

近日，杭州市正式启动国家儿童青少年脊柱侧弯中医药干预试点工作，这一举措引起了社会广泛关注。据了解，脊柱侧弯是儿童青少年中常见的健康问题，全国发病率约为3%，已成为继肥胖、近视之后，危害我国青少年健康的第三大疾病。杭州市作为全国29个试点地区之一，肩负着探索中医药在脊柱侧弯防控中作用的重任。这一项目的启动，不仅为当地青少年带来了健康福音，也为全国儿童青少年健康事业开辟了新路径。10月12日，杭州市三墩小学举办了试点工作启动会，现场气氛热烈。学生和家长们收到了一份特别的“挺脊”大礼包，内含“挺脊”卡通形象、脊柱侧弯自我筛查教程、中医挺脊操教学视频、杭州市正脊健康地图、挺脊转诊直通券以及食疗方等。这些内容设计新颖、贴近生活，旨在通过寓教于乐的方式，让孩子们了解脊柱健康的重要性，并掌握简单的自我筛查和锻炼方法。家长们纷纷表示，这样的健康礼包既实用又有趣，能有效提升孩子们的健康意识。脊柱侧弯，医学上指脊柱在侧向发生异常弯曲，严重时可能影响心肺功能，甚至导致心理问题。青少年特发性脊柱侧弯AIS占脊柱侧弯病例的80%，发病率在0.47%至5.2%之间，与遗传、环境、脊柱生物力学等多因素相关。传统治疗方法如手术、支具矫正或运动疗法，存在费用高、疗效不确定及依从性差等问题。而中医药干预以其温和、非侵入性的特点，成为试点工作的核心亮点。中医认为，脊柱侧弯属“龟背”范畴，病因多为“筋骨失衡”。通过针灸、推拿、中药内服外敷及特色功法等综合手段，可有效缓解症状，恢复脊柱力学平衡。杭州市此次试点工作由卫健、教育、体育、疾控等多部门联合推进，形成“体卫融合”的创新模式。学校成为筛查和干预的主阵地，通过健康教育课程和中医挺脊操的推广，让孩子们在日常学习中融入脊柱健康管理。试点还推出了“正脊健康地图”，为家长提供便捷的医疗资源导航，方便及时就诊。此外，挺脊转诊直通券的发放，降低了就医门槛，让更多家庭能够接触到专业的中医药服务。值得一提的是，杭州市在中医药文化传承方面有着深厚底蕴。作为国家中医药传承创新发展试验区，杭州此次试点不仅局限于治疗，更注重预防与科普。专家指出，儿童青少年脊柱侧弯的早期发现至关重要，试点通过普及筛查教程，鼓励家长和孩子定期自查，做到早发现、早干预。杭州还计划在试点期间，总结中医药干预的疗效数据，为全国其他地区提供可复制的经验。家长们对这一项目充满期待。一位学生家长表示，自己的孩子曾因长期低头玩手机而出现轻微脊柱侧弯，得知试点项目后，第一时间带孩子参与筛查，并学习了中医挺脊操。她惊喜地发现，孩子坚持锻炼后，背部酸痛明显缓解，姿态也更加挺拔。这样的案例在试点学校中并不少见，越来越多的孩子通过中医药干预，逐渐恢复了健康的体态。专家提醒，脊柱侧弯的防控需要家庭、学校和社会的共同努力。家长应关注孩子日常坐姿、背包方式及运动习惯，避免长时间低头或单一姿势。学校则应加强体育锻炼，推广挺脊操等中医特色运动，提升学生的身体素质。杭州市的试点工作无疑为这一目标提供了有力支持，也为中医药在现代健康管理中的应用开辟了新可能。未来，杭州市将继续深化试点工作，完善中医药干预体系，力争在儿童青少年脊柱侧弯防控领域走在全国前列。这一项目的推进，不仅关乎杭州本地孩子的健康成长，更为全国儿童青少年健康事业注入了新的活力。期待这一试点能为更多家庭带来健康福祉，也为中医药的传承与创新增添一抹亮色。

原文链接：<https://hz.one/baijia/杭州市启动-国家儿童试点-2507.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/中新健康 | 杭州市启动国家儿童青少年脊柱侧弯中医药干预试点工作.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>