

以“健康”为题做好育人大文章

“这样生活更健康”不只是一道考题,它的背后,既有“健康第一”教育政策的落实落细,也有健康科普方式的与时俱进。当学生们提笔书写“健康文章”时,他们已在不知不觉中成为健康生活方式的践行者与传播者。

□乔宁(媒体人)

6月24日,2025年北京市中考开考,语文作文题目之一是“这样生活更健康”。看到这个题目,笔者心头一暖。在中考考场上,让学生们从个人体验出发,思考健康生活的真谛,既是对健康理念的考察,也是一次生动的健康促进。一个作文题,折射出一座城市对青少年健康成长的重视,

也体现了对“健康第一”教育理念的推崇。

近年来,北京市的教育政策“健康底色”更浓了。今年初,北京市教委、市体育局出台《关于进一步加强新时代中小学体育工作的若干措施》,通过打造“能出汗的体育课”等8项举措,推动学生们走到阳光下运动强身。“六一”前夕,北京市委教育科技人才工作领导小组发布《关于促进中小学生身心健康发展的若干意

见》,要求将身心健康贯穿教育教学全过程,提升学生的心理韧性和抗挫能力。从“分数至上”到“健康第一”,是教育初心的回归。作为首善之都,北京将守护学生健康成长放在教育的首位,起到了积极的示范作用。

促进学生健康成长是政府、学校义不容辞的责任,养成健康生活方式则是学生作为“自己健康第一责任人”的义务。在学生心里种下重视健康的种子,让他们主动浇水施肥,将它培养成润泽一生的参天大树,正是青少年健康促进和教育工作的目标。在这一理念的指引下,北京市正打造身心健康育人的新样态。中关村第二小学、北京市第九中学等20所中小学入选北京市首批健康学校建设单位,构建融运动、卫生、心理、营养为一体的“大健康”教育模式;

一大批中小学将“健康副校长”请进校园,“健康课堂”开展得有声有色;北京市育英学校食堂的智能点餐系统前,学生根据虚拟形象“桃小健”的建议选择健康饮食;史家胡同小学的“心理小屋”里摆满了玩具和沙盘装置,学生们可以在这里放松身心、疗愈自我……

基于北京市各学校常态化贯彻落实“健康第一”教育理念的实践,有理由相信,当看到“这样生活更健康”这个作文题目时,学生们的脑海中会闪现许许多多的“健康场景”。那些在运动场上尽情挥洒的汗水,那件与老师悄悄诉说的烦心事,那堂学习心肺复苏术的急救科普课,那盘色香味俱佳的健康营养餐……这些都将从他们的笔端流出,汇成一个个生动的“健康故事”。故事里,会有他们对健康生活的追求和憧憬,也可能

不乏对不良生活方式的反思。这恰是作文出题者的意图——做一次健康科普的“破圈”尝试,通过考试再次唤醒学生们心底对于健康生活的审视与共鸣。

“这样生活更健康”不只是一道考题,更是北京对下一代的生命寄语。它的背后,既有“健康第一”教育政策的落实落细,也有健康科普方式的与时俱进。当学生们提笔书写“健康文章”时,他们已在不知不觉中成为健康生活方式的践行者与传播者。

在中考阅卷结束之后,不妨将学生们的文章作为一份份“满意度调查问卷”。他们的思考、收获、建议或者困惑,生发于最真实的生活体验,是今后更好地开展青少年健康促进和教育工作的靶点。以“健康”为题做好育人大文章,方能描绘一座城市的健康未来。

另一方面,需进一步完善社区养老服务体系,通过老年活动中心、兴趣社团、代际共融活动等,为老年人搭建更丰富的交流平台,重建老年人的社会联结。例如,升级改造老年活动中心,配备适老化设施和专业化活动指导,培育发展书法、舞蹈、园艺等多元兴趣社团,满足不同老年人的精神文化需求。同时,还可通过推广“银龄讲师团”“社区舞蹈队”等,为低龄老人搭建服务社区、传授技能的平台,既满足其实现自我价值的内在需求,又能增强其社会归属感。

适老玩具热销折射“银发”需求升级

□肖金明(媒体人)

近期,适老玩具市场的悄然兴起,成为观察我国老龄化社会消费趋势的一个独特窗口。据媒体报道,在某电商平台,积木、魔方、智能宠物等专为老年人设计的玩具过去一年的成交量同比增长超70%。“适老玩具”搜索量同比增长124%。这一现象不仅打破了“玩具是儿童专属”的传统认知,也反映出老年群体消费需求正在从物质

层面转向精神层面。

随着城镇化进程加速,人口流动增强,以血缘、地缘为纽带的传统社会网络逐步弱化,取而代之的是以城市社区为单元的现代居住形态,老年人的社交圈层随之收缩。部分随子女迁居城市的“老漂族”,更面临代际隔阂以及邻里关系疏离的双重困境。同时,受现代社会快节奏生活影响,年轻一代因职业发展、育儿负担等因素,难以给予老年群体充分的情感陪护。

根据中国互联网络信息中心最新统计数据,我国60岁及以上非网民群体占非网民总体的比例高达46.0%。多维度的社会转型,客观上造成了老年群体情感支持体系的弱化,使其精神需求的满足面临新困境。

适老玩具的热销,体现的正是“银发”需求的升级。要想真正帮助老年人从“老有所养”升级到“老有所乐”,需在提升物质生活水平的基础上,构建适老化情感支持体系。

一方面,要着力推动“技术适老

化”与“服务人性化”的深度融合,构建满足老年人多元化需求的玩具产品及服务体系。鼓励企业开发兼具功能性与娱乐性的适老化玩具,如融入人工智能技术的智能拼图、具有指标监测功能的互动游戏等,使这些产品既实用又有趣。同时,不断完善配套服务体系,通过开展产品使用培训、建立线上社群互动、组织线下体验活动等方式,帮助老年人跨越数字鸿沟,真正享受到科技发展带来的便利与乐趣。

时评

有闻有说

2.5天休假模式值得探索

□贺成(媒体人)

“试行4.5天弹性工作制,鼓励有条件的地区推行‘周五下午与周末结合’的2.5天休假模式。”近日,这样的表述出现在四川省绵阳市商务局印发的《绵阳市提振消费专项行动2025年工作清单》中,引起社会广泛关注。

近年来,已经有多个城市发文鼓励推行4.5天弹性工作制,即2.5天休假模式,但目前依然停留在鼓励层面。根据我国现行劳动法律法规,职工每日工作8小时、每周工作40小时。也就是说,现行劳动法律法规并未为2.5天休假提供制度前提,鼓励推行2.5天休假模式需要做好与现行劳动法律法规的衔接。

不过,劳动者有更多休息时间是社会进步的表现,有利于其身心健康,也有助于提振消费。2015年8月,国务院办公厅印发的《进一步促进旅游投资和消费的若干意见》提出,鼓励弹性作息。有条件的地方和单位可根据实际情况,依法优化调整夏季作息安排,为职工周五下午与周末结合外出休闲度假创造有利条件。

推广2.5天休假模式,目前存在一

定障碍,需要建立相应的细化配套制度,明确界定“有条件的地方和单位”是什么条件、企业如果推行如何计算工时等。对此,各地需根据实际积极探索。

从理论上讲,推行2.5天休假模式,社会效果是显而易见的。首先,可提升个人生活质量。2.5天休假模式为人们提供了更多的休闲时间,有助于缓解工作压力,提升生活满意度。员工可以在周五下午提前开始周末生活,陪伴家人、朋友进行休闲娱乐活动,从而更好地平衡工作与生活。其次,可促进经济发展。2.5天休假模式能够有效刺激消费,尤其是旅游、餐饮、购物等行业。更长的假期使得短途游、周边游更加方便,有助于带动地方旅游经济的发展。最后,可推动社会和谐。2.5天休假模式的推行有助于提升社会整体幸福感。通过优化工作时间安排,人们有更多时间参与社会活动,这也能促进家庭和谐与社会凝聚力的提升。

2.5天休假模式好处多多,还需要继续探索。当务之急是要让全社会看到推行后的效果。一旦这些正面效果为人所知,让全社会看得见摸得着,做好政策支持与激励、优化企业管理、协调公共服务也就顺理成章了。



医院保安带来的暖意

在辽宁省大连市妇女儿童医疗中心(集团)儿童院区门诊部,保安于大哥因变身“玩具侠”出名了。据媒体报道,身上挂满了各式各样玩具的保安于大哥,每当看到有小朋友因为害怕而不敢打针或者做检查时,就会拿出挂在身上的玩具耐心安抚小朋友。“玩具侠”的暖心行为,不仅化解了一个小朋友打针的难题,也为医护人员的诊疗工作提供了及时帮助。有网友评价说:保安身上背的不是玩具,而是天使的翅膀。(文/王尚 绘/蒋跃新)

行业纵论

以问题为导向,推动互联网医院高质量发展

□杨添安 邓剑伟 邓文浩

在数字化、智能化浪潮的推动下,互联网医院不仅打破了传统医疗的时空限制,更通过远程医疗、在线咨询、药品配送等服务,在提高医疗服务效率、优化资源配置、降低就医成本等方面发挥着越来越重要的作用,是未来引领医疗卫生服务模式革新的重要力量。

近年来,越来越多的医院探索在传统医院基础上进行信息化、智能化升级改造,在很大程度上推动了互联网医院建设的进程。然而,单纯地运

用大数据实现网上挂号、预约取号等功能尚不能完全发掘互联网医院的效益。当前,运营管理能力不足、技术应用壁垒高、激励保障不完善等问题极大程度限制着互联网医院的建设发展。互联网医院存在医患沟通效率不高、弱势群体服务体验不佳、医务人员参与积极性不足等情况。因此,需要进一步弥补运营保障缺口,突破技术保障难关,提高人才保障水平,推动互联网医院高质量发展。

以患者需求为导向,弥补运营缺口。在互联网医院的运营中,健康专家助手和专业客服团队的设置不可或

缺。健康专家助手在医生与患者沟通中扮演着协调者的角色,可帮助医生管理患者信息,提醒医生及时回复,处理不真实或不合理的咨询需求。同时,健康专家助手应当能够主动识别需紧急干预的情况并转介相关患者到线下接受服务,从而提升整体服务效率并保障医生有足够精力处理核心医疗事务。专业客服则应专注于诊后的患者关系维护,通过妥善处理患者的反馈和评价,有效管理医患纠纷,提升患者满意度。这些细致周到的服务措施安排,将有助于互联网医院建立起更加完善的运营体系,为患者提供更

加专业和便捷的医疗服务体验。

以弱势群体为重点,突破技术难点。互联网医院在发展的过程中,不能忽视老年人、残障人士、低收入人员等弱势群体的需求,要着力破解可及性难题。互联网医院应当针对弱势群体的线上操作体验进行优化,提升系统的操作便捷性和友好性。相关工作不仅包括优化文字、图表的展现形式,为弱势群体提供专属服务通道和新手导航,还包括简化操作流程。通过加强操作引导、精准推送信息,以及增加人工服务、语音录入和人脸识别等功能,改善弱势群体的线上就诊体验,确

保他们能够轻松、便捷地享受智慧医疗服务。同时,探索将医保支付范围扩展至第三方平台,并尽快将常见病、慢性病复诊纳入医保结算。

以劳务价值为准绳,优化人才供给。当前,互联网医院的收费标准未能充分体现医务人员的劳动价值,不同级别医生的服务费用缺乏差异化。为更好激发医务人员积极性并体现其线上劳动价值,应在与线下服务价格挂钩的基础上,探索建立更精细的互联网诊疗服务定价机制,依据服务内容、技术难度和医生资质等因素实现费用的合理差异化。

医保部门可以对项目收费标准进行指导。在现有业务模式下,应区分互联网复诊与其他业务(例如咨询、健康管理等非核心诊疗服务)的收费,并适时评估、动态调整建立体现医务人员线上劳动价值的合理定价机制。同时,可以探索推出随访包项目,使医生能够通过患者的线上随访获得劳动报酬,从而进一步激励医务人员提供高质量的线上医疗服务。

(作者单位:北京理工大学管理学院)

耳念珠菌医院感染防控专家共识发布

本报讯 (特约记者严丽 通讯员刘思锦)日前,由全国医疗机构感染监测网、中华预防医学会医院感染控制分会、全国医院感染监控管理培训基地联合编写的《耳念珠菌医院感染预防与控制专家共识》在《中华医学杂志》上发表。《专家共识》填补了我国耳念珠菌医院感染防控规范化指导的空白,为全球应对此类耐药菌感染提供了“中国经验”。

中南大学湘雅医院医院感染控制中心为《专家共识》核心编写单位。《专家共识》编写组由医院感染学、微生物学、消毒学等多学科的18名专家组成。《专家共识》主要内容包括耳念珠菌暴发流行概况、病原学特点、微生物学鉴定、流行病学、医疗机构感染防控策略及具体措施、医院感染暴发调查与控制措施、临床处置等。

据介绍,耳念珠菌是一种多重耐药性真菌病原体,至今已有50多个国家或地区报告了耳念珠菌感染。耳念珠菌具有难以鉴定、耐药性高、治疗困难及可快速传播等特点。

双心医学发展学术研讨会举行

本报讯 (记者赵星月)6月21日,由首都医科大学附属北京朝阳医院主办的双心医学发展学术研讨会在京举行。

据介绍,双心医学是一门将心理健康与心脏健康相结合的学科。随着现代医学发展,越来越多的研究表明,心理因素如压力、焦虑、抑郁等,不仅可能诱发心血管疾病,还可能影响患者的治疗效果和康复进程。北京朝阳医院院长李海潮表示,推动医学从“疾病治疗”迈向“健康促进”,需要医生在关注患者躯体健康的同时,关注患者心理健康。心内科侧重心脏器质性病变的检查与治疗,精神心理聚焦心理疾病的诊断,二者协作,才能满足身心共病患者的整体需求。

北京朝阳医院双心医学科主任石慧介绍,30%~50%的心血管疾病患者合并心理障碍,而心理问题未得到干预的患者,心血管事件复发率及死亡率显著升高。今年4月1日成立的北京朝阳医院双心医学科,致力于打造集临床诊疗、心理干预、健康管理和多学科协作于一体的综合诊疗平台,并基于对全生命周期心理与躯体健康相互影响的研究,为患者提供全方位、个性化的诊疗服务。

“小竹笋”儿童健康关爱公益项目启动

本报讯 (记者陈秀超)近日,由新华网与中国儿童少年基金会共同发起的儿童生长发育创新成果发布暨“小竹笋”儿童健康关爱公益项目启动仪式在京举行。活动聚焦我国儿童矮小症早筛、早诊与规范治疗现状,旨在搭建多方协同平台,守护儿童健康成长。

中华医学会儿科学分会候任主任委员罗小平指出,儿童矮小症是一种需早识别、早干预的疾病,若延误治疗可能影响发育潜力。据统计,我国儿童矮小症的患病率约为3.2%,约有760万名患者,但得到规范化诊疗的比例不到5%。儿童生长发育异常是全身性疾病的早期信号,家长应成为孩子健康的第一“守门人”,社会各界应加强科普、早筛、干预机制建设。

中国儿童少年基金会秘书长李忠明介绍,“小竹笋”项目将整合各方资源,联合医疗机构、专家团队,开展系统化科普教育,全面提升社会各界对儿童生长发育规律的科学认知水平;针对特殊困难儿童群体实施精准医疗援助计划,构建“医疗专业支持+家庭科学养育+社会共同关爱”的三维联动机制,为面临生长发育问题的儿童提供帮助。

广告

洛阳市平乐正骨学校 面向全国招生

“平乐郭氏正骨”发展至今已200余年,因医术独特而享誉华夏。洛阳市平乐正骨学校属普通中专,以传授平乐正骨医术为特色,已创办30余年。凡初、高中应、往届毕业生均可报名入学。国家承认学历,可推荐就业,也可通过单招、对口升学深造。需要骨科人才的单位请与学校联系。

地址:河南省洛阳市东郊平乐镇
电话:0379-67812333
手机:18937991345
15038596257
(微信同号/手机号)
网址:www.plzg.cn
校长:郭宏涛