

“‘五小’健康探险之旅”活动有趣又实用

本报记者 丁 玲 通讯员 刘雷鸣 文/图



8月8日~9日，河南省儿童医院组织眼科、口腔科、骨科、中

学技术馆，开展为期两天的“‘五小’健康探险之旅”公益科普与健康筛查活动，让孩子们在趣味玩乐中学习健康知识并完成免费体检筛查。

与传统的枯燥的科普宣讲不同，本次活动创新打造了“寻找消失的健康能量石碎片”趣味主线，将家长普遍关心的“减少‘小胖墩’、减少‘小眼镜’、关爱‘小星星’、改善‘小蛀牙’、强化‘小骨干’”五大儿童健康核心问题，转化为孩子们喜闻乐见的闯关游戏。现场的小伙伴们均可领取专属打卡手册，每完成一项健康闯关任务，就能收获1枚能量石贴纸，集齐5枚贴纸即可兑换精美礼品，真正实现快乐学习健康知识。

河南省儿童医院多学科专家

坐诊，为到场儿童提供健康筛查、一对一健康咨询服务，涵盖科普宣教、筛查评估、个性化育儿指导等全方位服务(如图)。针对筛查中发现的儿童超重、视力异常、龋齿、脊柱体态问题、发育滞后等各类健康问题，医护团队将逐一登记信息，建立专属健康档案，并在后续持续跟进，提供常态化健康干预与指导服务。

人气最高的当数急救体验区。该院重症监护团队通过智能心肺复苏模拟人进行现场沉浸式演示，展示心肺复苏、海姆立克急救法等实用急救技能，并手把手指导家长和孩子进行实操练习，细致拆解每一个操作细节。

中医体验专区同样广受欢迎。中医师现场为孩子们开展中

医辨证评估，并围绕儿童暑期体重管理、脾胃调理、积食养护等重点问题进行科普讲解。同时，专区还提供耳穴压豆、儿童刮痧等特色中医外治体验。通过趣味问答、食疗科普等形式，手把手指导家长科学调整孩子暑期的饮食结构和作息习惯，助力儿童脾胃养护与健康发育。

下一步，河南省儿童医院将持续深化“五小”专项行动，常态化开展进场馆、进校园、进社区的公益科普筛查活动。聚焦儿童肥胖、近视、心理、口腔和骨骼五大重点健康问题，该院将不断推出多元化、贴近群众需求的惠民健康服务，以专业的儿科医疗力量，全方位护航全省少年儿童的健康成长与快乐生活。

信阳市

推进『健康教育进学校』活动

本报讯（记者王明杰 通讯员李卓亚 李文卿）近日，信阳市卫生健康委与市教育体育局联合召开全市“健康教育进学校”活动推进会，切实提升学校常见病和传染病的综合防控能力。

当前，校园传染病防控形势依然复杂，近视、肥胖、心理健康等问题日益突出，开展“健康教育进学校”活动是补齐学校卫生短板、推动疾病预防关口前移的关键举措。从试点情况看，信阳市初步探索出了“预防为主、关口前移、医教协同、医防融合的‘1+N’健康服务团队进学校”的有效模式，正逐步推动实现学校卫生健康工作从被动应对向主动预防的转变。

信阳市卫生健康委、市教育体育局要求，各县(区)卫生健康、教育部门和学校要切实增强责任感，坚决克服试点结束即松劲思想，健全协同联动机制。要充分发挥专家资源优势，每季度至少开展一次健康课堂，每学期至少举行一次家校讲座，强化心理健康服务，建立心理危机转介“绿色通道”，严格落实结核病防控要求，扎实做好预防接种审查验，规范开展艾滋病健康教育，纳入大中专院校开学第一课。全面履行学校卫生法定职责，常态化监测学生健康状况，加强饮用水安全管理，切实把预防为主方针落到实处。同时，要坚持“源头管控、预防为主、关口前移、防患未然”的原则，在全市全面铺开“健康教育进学校”活动。建强一支队伍，持续充实“1+N”健康服务团队，推行“一校一策”精准服务，加强校医业务培训。聚焦“两个关键”，围绕近视、肥胖、心理健康、重点传染病等方面精准施策，建立定期入校、闭环管理长效机制，力争9月新学期开学前全市覆盖比例达80%以上，并实现全覆盖。用好“课堂+活动”“线上+线下”“学校+家庭”3种方式，将健康教育融入日常教学与活动，线上线下同步普及健康知识，并向家庭延伸，引导家长成为孩子健康的“合伙人”。

鹤壁市示范区

开展“百市千县”中医药文化惠民活动

本报讯（记者王平 通讯员李欣鑫）近日，鹤壁市示范区卫生健康委组织辖区医疗机构，在古城街道名门繁华里开展“健康鹤壁行·名医走基层”志愿服务健康科普活动暨“百市千县”中医药文化惠民活动。

活动现场集结了辖区内17家医疗机构，设置了20余个特色服务展位，并邀请了多名资深中医骨干医师坐诊，为往来群众提供把脉问诊、慢性病调理及健康答疑等便民服务。针对群众高发的颈肩腰腿痛、失眠乏力以及高血压、糖尿病等慢性病，医生精准研判健康问题，制订个性化养生调理方案，细致讲解日常保健和疾病预防等实用知识，切实为群众

健康保驾护航。

本次活动同步开展多元化科普互动，丰富惠民服务内涵。工作人员通过现场宣讲、互动答疑等形式，向群众广泛普及妇幼健康、老人健康及急救护技等健康知识，同时积极宣传平安建设、法治精神及反诈防骗等相关内容，提升群众自我健康管理与安全防范的综合能力。

此次惠民活动通过名医下沉基层、资源下沉一线、服务贴近群众，全方位、多角度开展中医惠民、健康科普和法治宣传服务，让辖区群众在家门口享受到优质、便捷、暖心的公共服务，进一步提升了居民的健康获得感、幸福感和安全感。

灵宝市第二人民医院

开展失智老人认知筛查行动

本报讯（记者朱晓娟 通讯员彭艳梅）自8月10日起，灵宝市第二人民医院组建专项医疗团队，分成3个小组深入各乡镇，全面开展老人失智认知筛查及健康宣教工作。

在筛查现场，灵宝市第二人民医院公共卫生专家通过健康讲座，向老人及其家属普及阿尔茨海默病的早期识别、预防干预及相关惠民政策，引导群众树立“早发现、早干预、早治疗”的健康理念。医务人员严格按照筛查标准，为辖区65岁及以上的老年人开展认知功能评估和神经心理筛

查，精准排查认知障碍高风险人群，并同步完善居民健康档案，将异常人员纳入慢性病精细化管理。

本次工作采取“集中筛查+入户随访”相结合的方式，重点为行动不便、失能的独居老人提供服务，联动乡村医生打通老年健康服务“最后一公里”，确保筛查实现全覆盖、无遗漏。下一步，灵宝市第二人民医院将依托信息化平台，持续做好筛查对象的常态化随访、健康指导与康复干预，切实推进医养结合与家庭医生签约服务，全力守护辖区老人的身心健康。

濮阳经开区

开展中医药行业职业技能竞赛

本报讯（记者陈述明 通讯员常欢 刘艳华）8月10日，濮阳经开区卫生健康事务中心联合区总工会举办全区中医药行业职业技能竞赛。此次竞赛旨在进一步巩固基层中医药人才队伍的基础，提升全区中医药诊疗服务的标准化水平。

本次中医药行业职业技能竞赛面向辖区内中医医疗机构的全体中医药在岗从业人员，将围绕中医临床、针灸推拿、中药调剂三大组别展开角逐。竞赛采用理论测试与现场实操相结合的综合考评模式，考核内容紧密贴合基层日常诊疗需求，涵盖中医辨证诊疗、经络穴位操作、中药真伪鉴别、饮片规范调剂以及中医适宜技术应用等实用技能。赛事特别组建了专业的专家评委团队，统一评分标准，全程规范组织、公平评判，以确保竞赛严谨有序地进行。

各位参赛选手沉着应战、规范操作，充分展现了扎实的理论功底与熟练的实操能力，彰显了经开区中医药从业人员优良的医德风貌和过硬的专业水平。赛后将根据各组总成绩评选出一等奖、二等奖、三等奖及优秀组织单位，并对获奖个人和单位进行通报表彰。

此次技能竞赛为辖区中医药从业者搭建了一个交流切磋、互学共进的平台，有效实现了以赛促训、以赛促练、以赛促提升的目标。下一步，濮阳经开区将持续完善中医药人才培养体系，常态化开展业务培训、技能练兵与实操考核，着力补齐基层中医药服务短板，不断推广规范安全的中医药适宜技术，持续增强基层中医药公共服务能力，更好地满足辖区群众多样化中医药健康服务需求，助推全区中医药事业稳步高质量发展。



商丘市第一人民医院

微创摘除巨大卵巢囊肿腺瘤

本报讯（记者赵忠民 通讯员张大岭 窦心雅）近日，商丘市第一人民医院妇科二病区副主任医师朱冰团队成功为一名13岁青春期少女实施了经脐单孔腹腔镜手术，精准摘除了巨大卵巢黏液性囊腺瘤。该手术创伤极小、全程无痕，在彻底根除病灶的同时，保护了少女的盆腔发育与生殖功能。

患儿近年来持续反复腹胀，腹部逐渐膨隆，严重影响日常生活。家属带患儿到商丘市第一人民医院就诊。经系统检查确诊为巨大卵巢黏液性囊腺瘤。瘤体占据盆腔腔大部分空间，持续压迫肠道及盆腔脏器。若继续发展，将影响青春期中枢发育，并存在肿瘤扭转、破裂、腹腔种植

等重大风险，因此手术势在必行。

巨大卵巢黏液性囊腺瘤属于妇科高难度疑难手术。传统开腹手术创伤大、恢复慢，会遗留明显腹壁疤痕，极易给青春孩子造成心理负担；常规多孔腹腔镜手术操作空间有限，在处理巨型肿瘤时易出现囊液外溢、残留粘连、脏器损伤等风险，对手术技术要求极高。

综合考虑患儿年龄较小且处于生殖发育关键期，朱冰团队秉持“保功能、保发育、重美观、快康复”的原则，经过多次术前评估与研判，最终为其定制了经脐单孔腹腔镜微创手术方案。该术式利用肚脐的天然褶皱建立单一隐蔽通道，术后切口完全隐匿，实现了“临床

无痕”。

术中，在麻醉科与手术室的紧密配合下，朱冰团队严格遵循微创无瘤原则，精细分离肿瘤粘连，精准规避血管、输卵管、肠道等重要组织，最大程度保护患儿的正常盆腔结构与生殖功能。针对巨大瘤体无法直接取出的难题，团队通过精准控压、循序渐进抽吸减瘤及完整剥离病灶等方式，从源头杜绝外溢、种植、出血及术后粘连等并发症，确保手术全程平稳顺利。

患儿术后生命体征平稳，未出现任何并发症，饮食快速恢复。脐部创口隐蔽美观，有效避免了术后疤痕带来的心理困扰，助力孩子自信康复。

医校联动为青少年心理健康撑起“暖心伞”

□王正勤 侯林峰 冯 强

“太感谢各位老师了，我女儿现在不再害怕和同学相处，最近还主动约小伙伴一起写作业呢！”8月10日，联勤保障部队第988医院（以下简称第988医院）全军精神疾病防治研究所心理咨询师李再收到了一条充满感激的家长微信消息。

此前，这位家长的女儿长期受负面情绪困扰，逐渐滋生严重的厌学心理，一家人对此感到束手无策。一次学校联合第988医院开展的心理健康科普讲座，让焦虑的家长茅塞顿开，及时带孩子到医院接受专业心理干预。经过连续多期的心理团体活动和系统治疗，如今孩子的状态已明显好转。这则温暖的反馈，正是第988医院联合焦作市教育局深耕青少年心理服务的真实缩影。

医校共建 打通心理服务“快车道”

“去年，国家卫生健康委与中央军委后勤保障部卫生局联合下发了关于开展“儿科和精神卫生服务年”活动的相关通知。第988医院依托全军精神疾病防治研究所的专业资源，搭建起军地合作平

台，充分发挥自身专业优势，为更多青少年的心理健康保驾护航。”第988医院焦作院区党委书记马玉红说。

今年年初，第988医院与焦作市教育局及市域多所大中小学正式签订了共建合作协议，一套长效稳定的联动机制由此落地生根。近20所签约学校均配备了专属的心理医疗专家，校方为这些专家颁发了“心理健康辅导员”聘书，并建立了常态化的对接机制以满足校园心理需求。该院拥有一支由130余人组成的专业心理干预医护团队，能够根据不同年龄段学生、教师及家长的需求，制订适宜的心理服务内容，让专业的诊疗资源真正走进校园一线。

1月至7月，第988医院组织心理医疗专家走进校园开展团体心理辅导20余场，覆盖师生2300余人次；开设青少年专项团体心理治疗3期共17场，接待青少年个体心理咨询150余人次；面向一线教师开设减压辅导3场；面向家长开设心理健康公益课堂4场，全方位助力校园心理健康服务。

专业赋能 破解校园心理工作“堵点”

提升教师心理疏导专业能力，是筑牢校园心理防线的一环。今年5月，焦作市教育局联合第988医院，在全军精神疾病防治研究所共同举办了全市中小学心理健康教育专家库专题培训研讨会。40余位校园心理骨干齐聚一堂，开启了一场理论与实践相结合的沉浸式学习之旅。

与传统授课方式不同，本次培训采用了体验式教学模式。培训中穿插真实案例拆解、现场模拟演练和分组交流研讨，围绕团体活动设计、师生沟通技巧以及校园心理危机应急处置等实用内容展开。通过将临床心理诊疗经验转化为老师可以直接应用于课堂和班级中的疏导方法，让培训内容更具实操性和贴近性。

“这次培训不仅具有专业高度，更特别贴合校园日常需求。平时工作中那些想不通的难题，在这里都找到了答案。”一名参训的心理老师由衷感慨道。此外，固定的“心理健康辅导员”还能与

班主任及学校心理老师进行线上讨论。当班主任或学校心理老师遇到棘手问题时，可随时连线院内精神科专家进行联合研判，从而实现心理问题的早识别、早评估和早干预。

闭环管理 按需制定处方

“首先与班主任进行深入沟通，全面了解班级情况，摸清学生的性格特点和遇到的问题；然后针对这些情况设计团体活动，特别关注内向、敏感以及情绪波动较大的孩子；活动结束后，第一时间将观察分析报告反馈给校方。”第988医院心理二区主任范亮亮说出医校联动辅导的工作流程。

面对更为严重的心理危机个案，医校联动机制搭建起无缝转介的“绿色通道”。某高校的一名学生，在校内经过多次心理疏导后，情绪状况仍未见明显改善。校园心理咨询师随即与第988医院心理三区主任周林联系，综合评估后判断该学生需要住院进行系统治疗。学校第一时间联系家长送医，经过两个多月的专业治疗，学生的心理状态明显恢复，并

重新回归正常的学习生活。从校园初步筛查、日常跟踪辅导，到专家会诊、转诊就医，一套完整的“筛查—预警—干预—转介”闭环体系，为困境中的青少年兜住了心理健康底线。

许多感到迷茫的家长也在家长课堂中获得了成长。过去，不少家长难以分辨青春叛逆与心理情绪问题，但在系列科普讲座中，他们学会了科学沟通与正向引导，能够及时察觉孩子隐藏的心理压力，并主动寻求专业医疗帮助。

目前，军地医校联动模式已初步实现校园心理科普、心理测评、团体辅导、个案干预、危机转诊全流程的规范化运行，显著提升了焦作校园心理风险防控的系统化水平。全军精神疾病防治研究所所长梁学军说：“下一步，我们计划建标准化心理训练中心，打造集情绪调适、心理测评、团体训练、康复疏导于一体的综合服务空间，进一步拓展服务范围，为青少年、教师、家长乃至更多群众提供一站式心理帮扶。”