

聚焦儿科和精神卫生服务年

专业赋能 筑牢社会心理健康长城

□本报记者 刘嵌玥
通讯员 邓盛强 陈识

近日，国家卫生健康委等4部门印发《“儿科和精神卫生服务年”行动方案（2025—2027年）》，明确要求组织开展主题巡讲，加强心理健康科普宣传，定期举办面向机关、企业、学校的心理健康知识讲座，引导公众认识到精神疾病可防可治，逐步减少社会歧视和病耻感。

在健全社会心理服务体系的过程中，各地精神卫生中心纷纷化被动为主动，深化机构协作，放大专业队伍优势，拓展心理健康和精神卫生服务半径，为百姓筑牢心理健康长城。

搭建协作桥梁

近日，一场以“如何与父母谈笑风生”为主题的心理讲座在湖北省武汉市友谊路小学举行。湖北省武汉市精神卫生中心（武汉市心理医院）专家通过图文教学，向学生们传授与父母有效沟通、和谐相处的技巧。这是当地实施医教结合的一个日常场景。

“目前，中小学心理健康工作存在对学生心理问题识别能力不足、转介不够通畅、干预不够及时、心理援助协同性不足等问题，并且专职心理教师数量不足，家长心理健康意识不足，医疗系统、教育系统和社会机构间联络协调机制不健全，资源缺乏有效协同与整合。”武汉市精神卫生中心院长钟宝亮指出，这些问题严重制约了儿童青少年心理问题的早期识别、精准干预与随访支持。

为此，自2021年起，武汉市精神卫生中心联合市教育科学研究院，在卫生健康部门、教育部门的指导下启

动武汉市中小学生学习心理健康促进医教结合项目，探索建立“家校医社”四方联动机制。

一支由武汉市精神卫生中心心理治疗师、精神科医师等组成的专业队伍进驻试点学校，担任“心理健康副校长”，通过心理健康动态监测、搭建就诊“绿色通道”、心理危机干预协同响应、教师心理技能培训督导和心理健康科普宣教等举措，加强儿童青少年心理问题和精神障碍的预防与干预。

钟宝亮介绍，该中心与高校联合开发心理筛查量表及心理测评云平台，精准识别有心理问题风险的学生。项目试点3年来，对10所学校的2万余名学生、家长、教师进行了立体测评，并分级、分群形成个体和总体心理测评报告，反馈给学校。

根据测评结果，由精神卫生专家协助学校制订不同风险群体分级、分类干预方案，集合多方力量开展心理健康促进工作。其中，高风险学生由精神科医生、心理治疗师进行评估、诊疗与定期随访管理，目前已完成200余名高风险学生的专业评估，并对90%的人实现跟踪随访。“最终要形成让有心理问题的儿童青少年识别得准、通过‘绿色通道’转介得快、在医疗机构治疗得好、康复后返校顺利的良好闭环。”钟宝亮介绍。

青少年心理健康防护墙的搭建，仅靠精神卫生专科医疗机构难以实现，需要形成强大合力。2024年9月，广东省佛山市顺德区精神卫生中心（顺德区第四人民医院）牵头组建顺德区未成年人心理异常防治管中心，针对该区40多万名在校学生，建立健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置“四位一体”工作体系，充分发挥校园心理老师的触达能力、镇街共体的医疗服务能力以及防治管中心的统筹指导能力，开展未成年人心理异常

的防治管工作。

“基层精神卫生专业力量薄弱。为此，我们将人员培训作为重点，举办校园心理危机干预和心理测评培训班，提升健共体精防医生、心理治疗师、学校心理老师等的服务能力。此外，在镇街健共体建立精神卫生分中心暨心理危机干预分中心，每周派出资深专业人员下沉指导，不断壮大基层服务队伍。”顺德区精神卫生中心党委书记李耀东说。

破除认知误区

“心理疾病是软弱或性格缺陷的表现”“性格开朗的人不会患抑郁症”“寻求心理咨询是丢人的事”……这些对于心理问题的错误认知，在李耀东看来，是心理筛查阳性学生得不到及时有效治疗的一大原因。

“与心理筛查阳性学生的家长沟通时，我们发现部分家长不愿接受医生的建议，对心理健康问题存在强烈病耻感，不愿带孩子及时就诊、不同意接受转介干预。所以，让家长乃至教师、学生自身正确看待心理问题、正确理解心理疾病，是防治工作的重点和难点。”李耀东表示，科普是破除认知误区的关键。

针对不同群体，顺德区精神卫生中心定制不同类型的心理健康科普内容，通过家长会、定期培训等形式，面向家长、学生开展心理科普讲座，提高其对心理问题的识别能力、亲子沟通技巧及心理健康素养水平；通过开展心理培训，帮助老师掌握与学生的沟通技巧，增强班主任与家长沟通的能力及对学生心理问题的识别和处置能力，助力心理老师具备深层次的专业技能。

2024年，顺德区精神卫生中心在全区各中小学共举办20场心理健康

讲座，开展未成年人心理线上课堂5场，创作未成年人心理科普短视频12条，同时制作儿童、青少年、医校融合心理科普宣传小册、折页1.2万份，心理健康科普累计惠及约4.6万人次。李耀东发现，随着科普宣传的广泛铺开，家长对于心理问题的认知度逐渐提升。

为了让公众认识到心理健康问题的复杂性和可干预性，同时摒弃偏见，以科学态度促进个体与社会整体心理健康水平的提升，武汉市精神卫生中心在2024年组建科普讲师团，深入机关院校等场所，面向公众开展心理健康科普。

在一次讲座中，一名职场人士第一次意识到他长期的易怒并非性格问题，而是慢性压力和睡眠不足引发的焦虑反应。通过后续参与心理咨询，他学会每天下班后进行10分钟“正念冥想”放松训练，并用认知行为法分析自己的认知偏差。与同事沟通时，他也学会了使用“我感觉这个方案还不够成熟”而不是用“你这做得不对”的表达方式。3个月後，他的睡眠显著改善，焦虑感降低。他在工作不再频繁发火，开始倾听同事建议，同事也开始愿意主动与其沟通。他的家庭关系也有所好转，妻子发现他“脾气小了很多，回家能陪孩子写作业了”。

“过去一年，科普讲师团深入机关院校举办了97场科普活动和线上讲座，覆盖群众达124.9万人次，直接促成百余人次就诊咨询。心理问题不再是‘隐秘的角落’，正一步步从‘被看见’走向‘被解决’。”钟宝亮说。

守护重点人群

“老年人处于脑功能衰退期，且常

面临社会角色的转变与慢性病困扰，是心理健康促进的重点目标人群。”钟宝亮指出，由于社区老年人心理服务覆盖率不高及病耻感，老年人往往通过“胃疼”“忽冷忽热”等身体不适表现情绪问题，躯体化表达占比超60%，情绪问题识别率仅为34%。

针对老年群体开展早期干预，不仅能够使老年人自身获益，还具有显著的社会效益。

钟宝亮介绍，自2024年起，湖北省以老年痴呆（阿尔茨海默病）防治为切入点，首选武汉市、襄阳市、宜昌市、荆州市等8个城市的25个社区（村）开展防治促进行动试点，探索构建家庭、社区、医疗机构、养老机构、社会多方联动的“防、筛、转、治、管”模式，通过建立健全老年痴呆防治服务网络，切实有效降低老年群体认知功能减退和罹患痴呆的风险，促进健康老龄化。

“作为省级老年痴呆防治指导中心，我们充分发挥精神心理专科的优势，通过制订并组织实施老年痴呆防治计划和方案，对基层医务人员开展能力提升培训，组建老年痴呆防治专家库，每年对各地市（州）开展技术指导，不断提升基层老年痴呆防治服务能力。”钟宝亮说。

与此同时，武汉市精神卫生中心联合养老助残服务中心，在武汉市江岸区红桥社区每月定期举办“老年痴呆防治促进行动之家属联谊会”，通过知识讲座、手指操、椅上瑜伽等活动，向居民普及老年痴呆防治知识，并为照护者提供认知激活、情绪管理等技能培训。

“我们希望发挥专业力量的作用，帮助公众科学认识阿尔茨海默病，理解阿尔茨海默病患者，提升患者生活质量，缓解照护者压力，增强照护信心。”钟宝亮说。

为农村老人免费体检

5月8日，山东省菏泽市鄄城县郑营镇卫生院医务人员走进刘庄村卫生室，为刘庄村65岁及以上老人提供免费健康体检服务。此次体检涵盖血常规、尿常规、心电图、腹部B超等多个项目，确保全面评估老年人的健康状况。

通讯员田卫涛
本报记者黄涛
摄影报道

全面筑牢基石 共绘健康乡村图景

（上接第1版）

形成全社会共同参与的合力

健康乡村建设行动需要全社会共同参与。据悉，行动从个人和家庭、社会、政府角度分别明确各方职责、任务。

在个人和家庭层面，行动提出了主动获取健康知识和技能、培养健康生活方式和科学就医习惯、改善居住环境建设健康家庭等3项任务。在社会层面，行动提出了推进健康自治、推动健康文化传播、鼓励丰富志愿服务等3项任务。

这与推动形成共建共治共享的社会治理格局不谋而合。“在推进健康乡村建设行动进程中，我们必须树立并践行个人是自己健康第一责任人的理念，倡导推动个人和家庭积极做健康政策的响应者、卫生健康和公共卫生服务的受益者、健康理念的传播者、健康环境的维护者。”国家卫生健康委项目资金监管服务中心相关负责人表示。

在政府层面，行动提出推进县域内医疗卫生资源均衡布局、做强公共卫生服务、构建健康支持性环境、巩固拓展健康扶贫成果等4项任务。

“在行动中，各部门的工作任务和责任分工进一步落实落细。”中国人口与发展研究中心负责人介绍，行动强调各部门协同合作，引导和指导各方力量参与，开展成效监测，及时调整和优化策略措施。比如，对于卫生健康部门，行动提出推进县域内医疗卫生资源均衡布局。一方面，要求加快推进分级诊疗，在布局上明确各级医疗机构职责。推进大病重病在省内解决，一般病在市县解决，头疼脑热在乡镇、村里解决。另一方面，通过上下联动帮扶、人才培养、强化医疗保障等，不断提升县、乡、村三级医疗服务能力等。

“行动还从疾病预防控制角度提出改善内外两方面健康影响因素。”中国人口与发展研究中心负责人指出，一方面，聚焦重点人群、重点疾病，有针对性地开展群众健康教育和健康管理，提高群众健康素养水平。另一方面，通过改善健康环境、推动健康文化传播、促进乡村健康产业发展，改善生产生活环境。

行动的成果要真正让农村居民可感可及，还有许多路要走，也面临不少挑战。专家指出，在建设健康乡村的征程上，要以此次行动为契机，更好地推动各项政策和举措落地见效。

“行动实施过程中要强化与健康中国行动其他专项行动的联动和协同配合，充分发挥政策、资金、技术、资源整合优势，推动健康中国行动在基层的实践落地。”国家卫生健康委项目资金监管服务中心相关负责人表示，要不断健全健康乡村建设所涉及领域的政策体系和机制策略，因地制宜、分类施策，建立跨部门长效沟通机制，加强部门间的协调与合作，形成工作合力。进一步建立和完善健康乡村建设成效的监测制度和指标体系，及时掌握健康乡村建设进度及重点任务落实情况，发挥监测结果的引导和指导作用。

全国整治制售假劣肉制品 专项行动展开

本报讯（记者吴少杰）近日，市场监管总局印发通知，部署开展全国整治制售假劣肉制品专项行动，着力解决肉制品制假售假等人民群众反映强烈的突出问题。

专项行动在5个方面进行重点排查整治。一是重点排查整治生产企业、小作坊采购、使用来源不明、未经检验检疫或者检验检疫不合格的原料肉，以其他畜禽肉生产假冒牛（羊、驴）肉制品等问题。二是重点排查整治城乡接合部、景区周边、大集庙会等重点区域的销售主体，以及烧烤店、火锅店等餐饮服务主体，以低价肉制品冒充高价肉制品、以预制调理肉制品冒充“原切肉”“鲜切肉”等问题。三是重点排查整治网络食品交易第三方平台提供者对平台内肉制品经营行为、经营者发布的肉制品标识信息检查控制度执行不到位，销售页面刊载的信息与实际销售肉制品的标签信息不符等问题。四是聚焦用户多、销量大的平台，紧盯“大V”“网红”带货的肉制品，加大抽检监测排查力度。五是深挖制售假劣肉制品违法违规线索，实施全链条打击，依法严惩重处相关违法违规行为，严格落实“处罚到人”。

市场监管总局鼓励社会各界、新闻媒体加强社会监督和舆论监督，鼓励广大消费者通过全国“12315”平台、“12315”热线向市场监管部门反映制售假劣肉制品问题线索。

河南郑州 常态化开设健康集市

本报讯（记者李季）近日，河南省郑州市“党建引领 医心为民”健康郑州文明实践志愿服务暨健康集市首场活动在郑州市绿城广场启动。即日起至9月的每周5晚，郑州市卫生健康委常态化开设健康集市。在活动期间，有需求的市民可以通过“健康郑州”微信公众号或抖音号留言、私信预约专家。相关专家“接单”后会在健康集市义诊。

当日，来自郑州人民医院、郑州市第二人民医院、郑州市第七人民医院、郑州市骨科医院等19家医疗机构的60多名医疗专家为前来参与活动的市民们答疑解惑。在诊疗区，几名中医师正在为市民们进行舒心活络操、八段锦的教学。中医师们一边示范动作，一边耐心讲解动作要领。旁边的针灸、火龙罐、刮痧等中医治疗区域，也围满了体验的市民。

郑州市卫生健康委相关负责人表示，若市民需要进一步检查，现场专家会发放“绿色就诊卡”，持该卡到医院就诊可免挂号费、免排队。

江苏南通 健康集市亮点纷呈

本报讯（特约记者冯健 通讯员顾湘 林楮）这样的活动太有意义了，既能让我们关注自身健康，又能购买乡村农产品。期待下次更精彩！”近日，江苏省南通市市民刘女士说。当天，由江苏省南通市卫生健康委、市卫生健康发展服务中心主办的健康集市在当地轨道交通1号线文峰站亮相。

在活动现场，来自该市中医院、市中西医结合医院的专家通过把脉问诊、解答咨询等方式，为市民量身定制“养生调理方案”，涵盖饮食搭配、日常作息等。互动体验专区亮点纷呈：在耳穴压豆区域，市民在专业人员指导下排队体验中医服务；在人工智能中医问诊区，古老中医与现代科技结合，带来便捷新颖的健康咨询；参加活动的医疗机构还提供免费的中药咖啡、中药茶饮，吸引市民纷纷驻足品尝。

健康生态农产品展销区也热闹非凡。南通市海安市大公馆姜桥村驻村第一书记、南通市中医院骨科王盛副主任医师、村助农工作队队员们热情推介桑葚黄酒等海安农产品，并附上“养生说明”，让市民吃得健康、明白。

陈晓敏：尽最大努力做更好的自己

（上接第1版）

当时，科室里年轻护士多，整体经验相对不足。我逐一对年轻护士进行带教，每天从早到晚在科室里摸爬滚打。两年多时间里，我基本一两周才能回一次家。在大家共同努力下，重症医学科稳步发展，在院内率先开展盲插鼻肠管、血浆置换等新技术，迅速成为排名靠前的科室。这段充满挑战与奋斗的历程，将永远铭刻在我的记忆深处。

■健康报：多年来，是否有某个与患者互动的瞬间或故事，让您对医者仁心有了全新的感悟？能否分享几个触动您内心的具体事例？

陈晓敏：在医疗这个充满挑战与温情的领域，我经历过无数触动心灵的瞬间。曾有一名重症患者，入院时便有压疮。由于他的病情严重，帮他

翻身成了一项需要十足耐心与技巧的任务，稍有不慎便可能引发他的不适。照顾他的日常起居更是挑战重重，尤其是处理排泄物，气味刺鼻，清洁流程烦琐，但我从未有过一丝犹豫。我时刻关注他的病情，哪怕是最细微的变化都不放过，因为我知道每一次观察、每一个护理动作都能给他带来温暖，帮他树立战胜病魔的信心。

还有一次，一名重症患者要做血滤，血滤过程复杂且风险高，我全程看护，一边密切关注患者的生命体征，一边向年轻护士传授操作要领和注意事项。从如何连接管路到如何应对各种突发状况，我都倾囊相授。护士们逐渐变得自信熟练，在我们的共同努力下，对患者的血滤治疗顺利完成。

这些经历让我明白，护理不仅是一份工作，更是一份用爱与专业守护生命的承诺。每一次为患者换药、每

一个安抚的眼神、每一次对新人的指导，都是我践行这份承诺的注脚。未来的路还很长，我将带着这份初心，继续在护理岗位上发光发热。

■健康报：从护士、护士长、护理部主任到市护理质控中心主任，岗位和身份的变化对您有什么影响？在推动区域护理质量提升方面，您进行了哪些创新实践？

陈晓敏：岗位和身份的转变意味着责任和使命的升级，我的职业追求从专注精进个人技能拓展到提升护理团队综合实力。在成为市护理质控中心主任后，我将目光投向推动全市护理行业的发展上。为推动各医疗机构护理质量和护理管理能力的提升，我每年牵头组织全市培训，帮助护理管理者明确目标、找准方向；多次牵头到全市医疗机构进行护理质量管理专项指导，促进相关政策要求扎实落地；搭建多元化的护理人员学习平台，为大家创造更多学习交流机会，促进知识共享与技能提升。

为提升患者院外护理质量，我以市护理质控中心为依托整合资源，组建PICC（经外周静脉穿刺的中心静脉

导管）输液港规范化维护网络，纳入18家医疗机构作为维护点，患者可通过血管通路维护小程序查找附近的维护点。

■健康报：获得“白求恩奖章”对您来说意味着什么？您是怎么看待这份荣誉的呢？

陈晓敏：“白求恩奖章”于我而言，是至高荣誉。这不仅是对我30年护理生涯的肯定，更是一种强大的精神激励。白求恩医生无私奉献、救死扶伤的崇高精神，一直是我职业生涯的灯塔，引领我不断前行。这份荣誉提醒我，护理工作的价值不仅在于技术的精进，更在于一代代护理人的接力传承。这枚奖章代表着国家对护理工作价值与意义的认可，也让我深知自己肩负的责任重大。

获得“白求恩奖章”是我一个全新的起点。我将以白求恩精神为标杆，持续提升专业水平，精进护理技能，把我的健康需求放在首位。同时，我希望这份荣誉能够激励更多护理同仁，让大家看到护理工作的价值与使命，吸引更多优秀人才投身护理事业，为守护人民健康贡献力量。