

■记者 蔡自祥 陈小斌 杨华

5月21日是世界脊柱健康日。近年来,我国青少年脊柱侧弯检出率逐年攀升,成为威胁青少年健康成长的“隐形杀手”。不久前,2025年全国青少年脊柱与视力健康专项活动在全国各地陆续启动,青少年脊柱健康工作得到了越来越多的重视。那么,我市青少年脊柱健康工作进展如何?如何有效预防和干预青少年脊柱侧弯?政府、学校和家庭又该如何共同发力守护学生的健康成长?记者对此展开了调查。

脊柱侧弯检出率明显增加 青少年健康成长面临新挑战

近日,在市中医院康复科,几名正在接受脊柱侧弯的矫正治疗。“这几年因脊柱侧弯来就诊的学生明显增多了,每逢周末和寒暑假,都有大批学生前来就诊。”该院骨伤科副主任医师林建南告诉记者,“如果透过衣服看到一些明显的不对称,就可能已经出现脊柱侧弯的问题了,有些甚至脊柱侧弯的角度都比较大。”

脊柱侧弯如果未及时进行干预,可能导致骨骼系统发育畸形,还可能造成腰背部慢性疼痛、心肺功能下降等。市民郑女士说,最初她对这个病还挺陌生的,直到她的儿子在中考体检中被检查出这一问题才开始了解,经过积极治疗,目前孩子的脊柱侧弯程度有了较大纠正。

到了高中阶段,随着课业压力

增加、户外活动时间减少、电子产品使用时间延长等多方面影响,学生在这阶段的脊柱侧弯检出率明显增加。记者从玉海街道社区卫生服务中心了解到,该中心2024学年对辖区内9所学校11289名学生开展体检时发现,92人有脊柱异常表现,侧弯达40度以上(重度)的学生有6人。其中,中小学生的脊柱异常率在1%以下,而高中阶段学生的异常率超过4%。郑女士告诉记者,她儿子的同学中,光是她知道的就有好几个存在脊柱侧弯的问题。

「脊」时出手 守护青少年「挺拔」未来



扫一扫,看视频



科学应对脊柱侧弯 多方携手守护学生

脊柱侧弯的危害不容忽视。它不仅会影响学生的身体发育,还可能对其心理健康造成负面影响,例如导致自卑或社交障碍。脊柱侧弯已经成为继近视、肥胖之后,儿童青少年的第三大“成长杀手”。而学生阶段正是治疗脊柱侧弯的最佳干预期,那么,瑞安市学校的干预落实情况又是怎样的呢?记者进行了走访调查。

近日,记者对马鞍山实验小学的一些学生进行了采访。大部分学生表示,自己知晓脊柱侧弯这一概念,在学习生活中,家长和老师也会提醒注意坐姿问题。该校大队辅导员陈晓雅介绍,近年来学校更换了学生的课桌椅,学生可以根据自己的身高来调整课桌椅的高度。学校也会开展关于学生坐姿的主题教育活动,还不定时邀请一些专家开展主题讲座。

实际上,除了姿势不良引起的功能性脊柱侧弯以外,长短腿、扁平足、高低髌等其他原因还可能引发代偿性脊柱侧弯。这种情况就需要医院介入,来消除这些诱发因素。因此,除了预防以外,脊柱侧弯筛查也非常有必要。

据了解,2023年,浙江省政府工作报告将“为300万义务教育段学生开展正脊筛查”列入省政府民生实事项目,市教育局、市卫健局等部门自2023年起在全市范围开

展儿童青少年“正脊行动”,为义务教育阶段学生开展脊柱健康状况筛查。

据统计,2023学年,全市学生脊柱侧弯有效筛查数136595人,脊柱异常人数(含脊柱侧弯、胸段侧弯、胸腰段侧弯、腰段侧弯、前后弯曲)5301人,异常比例达3.88%。2024学年至今的脊柱侧弯有效筛查数67666人,脊柱异常人数3374人,异常比例达4.98%。

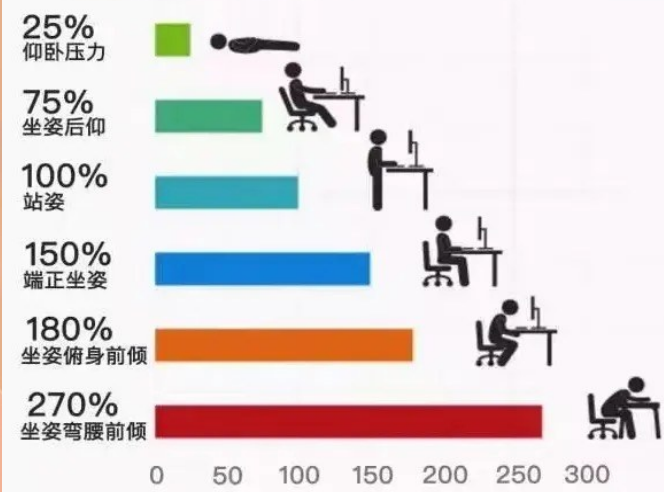
市教育局学生科科长蔡海东告诉记者,他们联合卫健部门,给脊柱异常的孩子建立了“一生一档”的动态跟踪机制,进行全链条跟踪。

市卫健局疾病预防控制监督科科长周超君说,青少年时期是矫正脊柱侧弯的黄金时期,随着时间推移,到了成年阶段后,身体结构、功能基本固定,矫正难度加大,所以脊柱侧弯问题一定要早预防、早发现、早治疗。

随着筛查工作的逐步开展,这几年脊柱异常学生的就诊人数呈明显上升趋势,记者从市人民医院获悉,该院组建了由脊柱外科、中医骨伤科、康复科、儿科、放射科等组成的脊柱侧弯多学科会诊团队,开设脊柱侧弯联合门诊,2024年接诊脊柱侧弯患者约1600人次,其中学生占比约80%。除了筛查,该院还在多个平台上推送一系列脊柱健康课程。

不同姿势下, 脊柱受压比值

* 生命时报转载于《康复医学》



【编后】青少年脊柱侧弯问题看似“小毛病”,却关乎着许多家庭的幸福生活,早发现、早治疗是应对脊柱侧弯的最佳防治策略。我们期待政府、学校、家庭和社会共同努力,为孩子创造一个更加健康、美好的未来。

【相关链接】

世界脊柱健康日

5月21日是世界脊柱健康日。世界脊柱健康日最初是在2011年世界脊柱健康联盟的成立大会上由多个国家和地区的代表提议设立的,旨在纪念第一届中华脊柱健康论坛的召开日——5月21日。在2012年,这一提议得到了联合国的正式认可,并将其定为世界脊柱健康日。

世界脊柱健康日的设立旨在提高人们对脊柱健康重要性的认识,帮助人们远离脊柱相关的痛苦和疾病。通过这一节日,希望能够引起社会各界对脊柱健康的关注,促进相关研究和教育,从而改善全球的脊柱健康状况。



“讲文明 树新风”公益广告

加强未成年人思想道德建设

促进未成年人健康成长

瑞 安 市 委 宣 传 部
瑞 安 市 融 媒 体 中 心 宣
瑞 安 市 精 神 文 明 建 设 指 导 中 心