

织密儿童青少年健康守护网

□本报记者 赵星月 张丹
摄影报道

4月28日,“做‘五健’少年 筑健康中国”主题宣传倡导活动暨儿童青少年“五健”促进行动启动仪式在京举行。此次活动由国家卫生健康委、中国疾病预防控制中心、中国人口福利基金会公益支持,旨在面向全社会启动儿童青少年“五健”促进行动,推动将“稳体重、亮眸、暖心扉、挺脊背、美皓齿”的健康理念融入学校教育、家庭生活和社会服务全过程,促进儿童青少年身心健康。

家校医社 同心共护

2025年12月,国家卫生健康委联合12部门印发《儿童青少年“五健”促进行动计划(2026—2030年)》。《计划》聚焦体重、视力、心理、骨骼、口腔5个健康领域,提出坚持预防为主、多病同防共管、相关部门协同发力、社会各界共同参与,推动建立“医校协同、医体融合、家校共育、社会共治”工作机制。

启动式上,国家卫生健康委和相关部门代表点亮了象征体重健康、视力健康、心理健康、骨骼健康、口腔健康的五色花朵,寓意为多方合力守护儿童青少年健康。来自医学界、教育界、家庭、媒体、社会组织的代表和儿童青少年代表,共同发布《“五健”同行 守护者倡议》,号召全社会齐心协力,做儿童青少年健康的守护者。

“五健”的种子如何从政策文件中破土而出,真正扎根于校园、家庭与社区的沃土?在现场播放的3段短片中,上海市、河南省、陕西省给出了鲜活生动的地方答卷。

在上海市,落实儿童青少年“五健”促进行动是一项精密运作的系统工程。该市通过深度整合多方资源,构建起覆盖儿童青少年“五健”的全链

条健康管理服务体系,并通过“五个一”模式强化落地。“五个一”即:健康筛查一体化进校园,将“五健”筛查打包送进学校,使健康监测成为校园日常;学生数据“一站式”采集,用数字化手段记录孩子每个阶段的健康数据,实现风险早预警;诊疗干预“一门式”服务,分类别开通诊疗绿色通道,使优质医疗资源高效可及;校园卫生“一校一长”,推行健康副校长(园)长制度,使卫生专业力量下沉校园;健康宣教一套课程,全学段开设健康科普课程,将健康素养培育深度融入教学与日常生活。

在河南省,儿童青少年“五健”促进行动被纳入“便民利民微改革”事项,写入2026年河南省卫生健康系统10件惠民实事清单。该省开展“一路童行 护幼成长”健康科普“五进”行动;推行健康副校长(园)长制度,将健康管理深度融入教学、体育、膳食各环节;要求医疗机构开设日间门诊、夜间门诊,落实5类健康问题的初筛免费、复筛费用减半政策。针对儿童青少年共性病种,医院开健康处方,学校抓习惯养成,家庭做日常管护,实现多病同防目标。

在陕西省,卫生健康与教育部门以“健康开学第一课”等方式,推动健康教育入园、入校、进社区。自2025年以来,累计开展科普活动8500余场,惠及300余万名师生、家长;开展学生健康筛查239万人次,并在932所学校常态化开展健康监测,实现健康隐患早筛查、早发现、早干预。在学校督促、家庭配合、专业医疗支撑与社会力量参与的多元联动下,该省儿童青少年逐渐告别肥胖困扰,0~6岁儿童眼保健和视力检查覆盖率达97%,儿童口腔疾病综合干预项目稳步实施,多部门搭建的社会心理关爱网络日益健全,脊柱健康评估与矫正指导定期开展。

破除误区 早行一步

“孩子胖点有福气,长大抽条就瘦



活动现场发布《“五健”同行 守护者倡议》,号召全社会齐心协力,做儿童青少年健康的守护者。

了”“眼镜越戴度数越深”“乳牙蛀了不用管,反正要换新牙”……针对这些在家长群中流传甚广的说法,5位权威专家在现场逐一给出专业判断。

不少老年人喜欢把孩子养得白白胖胖。首都儿科研究所所长助理、保健中心主任王琳直言,这句话一半是祝福,一半是误区。她解释,人体脂肪细胞的数量主要在儿童期和青春期前决定。青春期后,脂肪细胞数量基本固定,小时候攒下的“脂肪仓库”越满,长大减肥就越困难。王琳建议家长对孩子做到“管、动、查”:管好饮食结构,控制含糖饮料;保证孩子每天至少累计1小时中高强度运动;定期监测孩子身高体重,出现问题早干预。

孩子近视了,眼镜该不该戴?很多家长担心戴上就摘不下来。首都医科大学附属北京儿童医院眼科主任李莉回应:“错误认知,误导家长。”她指出,已近视的孩子如果长期不戴眼镜,会不自觉地眯眼、歪头、趴着看书,加重眼睛调节负担和视力疲劳,导致度数增长更快。戴上度数合适的眼睛,孩子看得见、坐得正,有利于控制度数发展。

有些家长认为,孩子吃穿不愁,不会有心理问题。北京大学第六医院儿童心理中心主任刘清表示,孩子的心理问题或障碍表现在多个方面,如过度焦虑、恐惧或抑郁等。当孩子的心理问题达到障碍程度时,会影响上学等社会功能,甚至造成自我伤害。以抑郁为例,如果抑郁情绪没有明确诱因,或情绪反应程度明显重于原因所导致的程度,且持续存在,影响社会功能,就提示需要及时寻求专业帮助。求助途径包括学校心理辅导室、心理热线、医院的心理行为发育或精神心理相关科室。

很多家长担心书包太重会压出脊柱侧弯,市面上也涌现出各类“护脊书包”。北京大学人民医院脊柱中心主任刘海鹰给家长吃了一颗“定心丸”:书包不是结构性脊柱侧弯的元凶。脊柱侧弯的成因复杂,主要与遗传、激素水平、神经调控、骨骼肌肉发育异常等因素有关。长期书包过重或背单肩包可能造成姿势性脊柱侧弯,但这种影响是暂时性的,放下书包后即可恢复。至于“护脊书包”,刘海鹰直言,再贵的书包也只能起到辅助减负作用。

与其花大价钱买“黑科技”书包,交“智商税”,不如每天陪孩子运动半小时到一小时。

“乳牙反正要换,蛀了没关系”——这是不少老一辈的口头禅。中华口腔医学会名誉会长俞光岩用一句话回应:“错,而且错得很严重。”他解释,乳牙根尖下方就是正在发育的恒牙胚,乳牙的炎症会直接“传染”给恒牙,可能导致恒牙长出来就是坏的、歪的,甚至长不出来。此外,乳牙还具有“占位”功能,过早脱落邻牙会挤占空间,导致恒牙萌出时排列不齐、拥挤。

专家一致表示,儿童青少年健康管理没有“侥幸”二字。对于体重、视力、心理、骨骼、口腔问题,科学认知和早期干预永远胜于“等等看”的心态。

活动尾声,中国中医科学院中药信息研究所养生保健技术研究室副主任孙晓峰携北京市海淀区西苑小学学生,献上了一场别开生面的八段锦表演。孩子们身姿如松,招式行云流水,一呼一吸间尽显少年的蓬勃朝气,为整场活动画上了充满生机与活力的句号。

云南去年报告新发职业病
同比下降34.4%

本报讯(特约记者李歆 通讯员白雨澄)近日,云南省卫生健康委、省疾控局等在昆明市举办职业病防治法宣传周(云南站)启动仪式。记者从现场获悉,近年来,云南省各地持续开展重点行业职业病危害专项治理,劳动者职业健康水平稳步提高。2025年,云南省报告新发职业病同比下降34.4%,未出现重大急性职业病危害和群体慢性职业性化学中毒事故。

云南省累计将尘毒噪声严重危害行业领域的1829家企业纳入专项治理范围,职业健康检查率、监测岗位合格率、职业病危害申报率、职业健康培训率均超过95%;共建成16家尘肺病康复站,129个县(市、区)实现公立职业健康检查机构全覆盖;实施年度重点职业病及危害因素监测,共为13714名中小微企业接洽劳动者开展免费职业健康检查;持续深化职业健康保护行动,将职业健康融入“体重管理年”活动、“精神卫生服务年”行动。

据悉,2026年,云南省将继续开展“职业健康风险防控年”活动,实施职业健康强基固本行动,深入开展职业健康为民服务活动,强化职业人群健康服务。

安徽扩大职业病防治法 宣传覆盖面

本报讯(特约记者周海蕾 通讯员张芸)近日,2026年安徽省职业病防治法宣传周启动仪式在蚌埠市举行。此次活动由安徽省卫生健康委、省民政府、省人力资源社会保障厅、省医保局、省疾控局和省总工会联合主办。

启动仪式上,2025年蚌埠市“职业健康达人”名单公布并进行现场颁奖,蚌埠市职业病防治院和当地企业代表分别宣读职业健康倡议书,职业病防治法解读、职业健康科普宣传及义诊等活动同步开展。此次活动采取线上直播、全省同步联动的形式开展,通过多平台、多渠道扩大宣传覆盖面,累计参与人次达20万。

据悉,下一步,安徽省将聚焦重点人群、重点岗位和重点行业领域,持续加大职业病防治法宣传普及力度,积极营造懂法守法、守护健康的良好氛围,依法依规开展职业病防治工作,切实保障劳动者健康权益。

专题

康复大学青岛中心医院由青岛市中心医院、青岛市肿瘤医院、青岛市职业病防治院整合组建。医院始建于1953年,作为曾经的行业医院,承载着纺织工人的健康期盼,后因肿瘤诊疗而迅速发展。2023年12月,医院成为康复大学直属附属医院,标志着这所拥有70余年底蕴的医院开启了从传统综合医院向现代化、研究型、康复特色鲜明的区域医疗中心转型发展的新征程。

以工匠精神推动学科建设

作为曾经的青岛纺织医院,康复大学青岛中心医院发展的血脉中贯穿着精益求精、求真务实的工匠精神。这种精神薪火相传,如今成为医院攻克疑难重症、攀登技术高峰的底气。医院聚焦学科建设,逐步构建起国家级胸痛中心、卒中中心、心衰中心等多个诊疗中心集群,在肿瘤、心脑血管疾病诊疗及神经外科等多个领域实现技术突破,成为区域疑难重症诊疗的重要力量。

在肿瘤诊疗领域,医院持续为青岛市及周边患者提供优质的肿瘤诊疗服务。医院拥有速锋刀、PET-CT、螺旋断层放射治疗系统(TOMO)等先

进诊疗设备,构建了涵盖肿瘤内科、放疗科、肿瘤综合治疗科及21个肿瘤外科的学科群,形成“预防—筛查—诊断—治疗—康复—随访”全链条肿瘤防治体系。医院建立了20余个名家专病工作室,柔性引进中国医学科学院肿瘤医院、北京大学肿瘤医院等知名医疗机构专家资源。同时,医院建成院士工作站,聘请中国工程院院士于金明进站指导,让青岛百姓在“家门口”就能获得优质的诊疗服务。医院年均收治肿瘤患者超3万人次,疑难复杂肿瘤诊疗水平稳居青岛市前列。

在卒中救治领域,作为国家级卒中中心、环胶州湾卒中救治体系牵头单位,医院的卒中救治能力始终保持在国内领先水平,累计完成介入取栓手术1500余台次。

在心血管疾病诊疗领域,医院

紧扣患者需求,推动技术迭代升级,让诊疗更具人文温度。2025年,医院心血管病诊疗团队成功为房颤患者张先生植入新型主动螺旋固定无导线起搏器。仅有胶囊大小的起搏器通过微创术式被植入患者心脏,实现无导线、无囊袋植入,其独特的主动螺旋固定与可取出等特性,为类似患者提供了新的治疗选择。

在脑科学领域,医院的技术突破同样令人瞩目。2025年,医院神经外科主任医师峰峰带领团队完成了脑机接口8触点双靶点脑起搏器手术,成功为一名饱受帕金森和“冻结步态”困扰的患者解除了痛苦。今年4月,医院脑机接口门诊正式开诊,标志着医院神经调控技术迈上新台阶,让脑部疾病患者有了更多治疗选择。

以流程优化提升就医体验

近年来,医院聚焦群众看病就医难题,在流程上开展多个条线的自我优化,用细节优化提升患者就医体验。

破解停车难问题是医院改善就医体验的首要突破口。医院将职工车辆疏导至院外指定停放区域,将院内200余个车位留给患者及家属使用。医院购置了爱心助力车,安排专人驾驶,穿梭于院区与地铁口之间,用于接送患者及家属,解决就医路上“最后一公里”难题。

自2023年起,医院将门诊开放时间从8点提前至7点30分,每天

新增300个号源,减少患者排队等待时间。在此基础上,医院相继推出中医延时门诊、周末无痛胃肠镜、夜间专科门诊等服务,让患者能够更加灵活地安排就医时间。

为了让肿瘤患者得到更加方便的诊疗服务,医院开设了日间化疗病房。病房实行“走读式”化疗模式,即患者白天来医院进行化疗,治疗结束后当天晚上即可回家休息,出院时在病区即可完成所有手续的办理,真正实现“数据多跑路,患者少跑腿”。

医院以“互联网+医疗健康”为抓手,全面推进智慧医院建设,实现预约挂号、在线缴费、报告查询、医保结算、健康咨询、复诊配药等全流程线上办理,年均线上服务量超过50万人次。医院开通了24小时在线问诊平台,让患者足不出户即可享受三甲医院专家诊疗服务。医院引入人工智能(AI)辅助诊断系统、医学影像云平台、智能药房、自动发药机等设备,将影像诊断准确率提升至98%以上,药房取药等待时间缩短至5分钟以内,用智慧化服务提升患者就医体验。

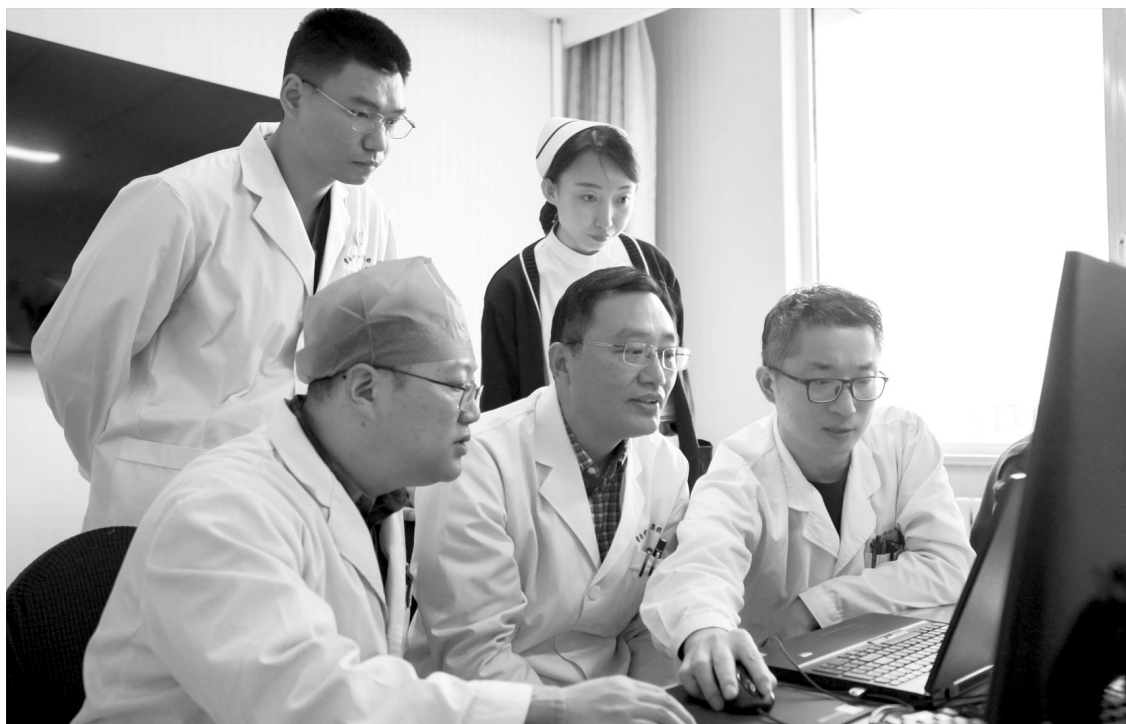
以公益为本惠及更多群众

医院始终坚守公立医疗机构的公益属性,跳出疾病治疗的单一维度,不断延伸健康服务触角,将健康服务送到群众身边,用责任与担当诠释医者初心。

2024年夏天,医院组织专家在下班时间走进社区,开设“健康夜市”。专家们变身“摊主”,为居民送

风起微澜 吹送健康入万家

——康复大学青岛中心医院高质量发展撷萃



神经外科团队进行病例讨论

上专业的健康服务,讲解常见疾病的预防措施、老年患者的护理要点、急救知识等内容,累计服务群众数千人次。

2025年9月,医院北部院区启动试运行,结束了青岛市李沧区没有三甲综合医院的局面。医院北部院区实行“同专家、同管理、同质量、同服务”的管理模式,由本部专家常态化驻点开展坐诊、手术等,让北部城区群众在“家门口”就能享受到高水平、同质化的医疗服务。

医院健康管理中心同时拥有职业健康检查与普通健康体检资质,承担着全国消化道肿瘤筛查及早诊早治项目,以及青岛市上消化道癌筛查、育龄妇女“两癌”筛查等重大公共卫生项目。近年来,医院累计开展各类健康体检、癌症筛查超30万人次,发现早期癌症及癌前病变患者500余例,实现早发现、早诊断、早治疗。同时,医院组织专家深入学校、企业、乡村,开展义诊、健康讲座、急救培训等公益活动1000余场,用实际行动守护区域群众的身心健康。

2024年,医院二期改扩建项目正式动工。新建的综合病房楼采用“模块化”设计,每个护理单元都设有独立的患者活动区和家属等候区。医院创新设计了“医疗主街”概念,通过宽敞明亮的室内走廊连接门诊、医技、住院三大功能区域,以提升诊疗效率。同时,项目着力完善适老化、适儿化、无障碍设施,引入更先进的智慧化导诊、自助服务、智能药房等系统,进一步优化就医流程,增强群众就医获得感、幸福感、安全感。

风起胶州湾,奋斗正当时。这所拥有70余年历史底蕴、充满创新活力的医院,正以昂扬的姿态、务实的作风、有力的举措,为助力健康青岛建设作出新的贡献。

(周娜)

图片由康复大学青岛中心医院提供