撑。

“河南中医药法规标准库”小程序上线

本报讯 (特约记者李季 通讯员刘旸)近日,“河南中医药法规标准库”微信小程序上线。用户仅需扫码,即可查询中医药相关法律法规、标准、政策文件等。据悉,该小程序由河南省卫生健康技术监督中心依托河南中医药大学第一附属医院、南阳市张仲景研究院开发。

据介绍,用户还可关注“河南卫生监督”微信公众号,通过“服务”菜单中的“速查询”检索查询“河南中医药法规标准库”的各项信息。“河南中医药法规标准库”微信小程序中还设置案例分析专题,上线了2025年以来中医药领域的卫生监督执法案例分析,为全行业从业人员提供借鉴。

本报讯 (特约记者衣晓峰 董宇翔)受黑龙江省卫生健康委委托,由黑龙江省医院临床营养科牵头起草的《严寒地区慢性病患者营养干预指南》,日前经黑龙江省市场监管局批准发布。《指南》明确了严寒地区慢性病患者营养干预的总体原则,即培养良好饮食习惯、合理搭配膳食、有效管理体重、共性与个性相结合。黑龙江省冬季漫长寒冷,最低气温经常达零下30摄氏度以下。低温

环境不仅导致人体代谢速率、免疫功能发生变化,还会影响到居民饮食结构——冬季高热量、高脂肪、高盐食物摄入增多,蔬菜瓜果种类相对单一,这些因素都加大了慢性病防控难度。此前,我国慢性病营养干预相关规范多为通用性标准,缺乏针对严寒地区特殊气候、饮食习俗的针对性指导。《指南》提出的干预流程包括:首先,依据《临床营养风险筛查》(WS/T 427—2013),采用NRS2002量表进

行营养风险筛查,总评分≥3分者需开展进一步营养评估,总评分<3分者每周重复筛查;其次,结合主观整体评估、患者主观整体评估等多种方法,综合患者既往病史、体格检查、实验室结果及饮食习惯等信息,进行营养评估;最终,依据国际疾病分类做出精准营养诊断。在核心干预措施上,《指南》既制定了通用性要求,也针对不同慢性病类型给出差异化方案。通用性要求

包括制定个体化能量平衡计划、保证膳食多样化、调整宏量营养素比例以及限制钠盐、添加糖、反式脂肪酸摄入,避免饮酒等。针对心脑血管疾病患者,重点在于改善血压、血脂和心脏负荷,推荐高粱米、芹菜、冷水鱼、黑木耳等富含膳食纤维和n-3多不饱和脂肪酸的食材;恶性肿瘤患者需补充充足能量与蛋白质,减轻治疗副作用,猴头菇、大豆制品、小浆果等均为优选食材;慢性呼吸系统疾病患

重庆重点培育智慧医疗装备产业

本报讯 (特约记者欧阳方怡 喻芳)重庆市政府近日印发的《重庆市智慧医疗装备产业创新发展行动计划(2025—2027年)》提出,将智慧医疗装备产业作为战略性新兴产业进行重点培育,力争全市智慧医疗装备制造产值年均增长60%以上,2027年产值超过300亿元,形成一批具有国际竞争力的领军企业和拳头产品。

《行动计划》将发展重心锚定高端医疗设备、高值医用耗材、高效体外诊断和人工智能医疗器械四大前沿领域。其中不仅包括超导磁共振、手术机器人、脑机接口等高端治疗装备,也涵盖人工心脏、3D打印植入产品、新型分子诊断试剂、AI(人工智能)辅助诊断软件等创新方向。

重庆市计划推出一套政策“组合拳”。在研发与产业化环节,当地政府将对取得重大突破的创新产品给予高额奖励,其中对新获批并产业化的第三类医疗器械,单张注册证最高可奖励300万元。行政审批流程将大幅优化,第二类医疗器械产品平均审评时限计划从60个工作日压缩至40个工作日。

在市场准入与应用推广方面,重庆市将建立创新产品快速入院机制。相关部门将制定并动态更新《重庆市智慧医疗装备创新产品目录》,设立专属挂网采购通道,并推动医疗机构优先配备使用。

在金融支持方面,《行动计划》明确,设立总规模2亿元的种子基金,优先支持智慧医疗装备领域科技企业和团队,推动相关科研成果转化应用。设立市级智慧医疗装备产业投资母基金,强化与集聚区、企业和社会资本合作,打造100亿元智慧医疗装备产业基金群。

《行动计划》强调,推动医工融合创新。鼓励医疗机构、高校、科研院所与企业组成联合体,共同开展技术攻关和产品转化。

青海公布新版牦牛生乳食品安全标准

本报讯 (特约记者吴黎)近日,青海省卫生健康委发布修订后的《食品安全地方标准 牦牛生乳》。该标准是青海省食品安全领域的强制性规范,旨在进一步规范牦牛生乳生产经营行为,提升产品质量,推动牦牛乳产品标准化、规模化发展。该标准将自2月20日起正式实施。

标准内容包括范围、规范性引用文件、术语和定义、技术要求、采样、运输和保存5个部分,为牦牛生乳的生产、加工、检验和监管提供了统一、科学的依据。此次修订突出了青海牦牛生乳的特色品质;更新了规范性引用文件,同步最新国家标准方法;删除“感官要求”中的“杂质”项目,优化检测体系;针对性新增“共轭亚油酸”指标,并明确规定其含量不低于400毫克/千克,凸显青海牦牛乳的营养特质与地域优势,为产业差异化发展奠定标准基础。

海南首家外商独资医院挂牌运营

本报讯 (特约记者刘泽林)随着海南自由贸易港全岛封关运作,海南省首家外商独资医院——博鳌富隆医院日前在博鳌乐城国际医疗旅游先行区挂牌运营。

据悉,博鳌富隆医院由新加坡富隆集团投资设立。作为扎根抗衰医疗与高端健康服务的全球化投资集团,新加坡富隆集团依托自身资源优势 and 乐城先行区特许政策,引进欧洲国家、澳大利亚等地先进医疗技术,开展长寿科技医疗服务,助力海南自贸港培育“高端医疗消费”新增长点。

者宜采用“高脂肪、低碳水化合物”膳食模式,少量多餐,冷水鱼、乳制品、松子等是推荐选择;糖尿病患者则需严格管理总能量及碳水化合物摄入,优先选择全谷物、杂豆、刺五加等低血糖生成指数食材,定时定量进餐。

为确保干预效果可持续,《指南》还强调个体化营养教育的重要性,要求医疗机构结合患者疾病状态与医疗方案,开展有针对性的饮食指导;同时通过定期随访跟踪患者营养状况,动态评价干预效果并持续改进服务。黑龙江省医院临床营养科负责人李雨泽表示,《指南》的实施有助于规范基层医疗卫生机构的营养干预服务,帮助患者及其家属掌握科学饮食知识,形成“医疗+营养”协同的慢性病管理模式,对降低严寒地区慢性病复发率、提升患者生活质量具有重要的现实意义。