

医院风景线

寻回自信的声音

——探访北京儿童医院嗓音行为学干预暑期夏令营

□本报记者 赵星月

课堂上，老师请男孩领读课文。男孩站起身，背挺得笔直，润了润嗓子——本该发出一个清亮的音节，声带却只“摩擦”出啞哑的嘶嘶声。同学们纷纷抬起头，疑惑的目光都看向了男孩。

针对一些学龄前后或青春期的孩子所经历的“嗓音的烦恼”，首都医科大学附属北京儿童医院耳鼻咽喉头颈外科咽喉嗓音团队近日主办了儿童嗓音行为学干预暑期夏令营。在夏令营中，医务人员通过嗓音发声训练和嗓音卫生教育，帮助孩子们逐步寻回自信的声音。

及时干预“公鸭嗓”

训练室内，孩子们排成一列，目光紧随医务人员的示范动作。医务人员一手轻捏吸管，一手轻触腹部，深吸一口气后，发出悠长的“呜——”声。孩子们立刻模仿起来，小手按在肚皮上，感受着腹部一起一伏的鼓动。

队列中，5岁的苗苗（化名）笑起来眉眼弯弯，甜美可爱，然而一张嘴，发出的声音显得低沉而沙哑。

曾经，苗苗妈妈以为只是感冒引起孩子声音的嘶哑，见苗苗服药后未好转，才意识到问题可能更复杂。经喉镜检查，苗苗被确诊患有声带小结。

北京儿童医院耳鼻咽喉头颈外科刘恒鑫副研究员解释，声带小结就是声带长出了“茧子”，主要是儿童长期大喊大叫或用声不当导致双侧声带反复过度碰撞，在声带游离缘前中1/3处形成对称性突起。这种情况多见于学龄前后儿童，最直接的表现便是声音嘶哑、发声困难，即俗称的“公鸭嗓”。

刘恒鑫说，像苗苗这样的孩子在夏令营中有不少。嗓音行为学干预是当前公认的治疗儿童声带小结及功能性嗓音障碍的首选方法。孩子们进行的腹式呼吸训练，正是其中一项基础练习，旨在增强气息支撑能力，帮助孩子更从容地发声。

声带小结若不及时干预，结果会怎样？“国外文献表明，约30%的患儿进入青春期后声带小结可能自愈。但这些研究主要基于日耳曼语系人群。”刘恒鑫说，而我们是汉藏语系，属于声调语言，从嗓音发声特征角度看，其自愈比例可能存在差异。若不加以干预，嗓音异常可能会给孩子们的学习、生活带来一定的负面影响。比如，声音嘶哑可能导致社交退缩，还会限制课堂发言，影响声乐、戏曲等艺术发声的学习，甚至限制未来的职业选择。

“因此，我们提倡主动干预、尽早干预。”刘恒鑫说。

度过尴尬变声期

除了像苗苗这样的低龄儿童，夏令营里还有不少正处于变声期的大男孩。

“部分男孩刚进入变声期，就出现了嗓音异常。”刘恒鑫介绍，这个阶段，孩子身体发育较快，有时一年身高就能猛增10厘米。然而，发声方式无法适应这种突如其来的生理结构变化，导致声带张力不足、闭合不良。男孩们常觉得发假声更省力，发真声反而费力，表现为音高、音强起伏不定，真假声混合使用，难以有效控制声音。

14岁的赫赫（化名）受嗓音问题困扰长达一年之久。曾经热爱唱歌的他，如今对学校的文艺活动兴趣索然。由于发声吃力，在嘈杂环境中往往需要重复好几遍别人才能听清，这使他变得沉默寡言。

幸运的是，刘恒鑫给了赫赫妈妈一颗定心丸：“这种情况在排除器质性嗓音疾病后，通过嗓音功能训练增强声带拉伸力量，通常能取得比较理想的干预效果。”

一次30分钟的嗓音行为学干预

“初体验”后，赫赫发出了浑厚低沉的声音，不同于过去的清脆童声。这令赫赫妈妈感到惊讶，“第一次听到儿子用这么低沉的声音说话，甚至有点陌生”。

“这是一种积极改变。”刘恒鑫告诉赫赫，男孩在进入变声期后，需要学会接受和适应自己声音的变化。

“还有一类男孩，即使过了变声期，声音仍保留着变声前的特征，表现为音量小、音色单薄、音调高亢，这被称为‘男声女调’。”刘恒鑫说，这类男孩需要进行针对性嗓音发声训练，通过腹式呼吸、硬起声练习以及向下滑音等来促进声门闭合，找到与自身性别相符的音色特征，逐步将嗓音基频恢复至正常男性水平。

重建科学发声方式

夏令营每周三为嗓音障碍患儿安排一次嗓音发声训练。在首次训练前及末次训练后，医务人员将对所有患儿进行嗓音功能评估，以衡量其嗓音质量的改善程度。

“嗓音卫生教育与嗓音发声训练同等重要。”刘恒鑫指出，低龄儿童常有大喊大叫的习惯，其背后往往涉及复杂的心理动因。儿童频繁喊叫很多源于情绪容易激动，若忽视情绪管理，

仅依赖发声训练是远远不够的。

门诊观察发现，许多患儿父母习惯高声说话。“因此，我们建议家长在与孩子沟通时，敏锐觉察并积极回应其情绪背后的心理诉求，切勿回避问题。负面情绪长期积压极易失控爆发，进而表现为喊叫行为。”刘恒鑫说，“我们同时会指导家长，发生争执时避开孩子，努力营造和谐的家庭氛围。日常沟通尽量面对面交流，减少相隔较远的高声喊话。”

对于习惯喊叫的儿童而言，使用正常音量并非易事。刘恒鑫常向患儿家庭传授实用技巧。“例如，建议家长在孩子胸前佩戴提示卡，注明‘我正在接受发声训练，不能大声说话’。当他人问及时，每一次解释都是对孩子的积极心理暗示。此外，我们还教会孩子从1至10缓慢数数。首次数数，音量变化可能有限，但重复两三遍后，音量通常能自然降低。”

嗓音障碍研究是言语语言病理学的一个分支，该学科在国内尚处于发展阶段，专业人员稀缺，这导致许多患儿辗转求医才能获得针对性治疗。刘恒鑫说：“我们希望通过举办儿童嗓音行为学干预夏令营，帮助患儿矫正不当用嗓行为，重建科学发声方式，形成新的肌肉记忆，最终实现发声过程的良性循环，从根本上提升嗓音质量。”

上合组织国家眼科联盟在天津成立

本报讯（特约记者陈婷 通讯员赵征）8月21日，由天津医科大学、天津市政府外事办公室、天津市卫生健康委、天津市教委、北京眼科学会共同举办的“相约上合”——2025眼科合作与民心相通研讨会暨上合组织国家眼科联盟成立揭牌仪式在天津举行。联盟成员单位及有关单位代表、上合组织国家留学生代表百余人参加此次大会。

会上，上合组织国家眼科联盟主席、天津医科大学党委书记颜华表示，成立上合组织国家眼科联盟的倡议一经发出，便迅速得到了各国行业机构、专家学者的大力支持和积极响应，充分体现了上合国家间守望相助、携手共进的深厚情谊与坚定决心，也为联盟的顺利诞生和健康发展奠定了坚实基础。联盟将打造全方位、多层次、宽领域的合作交流平台，在疑难眼病联合攻关、眼科人才培养体系构建、先进医疗技术推广应用、眼科公共卫生服务体系完善等方面，开展深度且卓有成效的合作，有力推动上合组织国家眼健康事业发展，为促进上合组织国家之间民心相通、为区域合作与发展注入新的活力与机遇。

来自10个国家和地区的12位眼科专家分别围绕眼科领域教育、临床、科研、国际合作等方面的有益探索与实践经验进行分享和交流。

援外动态

山西举行援外医疗队派遣50周年纪念活动

本报讯（特约记者崔志芳 通讯员范李洪）8月21日，山西省卫生健康委举办山西援外医疗队派遣50周年纪念活动暨援外医疗队出征仪式。山西省副省长赵红严为即将出征的新一批援外医疗队授旗。

赵红严强调，全体援外医疗队队员要自觉扛起“白衣天使”“友好使者”使命，践行救死扶伤职责，以实际行动讲好中国故事、山西故事。各级各部门要完善协同机制，强化服务保障，创造便利条件，推动山西省援外医疗工作再上新台阶。

据悉，自1975年至今，山西省累计向喀麦隆、多哥、吉布提派遣医疗队70批1466人次。

我国专家助厄立特里亚提高肺部疾病诊断能力

本报讯（记者李季）近日，中国郑州大学第二附属医院—厄立特里亚奥罗特国家转诊和教学医院呼吸气管镜专科建设项目专家组，成功为一名当地女性患者完成该国首例经支气管镜引导下气管插管活检术。这一技术的开展，填补了厄立特里亚在该领域的空白，为当地复杂肺部疾病诊断提供了关键技术支撑。

手术由中方医疗专家组组长葛波统筹协调。此次手术的成功实施，不仅标志着中厄医疗合作在复杂肺部疾病诊疗技术领域实现新突破，更成为中厄呼吸与气管镜专科建设项目的标志性成果，为两国医疗合作深化提供了实践范本。

据悉，该呼吸与气管镜专科建设项目由郑州大学第二附属医院与奥罗特国家转诊和教学医院建立对口合作机制，支持厄方医院呼吸气管镜专科建设，通过建立呼吸气管镜中心，提升厄方对肺部感染、肺结核、大叶性肺炎、支气管扩张、呼吸机相关性肺炎等呼吸系统疾病的诊治能力。

点对点向企业发出“健康提示函”。这段话就出自发给一家企业的“健康提示函”。

此外，盘锦市定期组织专家到企业提供上门健康宣讲服务，并将职业人群健康体检等数据同步共享至社区卫生服务机构，由家庭医生进行个性化管理。“下一步，将全面推行‘健康企业’计划，推动健康数据分析细化至车间、班组等最小管理单元。”盘锦市卫生健康委主任徐健峰说。

在内蒙古自治区，健康体检管理被纳入职业病防治体系。“我们要求各职业病防治院独立设置体重管理科，将职业人群体重管理纳入健康企业考评要求，将体重管理数据作为健康企业考评指标。”内蒙古自治区卫生健康委主任刘勇介绍，从《内蒙古职业病防治院健康体检管理科建设实施方案》中定下的“小目标”能看出内蒙古的决心：2025—2027年，职业人群超重肥胖率年均增幅下降8%。

宁夏首个人工智能辅助治疗规范化培训基地揭牌

本报讯（特约记者孙艳芳）近日，宁夏医科大学总医院举办机器人科普开放日暨人工智能辅助治疗技术规范化培训基地揭牌仪式，标志着宁夏首个该技术规范培训基地落地。

据了解，宁夏医科大学总医院自2021年4月开展第一台人工智能辅助治疗技术以来，已开展机器人手术2408台，构建了多学科协作的标准化手术流程和全程质控体系。近年来，该院全面遵循备案管理与规范化培训等要求，形成完善的管理机制与跨学科协作模式。截至目前，该院已备案开展国家级限制类技术8项、自治区级4项。为推广机器人辅助腹腔镜手术技术的规范应用，17名临床骨干医生将在未来6个月内完成涵盖理论、模拟和临床操作的系统化培训。

甘肃通渭推进 文旅医养融合发展

本报讯（特约记者潘毅敏 王耀 通讯员祁战军）日前，甘肃省定西市通渭县委、县政府举行“陇上神泉·书画通渭”文化活动月暨文旅融合发展大会，推进文旅医养融合发展。

据介绍，根植两千年历史文脉、依托温泉资源优势，通渭县创新“传统中医+现代水疗”模式，着力打造温泉康养基地，融合温泉资源、旅游资源、文化资源和医疗资源，全力助推温泉旅游和医养康养产业蓬勃发展。近年来，通渭县人民医院坚持以康复、养生、疗愈为理念，充分发掘通渭独特的温泉资源，结合传统中医疗法，建成定西市首家中医康养温泉水疗中心，开启“有病治病、无病疗养”医养新模式。

基层脑卒中远程医疗救治项目启动

本报讯（记者吴倩 特约记者王蕾）8月24日，由国家卫生健康委医疗应急司委托，国家神经疾病医学中心、首都医科大学宣武医院牵头实施的“基层脑卒中远程医疗救治项目”启动。该项目作为国家卫生健康委百万减残工程的核心工作之一，旨在通过远程医疗技术与系统化能力建设，将急性缺血性脑卒中“黄金4.5小时”救治体系延伸至基层，补齐边远地区医疗短板，推动溶

栓治疗规范化、同质化，为降低卒中致残率、死亡率提供保障。

当前，基层医疗卫生机构在脑卒中急救中面临“不敢溶、不会溶、溶得慢”的困境。中国工程院院士、中国卒中专科联盟主席、国家卫生健康委百万减残工程专家委员会主任委员吉训明指出，全国目前只有40%的县能够达到每年溶栓60例的水平。该项目早期的重要目标就是提升基层救治能力。未来，要提

高县医院转院效率，使其在转院过程中能识别患者卒中程度，实现分级诊疗。

吉训明介绍，该项目以远程医疗技术为核心支撑，构建“实时指导—分级培训—质量监控”的全链条体系。通过远程实时救治指导打破时空限制，让基层医师获得即时专业支持。建立分层分级培训机制，确保先进技术与临床经验真正下沉基层、扎根落地。同步完善长效质量监控机



开学第一课

8月25日，山东省济南市公安局市中分局六里山派出所民警来到辖区幼儿园，开展禁毒、防溺水、交通安全等宣传教育。图为，民警用仿真毒品模型开展禁毒宣传教育。

视觉中国供图

制，将溶栓率、脑卒中溶栓时间等关键指标纳入严格监管，以标准化管理倒逼救治质量提升。

国家卫生健康委百万减残工程专家委员会专业委员、宣武医院神经内科卒中抢救中心主任马青峰介绍，该项目将围绕“三个抓手”——7×24小时专家远程支持、卒中“绿色通道”流程同质化与质控、“线下课程+远程带教”的多层次培训体系，力争显著缩短脑卒中溶栓时间，推动基层医疗卫生机构静脉溶栓例数提升10%以上。

启动仪式后，来自宣武医院、首都医科大学附属北京天坛医院、中山大学附属第一医院等机构的专家围绕静脉溶栓知情同意、影像评估、重症管理等主题开展专题培训。

在数字赋能健康体重管理上，富顺县不是个例。湖南省用“健康体重管理门诊地图”推动“家门口科学减重”，该“地图”首批纳入湖南省203家标准化健康体重管理门诊，涵盖三甲医院和基层医疗卫生机构，可查询机构定位、专家信息并预约服务。

湖南省卫生健康委主任李小松说，当前居民对科学减重的需求日益增长，但专业服务资源分布不均，许多有减重需求的群众要么盲目尝试“减肥产品”，要么因就医不便而延误科学管理，“地图”有效解决了“去哪找”“找谁看”的难题。

激荡出更多健康力量

从群众健康理念更新到医务人员价值感提升，再到社会各界齐心协力共塑健康……健康体重管理门诊在自

身不断完善的同时，带来了一系列可感知的变化，激荡出更多健康力量。“没想到孩子居然会‘胖出病来’，我们全家以后都得好好关注体重。”健康体重管理给小明带来的变化，更新了他的父母对健康体重重要性的认知。在健康体重管理门诊服务氛围感染下，在铺天盖地的科普宣传里，像小明父母一样对健康体重管理建立新认知的人越来越多，这也是群众“大健康”理念进一步觉醒的证据。

健康体重管理门诊服务也造就了一批“减重网红医生”，他们的职业价值感、荣誉感在点赞中直线上升。

在北京市海淀区双榆树社区卫生服务中心，每周三下午，两个诊室特别热闹，两位出诊医生都擅长用中医药疗法减重：一位是在一楼出诊的该中心敖铁锋主任医师，另一位是在三楼坐诊的中国中医科学院西苑医院郝瑞席副主任医师。两位专家的号每次都约满，不少人排队等着“加号”。

“新门诊”凭什么走红

（上接第1版）

最近两年，国家持续发力，密集出台了一系列指引具体实践的政策文件，如《“体重管理年”活动实施方案》《肥胖症诊疗指南（2024年版）》《关于做好健康体重管理门诊设置与管理工作的通知》等，为健康体重管理门诊的服务同质化打下了坚实基础。

当前，无论是在距离城乡居民最近的社区卫生服务站、社区卫生服务中心（乡镇卫生院），还是三级综合医院、儿童医院、中医医院等，都能看到健康体重管理门诊的“招牌”，它们都在寻找最恰当的方式、最合适的时机关照有需要的人们。

当鼓励基层医疗卫生机构将健

康体重管理纳入家庭医生签约服务成为国家要求后，家庭医生多了一个称呼——“健康体重管理监督员”。

在四川省自贡市富顺县，健康体检管理被纳入家庭医生签约服务重点内容，全县组建的409个家庭医生团队主动筛查肥胖高危人群。家庭医生在提供健康体检管理服务时有一个好帮手——智能健康体检管理系统。“富顺县医共体成员单位都引进了这套系统，体检数据实时上传至省健康档案云平台，形成‘一人一档’。”四川省自贡市卫生健康委主任李刚介绍，家庭医生可便捷调阅签约居民的全生命周期健康数据，为精准管理居民体重提供支撑。