

国家卫健委等13部门联合印发计划

少年儿童脊柱侧弯影响身心发育

国家卫健委等13部门联合印发《儿童青少年“五健”促进行动计划(2026-2030年)》,围绕体重、视力、心理、骨骼、口腔五大维度全面守护少年儿童成长,其中骨骼健康促进进行动明确提出常态化开展中小學生脊柱弯曲异常筛查,切实防控脊柱侧弯问题。脊柱承担支撑、负重、减震、保护脊髓神经与内脏的多重功能,对少年儿童生长发育意义重大。

天津医院党委书记徐卫国表示,近年来,随着生活、学习方式改变,颈椎病、腰椎间盘突出、脊柱侧弯等脊柱疾病逐年增多,且呈现明显年轻化趋势,严重干扰少年儿童正常生长发育。脊柱侧弯在各类青少年脊柱疾病中最为高发,生活中常见的高低肩、罗锅、驼背均属于脊柱侧弯范畴,该病现已成为继肥胖症、近视之后,我国青少年健康第三大“害”。统计显示,在我国,中小學生发生脊柱侧弯人数已经超过500万,并且还在以每年30万的速度增加。

发病现状不容乐观
全身多系统受损加重心理负担

天津医院小儿骨科主任张中礼介绍,脊柱侧弯是指脊柱的一个或数个节段偏离正常轴线向侧方弯曲角度超过10度并伴有椎体旋转的三维脊柱畸形。从背部观察,健康人脊柱呈一条竖直线;脊柱侧弯患者的脊柱会呈现“C”形或“S”形的弯曲形态。从病因划分,脊柱侧弯主要包含特发性、先天性、神经肌肉源性、退变性、综合征型等大类,青少年

规范扣押收缴没收物品管理

陕西药监局出台新规

本报讯(记者 鹿玲玲)近日,陕西省药品监督管理局正式印发新修订《陕西省药品监管扣押收缴没收物品管理办法》(以下简称《办法》),以法治规范涉案药品、医疗器械、化妆品全流程管理,搭建起“办案与保管分离、处置分级审批、全程闭环可溯”的现代化监管体系,让扣押、收缴、罚没物品管理有章可循、处置有据可依,持续筑牢全省药品安全监管廉政与安全双重防线。

《办法》明确省、市、县三级药监部门权责边界,构建针对扣押、收缴、罚没物品的分层分级管理体系:省级部门统筹全省业务指导与集中处置,市级负责辖区统筹、指导县级开展工作,县级配备专职管理人员,无存储条件可申请跨区域委托保管,各级各司其职、协同联动,从组织架构上杜绝管理漏洞。同时明确,涉案物品保管、检验、销毁、公告等所有执法成本,全部纳入部门办案经费,严禁向当事人收取任何费用。

《办法》要求各级药监部门设置专用保管场所,配备防火、防盗、视频监控等安防设施,落实“双人双锁、专人负责”硬性制度,办案人员严禁兼任保管员,从源头实现办案、保管岗位分离。出入库、物品调用流程实现全链条标准化管控。因检验、辨认、普法宣传等工作需要调取物品,须履行分级审批手续,且特殊药品严禁用于展示。假劣药品、过期化妆品、不合格器械等危害健康的物品,由专业机构无害化销毁。麻醉、精神、放射性等特殊药品,严格按照国家专项法规处置。针对不易长期存放、易变质物品,新规增设先行处置条款,兼顾合规监管与资源高效利用,大幅降低保管成本与安全风险。同时,强化监督问责机制,纪检部门全程开展廉政监督,系统定期组织专项检查,对侵占、私分、损毁涉案物品等违规行为严肃追责。

据陕西省药监局相关负责同志介绍,新修订《办法》落地前,陕西药监已按照相关规定开展多项实操实践,检验制度运行实效。

佳县为留守女童发放卫生关爱礼包

近日,佳县教体局携手该县慈善社会公益事业服务中心,在通镇九年制学校开展“春柳计划”留守女童卫生关爱礼包发放活动,为该校288名青春期留守女童送去贴心关怀。

活动现场,志愿者们与孩子们面对面交流,认真倾听她们的心声与诉求。围绕青春期身心发育特点,工作人员现场科普了个人卫生护理、心理情绪调节、人身安全防护等知识,帮助女孩们正确看待青春期身心变化,自觉养成良好的生活卫生习惯,做到自尊自爱、乐观向上。实用贴心的卫生关爱礼包也让孩子们欣喜不已。她们捧着爱心物资,稚嫩的脸上洋溢着灿烂的笑容。

下一步,佳县慈善社会公益事业服务中心将持续深耕“春柳计划”关爱项目,不断丰富关爱内容、优化服务举措,全方位、常态化守护辖区留守女童健康自信、阳光从容地度过美好花季。



年特发性脊柱侧弯最为常见,占全部儿童脊柱侧弯病例75%至80%,目前确切发病机制尚不明确。全国校园筛查显示,中小學生脊柱体态弯曲异常(含姿势性不对称)整体检出率约23%,而符合Cobb角≥10°临床诊断标准的脊柱侧弯真实患病率为3%至5%,女孩多于男孩;另有调查显示,70%至80%中小學生长期存在读写坐姿歪斜、趴卧看书、缺乏腰背锻炼等不良习惯,这类姿势问题虽不直接造成真性脊柱侧弯,但可能会加重脊柱不对称,加速轻度侧弯进展。

张中礼强调,脊柱侧弯绝非单纯体态难看,会持续损害全身多系统功能,比如心肺功能受损,同时加重青少年心理负担。畸形脊柱挤压胸腔,胸廓扩张受限,会诱发通气不足、呼吸功能下降;胸廓活动度不足还会影响胸腔内心血管循环,严重时可影响心功能。骨骼层面,脊柱畸形会引发全身骨骼连锁失衡,出现高低肩、双侧肩胛骨高低不等、骨盆倾斜、腰背部单侧隆起、头部前倾歪斜,且频繁诱发慢性头痛。此外,脊柱结构偏移会压迫腹腔、盆腔脏器,干扰胃肠道消化、泌尿生殖系统正常功能。心理层面,明显不对称体态极易让青少年产生自卑心理,长期心理压力会伴随失眠、头晕、视疲劳,进而诱发焦虑、情绪压抑等心理问题。

筛查配合居家自查
抓住脊柱侧弯早期干预窗口

天津医院脊柱矫形与脊柱创伤病区主任宁尚龙说,10-14岁是脊柱侧弯筛查黄金期,在积极参加脊柱侧弯筛查的同时,家长可借助国家卫生健康委推荐的“四横一竖”+“前屈试验”居家自检,快速识别异常信号。

“四横一竖”基础观察法:“四横”分别对应四条身体水平连线。双肩连线:观察两侧肩膀是否等高;肩胛下角连线:触摸对比两块肩胛骨下端高度是否一致;腰窝连线:查看双侧腰部有无不对称隆

四维赋能优服务 医防融合惠民生

——渭南市华州区构建一体化基层公卫服务新模式



近年来,渭南市华州区作为紧密型县域医共体建设试点,聚焦群众看病就医难点,创新构建“巡回诊疗+家庭医生签约+慢病筛查+智慧赋能”四位一体服务新模式,推动优质医疗资源下沉,全力守护群众健康。

织密服务网络,打通“最后一公里”。华州区打破机构壁垒,整合区、镇、村三级医疗资源,组建78支复合型服务团队,实现163个行政村(社区)服务全覆盖。通过“医疗集团总分院+分院+村卫生室”三级联动,确保基本公共卫生服务公平可及。

聚焦重点人群,实施精准健康管理。针对慢病患者,推行“区级专科+乡镇全科+村级村医”三级联合坐诊,实现慢病共管。截至2025

甜蜜的零食为何会诱发呼吸衰竭

近期,13岁男孩喝一杯可乐吃两块蛋糕导致呼吸衰竭进PICU(儿科重症监护室)的消息引发家长广泛担忧。医生诊断,这是短时间内摄入大量糖分,身体无法代偿,诱发了糖尿病酮症酸中毒。

甜蜜的零食为何会诱发凶险的呼吸衰竭?平时又该如何识别和预防呢?记者请到了南京市第二医院内分泌科主任医师李彤冀。

“新闻中的13岁男孩体重160斤,已属于严重肥胖,入院检查血糖高达32mmol/L,很可能存在糖尿病或糖代谢异常。”李彤冀解释,当身体本身存在糖代谢问题时,短时间内摄入大量高糖食物,会使血糖急剧升高。正常情况下,体内分泌的胰岛素能够分解糖分来供应人体的能量需求。

但是,当糖尿病严重时,胰岛素绝对或相对不足的情况下,人体无法有效利用葡萄糖供能,会被迫分解脂肪来满足体内能量的需求,脂肪分解导致体内产生许多酮体。而酮体是酸性物质,在体内堆积过多就会导致酸中毒。酸中毒会抑制大脑的呼

一喷即降温却暗藏风险,医生提醒——

谨慎使用“网红”冷感喷雾

连日来,西安持续开启高温烘烤模式,街头、景区不少手持冷感喷雾随时降温的市民,出游人群更是把这款“消暑神器”装进背包,随手一喷便能瞬间驱散燥热。不过冰爽体验的背后,冻伤、过敏甚至燃爆隐患不容忽视。记者采访西安市红十字会医院皮肤科与医疗美容科副主任医师马小莹,为市民详解冷感喷雾的安全使用准则。

走在户外商圈、郊野露营地,冷感喷雾早已成为高温天的爆款单品。但很多使用者只看重即时的降温效果,却并不了解喷雾的降温原理,也忽略了不当使用带来的多重健康与安全隐患。

马小莹介绍,市面上的冷感喷雾主要分为两大类,降温逻辑截然不同,风险等级也差异明显。日常民用款多以乙醇、薄荷脑为主要原料,依靠酒精快速挥发带走体表热量,再借助薄荷脑刺激皮肤冷觉感受器,制造冰凉体感;而运动专用的急速降温喷雾添加丙烷、丁烷液化石油气推进剂,喷出后瞬间汽化会大量吸热,局部温度可骤降至零下二十摄氏度,原本是用于运动扭伤后的应急冷敷,并不适

起;髂嵴连线:触摸两侧胯骨顶端高度是否平齐。“一竖”为脊柱中线:用食指、中指沿脊柱棘突从上至下滑动,观察能否划出一条笔直竖线,若线条偏移则提示脊柱异常。

前屈试验是最有效的自检手段。让孩子双脚并拢、双腿伸直,躯干向前弯曲90度,双臂自然垂直地面,家长从后方平视背部,若两侧背部高低不对称,大概率存在脊柱侧弯。

宁尚龙提醒家长,若自检发现高低肩、肩胛骨不等高、骨盆倾斜、腰背不对称隆起等典型特征,切勿拖延,立刻前往正规医院就诊,完善站立位脊柱全长正侧位X线、左右侧屈脊柱全长X线等专业检查,明确侧弯Cobb角度。另外,当家长发现孩子存在一些异常表现时,需要警惕脊柱侧弯的可能。比如,孩子坐姿总是不端正、走路时身体有倾斜的情况、趴着双腿不等长、女孩穿裙子左右裙摆不齐,出现其中任意一种情况都要到医院骨科做进一步检查。

日常行为细节防侧弯
养成健康脊柱生活习惯

多数脊柱侧弯由长期不良姿势日积月累诱发,日常需摒弃坏习惯,建立护脊行为模式。第一要规避伤脊陋习。杜绝葛优躺、跷二郎腿、长时间低头看手机、歪站歪坐、单肩背包。第二是学会标准坐姿。腰背挺直,书本放平,远离书本一尺,胸离桌边一拳。第三,规范站姿步态。站立行走挺胸抬头、目光平视,双膝自然平直,拒绝歪斜耍酷站姿。第四,上下楼梯护脊。爬楼梯时保持上身挺直。

张中礼表示,脊柱健康贯穿青少年成长全过程,筛查、矫正、预防缺一不可。家长、学校应常态化关注孩子体态,定期开展脊柱自检,一旦发现异常需及时就医,在日常生活中引导青少年保持端正体态,远离伤脊坏习惯,从点滴小事守护脊柱健康,让每一位少年都能拥有挺拔健康的身姿。

医防融合惠民生

——渭南市华州区构建一体化基层公卫服务新模式

年底,高血压、糖尿病等慢病规范管理率稳步提升。针对“一老一小”,将健康体检与促进项目深度融合,2025年完成老年人体检3.78万人次,儿童健康管理率达98.45%。同时,强化孕产妇、残疾人及严重精神障碍患者等特殊群体的兜底保障与闭环管理。

深化医防融合,提升服务效能。以家庭医生签约为纽带,打破临床诊疗与公卫随访数据壁垒,实现信息实时互通。通过“健康预防—临床诊疗—后期康养”一体化链条,推动服务从“被动治病”向“主动健康”转变。

便民资源下沉,智慧医防赋能。常态化开展巡回诊疗,将专家、慢病筛查和签约服务送到群众“家门口”。建成区、镇、村三级“心电一张网”,区级专家实时远程诊断,累计服务超8.3万人次。同时,全面开放居民电子健康档案,落实双向转诊,2025年县域内就诊率超90%,群众就医体验显著提升。

经过实践,华州区重点人群签约率、服务满意度均超90%,基层防病治病能力持续增强。该模式为破解基层公卫服务碎片化、医防融合不深等共性难题提供了可复制的经验。下一步,华州区将持续完善机制,筑牢基层公共卫生服务网底,为健康华州建设奠定坚实基础。

通讯员 苏静

甜蜜的零食为何会诱发呼吸衰竭

吸中枢,还有脱水、电解质紊乱等情况,严重时甚至会引起呼吸衰竭,危及生命。

专家指出,糖尿病曾经被视为中年人和老年人的“富贵病”,近年来,随着生活方式的改变和生活节奏的加快,患糖尿病的儿童和青少年越来越多。具体来看,有以下几个原因:

- 1.肥胖:尤其是腹型肥胖,脂肪堆积在内脏,会分泌炎性因子,导致胰岛素抵抗。
- 2.不健康的饮食习惯:如高油、高糖和精细加工的食品摄入过多,容易导致能量过剩,并增加胰岛负担,进而诱发糖尿病。
- 3.缺乏锻炼:长时间缺乏运动,久坐不动和低体力活动的生活方式,会导致肌肉量减少,能量消耗降低,造成能量过剩,进而导致超重或肥胖。
- 4.睡眠不足:睡眠不足也是糖尿病风险升高的一个重要因素,不规律的作息会扰乱内分泌激素的分泌,引发高血糖和高血压等症状。

李彤冀强调,儿童糖尿病的症状往往不典型。

一喷即降温却暗藏风险,医生提醒——

谨慎使用“网红”冷感喷雾

合普通人日常大范围解暑使用。

皮肤冻伤是最频发的使用意外。马小莹在临床接诊中,就曾遇到因近距离长时间喷洒同一部位,出现皮肤发白、麻木刺痛的患者,严重者长出水泡,留下色素沉着与疤痕。“很多人图凉快,贴着皮肤对着胳膊、脖颈持续喷射数秒,低温会快速损伤皮下组织,冻伤的初期不适感很容易被清凉感掩盖,等到发现皮肤异常时损伤已经形成。”她提醒,乙醇成分还会持续破坏皮肤表层皮脂膜,频繁喷洒会造成皮肤干燥脱屑,敏感肌人群极易诱发接触性皮炎,出现泛红、瘙痒等过敏症状,眼周、口鼻黏膜以及破损伤口更是绝对不能喷洒的禁区,一旦接触会引发强烈刺激与黏膜充血不适。

除了皮肤健康问题,罐装喷雾的消防安全隐患更需要高度警惕。喷雾内含的酒精、烷烃类物质均属于易燃品,高压罐体在车内外中控台、阳台等暴晒环境下存放,罐内压力急剧升高,极易发生罐体爆裂;如果在密闭车厢、狭小空间大量喷洒,挥发的可燃气体聚集,遇到打火机、烟头等明火,会立刻引发爆燃事故。

医线传真

557个药品通过2026年基本医保药品目录初审

国家医保局近日对通过2026年目录初审的药品名单和主要信息进行公示,其中557个、54个药品分别通过基本医保药品目录、商保创新药目录初步形式审查。

据介绍,今年申报品种数量进一步增长,申报材料818份,涉及674个药品通用名,比2025年增加100份申报材料、41个药品通用名。形式审查通过率大幅提升,除预申报品种外,初步形式审查总体通过率92%。

“申报品种新药居多,五年内获批新通用名药品数量为343个。”国家医保局有关负责人介绍,这体现了我国医药行业蓬勃发展,新药上市数量持续增加,医药企业高度重视、积极参与药品目录调整。

形式审查是对申报药品是否符合当年基本医保目录和商保创新药目录调整申报条件以及药品申报信息完整性进行的审核。根据今年的调整方案,形式审查分为初审、初审结果公示、复核、最终结果公告四个步骤。

此次公示时间为2026年6月29日至2026年7月5日。公示期间,社会各界可对公示药品的资格条件、相关信息和初步形式审查结果进行监督。

彭韵佳

陕西省心理援助热线

咨询员培训项目开班

近日,陕西省心理援助热线咨询员培训项目开班仪式在陕西省精神卫生中心·西安市精神卫生中心举办。本期培训为期30天,采用线下分批次集中轮训模式,围绕岗位需求科学搭建三大教学模块,包含12天系统理论授课、8天现场观摩见习、10天岗位实操实习。

课程内容紧贴热线服务工作核心,全面涵盖热线服务伦理规范、来电接听专业技巧、心理危机分级干预、高危来电应急处置、常见心理问题识别研判、咨询师自我心理关爱等内容。培训聚焦专业化、实用化能力提升,全力培育高素质、实战型心理援助热线骨干人才。

该培训项目2026年全年计划开展6期专项培训,每期培训周期为1个月,首期学员将于7月22日完成全部培训课程。项目全年预计培育214名省级心理援助热线骨干人才,实现陕西省各地市心理热线服务力量全覆盖。

郑亚雷

渭南16家医疗机构成为

卒中“急救地图”定点医院

近日,渭南市急性缺血性卒中绿色通道溶栓病例大赛在市中心医院举行,同步举办卒中“急救地图”第二批定点医院授牌仪式。截至目前,渭南市16家医疗机构成为卒中“急救地图”定点医院。

授牌仪式上,潼关县人民医院、华州区中医医院、韩城市人民医院、韩城交大二医院、合阳县中医医院、陕西省荣复军人第二医院6家医疗机构被纳入卒中“急救地图”第二批定点医院,进一步扩容全市卒中急救网络,缩短急性卒中患者救治半径。

据了解,卒中“急救地图”并非普通示意图,而是一张整合了全市优质医疗资源的数字化协同救治网络。今年1月17日,“急救地图”首批纳入了10家具备卒中急救能力的医疗机构。第二批6家医疗机构加入后,将进一步实现“患者未到、信息先行”的精准调度,织密织牢区域卒中救治网络,为健康渭南建设作出新的更大贡献。

葛文倩

年龄越小,多饮、多尿、多食、体重下降这些典型表现可能只出现其中一种,很容易被家长忽视。如果孩子近期出现以上任何一种症状,都建议及时监测血糖,以免延误就诊。

日常生活中,究竟该如何避免成为“小糖人”?专家建议,饮食方面,家长应帮助孩子养成均衡的膳食结构,日常多摄入蔬菜、全谷物和优质蛋白质,适量选择水果并注意含糖量,同时减少糖果、油炸食品和腌制食品等高糖高盐高脂食物的比例,总热量要匹配孩子的年龄和运动水平。每天至少保证1小时的中等强度运动,如快走、慢跑或骑车,适当加入俯卧撑、仰臥起坐等力量练习,有助于增加肌肉量、改善胰岛素敏感性。

需要提醒的是,有糖尿病家族史或肥胖的儿童青少年属于重点人群,应定期检查空腹和餐后血糖,同时关注身高、体重、血压、血脂等指标,全面评估健康状况,以便早期发现异常。

吕彦霖 金雨晨

一喷即降温却暗藏风险,医生提醒——

谨慎使用“网红”冷感喷雾

不少市民疑惑,冷感喷雾是不是完全不能用?

马小莹表示,合理规范使用可以适度应急降温,关键要把控好使用细节。优先选择正规品牌民用冷感喷雾,避开含高浓度液化石油气的运动冷敷产品;喷洒时与皮肤保持二十厘米以上距离,单次喷洒时长控制在三秒以内,不要在同一位置反复补喷,最好优先喷洒在外套、防晒衣物表面,减少原液直接接触肌肤。户外使用时远离明火与高温热源,不要在车内密闭空间喷洒,用完及时开窗通风。存放时必须放在阴凉避光处,绝对不能长期留置在暴晒的汽车内。老人、儿童皮肤耐受度低,糖尿病患者末梢神经感知迟钝,不建议使用冷感喷雾降温。

在马小莹看来,冷感喷雾只能作为短时应急的消暑手段,长时间户外活动,物理防晒搭配定时补水才是更安全的防暑方式,穿戴冰袖、防晒衣、随身携带毛巾间歇冷敷,每隔半小时补充淡盐水,比频繁使用冷感喷雾更稳妥。如果使用喷雾后出现皮肤麻木、红肿刺痛等不适,要立刻用大量清水冲洗接触部位,症状持续不缓解需及时到皮肤科就诊处理。

马相