



吴焕淦代表：促进中医药进入青少年心理健康干预体系

推出“中医药+”学生心身促进项目



吴焕淦

受访者供图

中医药在干预心理健康问题上作用独特

近年来，中小学生的心身健康是社会关注的热点问题之一。《2022年青少年心理健康状况调查报告》显示，约14.8%的青少年存在不同程度的抑郁风险。2023年4月，教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》。

吴焕淦说，中医药是我国民族文化的瑰宝，在干预心理健康问题方面自古就有一系列的理念和方法。《中共中央国务院关于促进中医药传承创新发展的意见》明确指出，要实施中医药文化传播行动，把中医药文化贯穿国民教育始终，中小学进一步丰富中医药文化教育，使中医药成为群众促进健康的文化自觉。

“在目前的学生心理工作中，中医药的参与程度尚且不高，心理健康教育的效果较为一般。可以说，中医药未能有效参与到校园内外的心理干预体系内。事实上，中医药在促进心身

健康上独具作用和显著优势。比如，中医体质可参与筛查具有抑郁相关躯体症状的学生；中药、针灸等医疗干预可对失眠、抑郁、焦虑等具有疗效。”吴焕淦向记者介绍了两个让他感触颇深的案例——

第一个是关于儿童多见的注意缺陷多动障碍，也就是俗称的“多动症”。如今，在上海交通大学医学院附属新华医院建立了上海市抽动障碍、注意缺陷多动障碍中西医结合诊疗中心，比起一般药物治疗，更强调采用针灸、推拿、耳穴与心理咨询结合的方式进行治疗，疗效很好，受到家长的欢迎。

第二个是在上海中医药大学，吴焕淦所在大学的上海市高校心理健康教育与咨询示范中心开设了《传统文化与大学生心理健康》。“这是目前为数不多的，将中医学、传统文化和学生心理相结合的课程，选修的学生很多。传统文化的理念可以缓解很多现代社会高节奏带来的压力和烦躁。”吴焕淦自豪地说。

促进校园心理健康与中医药融汇

实际上，在中医药里，包含了很多调整心身的理念方法。比如，“七情”理论阐述了中医对各种情绪认识，中医中“天人合一”的观念展现的则是环境与身

体、心灵和谐统一的观念。中医药中的“调神、调气”各种方法可以让人气血调达，脏腑平和，而达到“阴平阳秘，精神乃治”的最终目的。这些都是传统文化参与校园心理教育的重要部分。由此，吴焕淦建议，推进中医药关注学生心理健康，促进校园心理健康与中医药融汇，更好地保障学生健康成长。

他认为，具体来说，要促进中医药参与学生心理健康干预体系，首先是要优化顶层设计，在下一个学生心理健康专项行动制定中，纳入中医药相关政策，促进中医药力量参与校内外学生心理干预。

比如，在校内可以纳入中医体质筛查气郁质等情绪相关体质；通过体育课程普及传统保健如八段锦、太极拳等促进学生学习传统文化中的心身调节技能；在校外积极推进中医药参与学生心理的“未病先防”与“既病防变”工作，并鼓励有条件的中医医院、中西医结合医院开展少儿心身专病门诊，鼓励开展临床专病建设。

他还建议，在中医药文化进校园中要关注心理健康，尤其关注中医药文化中的心身内涵。“建议加强相关讲师的中医心身素养培训；鼓励通过纪录片、课堂讲授、教学活动等形式，引导学生认识中医药与传统

文化中的人文底蕴，普及中医心身知识及传统养生理念，引导学生理解传统中医与情绪疏解有关的概念与方法；开展中医药校园心身教育案例征集。”

吴焕淦认为，还要促进学生心理学、教育心理学以及发展心理学与中医药学科的融合性研究，推进传统文化与心理学的教材建设；促进中医药与心理学，尤其是教育心理学科的人才交流；设立“中医药+学生心身”专项研究基金，并促进转化；建议推动一批有条件的中医药院校与其附属学校、合作学校联动，建设一批有特色的“中医药+”学生心身促进项目。



中医药文化贯穿国民教育始终。

青年报记者 刘昕璐

目前，上海已经有不少初高中普及了太极拳、八段锦等传统功法。上海市北中学根据传统太极拳的精髓，结合高中生的特点，创新“青春太极拳”，让学生体会传统文化中“刚柔并济”“动静结合”等理念。上个学年，上海中医药大学针灸推拿学院的师生也将太极拳、八段锦以及中医药文化带入浦东新区中小学课堂。

“一线的教师告诉我，学生对于太极拳的放松功能、中医理论中七情致病等，都很感兴趣。这些都是很好的试点，我由衷地希望，这些优秀项目能得到进一步推广。”吴焕淦说。

为了“银发族”的各项权益，上海团代表纷纷发声建言

青年报记者 刘昕璐

本报讯 民政部部长陆治原接受媒体采访时提及，养老问题是应对人口老龄化的重要任务，养老服务也是民政部门的重要职责，民政部将持续健全与居家社区机构相协调的养老服务格局。在上海代表团，多位代表十分关注这一民生议题，为了“银发族”的各项权益，代表们纷纷发声建言。



汤亮

陈正宝 摄

汤亮

城市公共设施 打磨“适老化”细节

“我今年针对居家养老就有相关适老化改造的建议，这是一个内需热点，更要把事情做好。”全国人大代表、全国工商联副主席、奥盛集团有限公司董事长汤亮这样告诉记者。

以什么方式养老是全社会



周桐宇

受访者供图

热议的话题。一些环境优美、设备齐全、服务周到的高级养老院，因为收费高昂，绝大多数老人的经济条件负担不起，加上受传统文化的影响，许多老人更青睐居家养老。汤亮认为，居家养老的“适老化改造”或者说“二次装修”是城市老年群体的“刚需”，也是市场上的一个内需热点。“各级政府只要把这个市场培育好，把有这部分需求的老年人的消费热情激发出来，就能形成一个消费热点，也可以极大地促进各类商品的‘以旧换新’，有力地促进内循环经济的发展。”

汤亮建议，政府主管部门针对居家养老“二次装修”的工程特点，要专门制定规范统一、条款翔实的二次装修施工规范，保护消费者切身利益，由专业人士撰写文章或编纂小册子，根据国内外改善居家养老条件的设计和装修的成功经验，普及相关的知识，推广成功的案例，并对扰乱市场秩序的行为进行有效监管。

“推动内需，加快内循环经

济，要靠扎实的工作。各级政府要抓住老百姓的消费热点，有力度地加火升温，进行引导。”汤亮同时还指出，不仅小家在做“适老化”改造，城市公共设施也要打磨好“适老化”细节。

“要为老年人的生活、出行便利创造更好的条件，需要政府相关部门进一步完善城市‘适老化公共设施’的建设，增加城市的温度。”汤亮说。

周桐宇

加强对老年人的防范宣传

以养老为名的诈骗活动层出不穷，不仅迷惑性大，行骗手段更是不断翻新，让被盯上的老年人防不胜防。今年全国两会，全国人大代表、上海市工商联副主席、威达高科技控股有限公司董事长周桐宇就此发出呼吁。

一般来说，养老诈骗犯罪活动存在涉及面广、复杂性强、被骗金额大等特点。周桐宇认为，治理养老诈骗问题，应加强政府

部门协同监管、公检法协调配合、府院联动，统筹协调涉养老案件办理全过程。

“有些老人直至去世，还没盼到返还的钱款，主要是因为涉案资金往往已经被犯罪分子转移或挥霍，而老年人又往往无法提供足够的证据来证明自己的权益。”周桐宇建议，通过完善法律制度、加强跨部门协作、设置专门审计等方式，提升追赃挽损效能，尽可能为老年人挽回经济损失。“在社会生活中，老年人群体通常处于相对弱势地位。被骗后，损失的基本都是养老钱，甚至是治病钱、救命钱。”

跨区域的涉众型非法集资也是养老诈骗常见的犯罪类型。周桐宇建议，建立跨区域案件即时上报和信息共享机制，细化指定管辖的操作标准和处理流程，加强对涉众型非法集资案件侦办工作的统筹协调。另外，加强防范宣传和预警劝阻，也是遏制养老诈骗犯罪的重要手段，而针对老年人的防范宣传也需要在日常进一步加强。