



主管单位:中国科学院
主办单位:中国科学报社
学术顾问单位:
中国人体健康科技促进会
国内统一连续出版物号:CN11-0289

学术顾问委员会:(按姓氏笔画排序)
中国科学院院士 卞修武
中国工程院院士 丛斌
中国工程院院士 吉训明
中国科学院院士 陆林
中国工程院院士 张志愿
中国科学院院士 陈凯先
中国工程院院士 林东昕
中国科学院院士 饶子和
中国工程院院士 钟南山
中国科学院院士 赵继宗
中国工程院院士 徐兵河
中国科学院院士 葛均波
中国工程院院士 廖万清
中国科学院院士 滕皋军

编辑指导委员会:

主任:
赵彦
夏岑灿

委员:(按姓氏笔画排序)

丁佳	王岳	王大宁	计红梅
王康友	朱兰	朱军	孙宇
闫洁	刘鹏	祁小龙	安友仲
邢念增	肖洁	谷庆隆	李建兴
张明伟	张思玮	张海澄	金昌晓
赵越	赵端	胡学庆	栾杰
钟时音	薛武军	魏刚	

总编辑:张明伟

主编:魏刚

执行主编:张思玮

排版:郭刚、蒋志海

校对:何工芳

印务:谷双双

发行:谷双双

地址:

北京市海淀区中关村南一条乙3号

邮编:100190

编辑部电话:010-62580821

发行电话:010-62580707

邮箱:ykb@stimes.cn

广告经营许可证:

京海工商广登字 20170236 号

印刷:廊坊市佳艺印务有限公司

地址:

河北省廊坊市安次区仇庄乡南辛庄村

定价:2.50 元

本报法律顾问:

郝建平 北京灏礼默律师事务所

院士之声

陆林:如何守护儿童青少年精神心理健康

● 本报记者 陈祎琪

以健康寿命损失年为评价指标,精神心理疾病负担位列全球疾病总负担的第二位。目前全球约有 10%~20%的儿童青少年患有精神心理疾病,其中焦虑障碍和抑郁障碍约占 43%。中国 6~16 岁儿童青少年精神心理疾病总患病率为 17.5%,高于成人各类精神疾病 16.6%的终生患病率。

这是中国科学院院士、北京大学第六医院院长陆林近日在博鳌亚洲论坛全球健康论坛第三届大会“儿童青少年心理健康”分论坛上给出的一组数据。

“精神心理疾病已成为我国乃至全球都不容忽视的一项公共卫生危机。然而由于文化背景的不同,当前我国仍然存在家庭或个人回避精神心理问题而将其归结为其他问题的现象,患者普遍存在病耻感。因此,像今天这样的知识科普和宣传教育是非常必要的。”陆林说。

青少年五大精神心理问题

陆林表示,抑郁障碍、注意缺陷多动障碍、孤独症谱系障碍、自杀与自伤、物质使用障碍是儿童青少年常见的五大精神心理问题。

2022 年,中国科学院心理研究所对我国 29 个省(自治区、直辖市)3 万多名 0~16 岁中小学生的调查显示,约 14.8%的青少年存在不同程度的抑郁风险,其中 4%为重度抑郁风险。“中学生抑郁障碍发病率最高,抑郁会导致他们的学业水平、家庭关系和社会功能受到严重损害。”陆林说。

注意缺陷与多动障碍主要表现为注意力不集中、多动以及冲动,常伴有学习困难、品行障碍和适应不良。“我国儿童青少年注意缺陷与多动障碍发病率达 6.4%,其中 30%~50%会持续到成年。这些患者患病原因大多与低社会经济地位、成长在单亲母亲家庭、是独生子女、有 3 个或以上兄弟姐妹、男性、家族遗传、有福利院居住经历或负性生活事件有关。”陆林表示,注意缺陷与多动障碍还可能增加患儿的暴力行为,急需



陆林

家庭提高相关认识。

孤独症谱系障碍是一种由神经系统失调导致的发育障碍,其核心症状为社会交往障碍、交流障碍、兴趣狭窄和刻板重复行为,常伴有智力残疾(IQ<70)、睡眠问题、学习障碍、极端挑食、抽搐、肥胖、胃肠道不适等症状。

“发达国家孤独症谱系障碍的患病率高于 1.5%,我国不足 1%,但近年来发病率呈现上升趋势。”陆林表示,高龄妊娠、两次怀孕间隔过短、早产、低体重、小于或大于胎龄儿等因素都会增加孤独症谱系障碍的发病风险。“随着社会经济进步和思想观念的变化,现在很多女性无法在 23~28 岁的最佳年龄完成生育,但晚育对胎儿的健康而言是个风险因素。”

另外,随着年龄的增长,青少年自杀风险也在增加。数据显示,自杀是全球 10~19 岁青少年的第四大死亡原因,每年约有 45.8 万青少年因自杀死亡。“成年人的死亡原因多是癌症和心脑血管疾病,但在儿童青少年中,自杀和自伤已成为除交通事故伤害外最不可忽视的死因。”陆林表示。

作为国际麻醉品管制局(INCB)委员,陆林还谈到了物质使用障碍的问题。调查显示,在大多数地区,青少年使用大麻的比例高于 15~64 岁年龄段人群。“每次在联合国开会,我们都非常担心毒品对青少年的影响,因为这种影响是终其一生的。为了促进经济发展和减少犯罪,一些国家推荐大麻合法化,但实际上这一做法未能实现其目的。如何减少毒品对社会特别是对青少年的长期危害,仍然是全

球亟待解决的问题之一。”陆林说。

约一半精神心理问题始于青少年时期

“约一半的精神心理问题始于青少年时期,然而这其中多数问题并没有得到足够的重视,也未能及时干预,最终在成年时期发展成精神心理疾病。事实上,如果能在早期就逆转或遏制疾病的进展,对患者本人及其家庭乃至社会都有非常深远的意义,但目前我们还不能做到这一点。”

陆林进一步指出,在基础研究方面,精神心理疾病的发病机制尚不明确,只发现其与遗传、个人躯体健康、不良社会心理和教育环境、有害物质接触、虐待和忽视有关。在临床诊治层面,精神心理疾病不仅早期诊断困难,而且治疗方法有限。换句话说,就是既无特异性客观诊断生物标记物,也无特异性药物。在服务体系方面,诊疗资源服务能力亟待提高,心理健康教育工作有待进一步落实,学校、家庭、医院和社会间也缺乏有效的沟通和转介途径。

“未来最重要的是加强机制研究和转化研究,从基因-脑功能-个体-群体和生命全周期的角度阐释疾病的发生发展过程,揭示疾病的生物学基础。只有彻底了解疾病的本质,我们才能找到行之有效的解决办法。”陆林补充道,减轻精神疾病负担不仅仅是精神科医生的责任,还需要政府、学校、家庭、社会等多主体合力,也需要多学科协作,加强医工结合、医理结合,带动脑疾病诊疗技术转化应用,并推动多学科循证指南和专家共识的制定。

“中国在这方面已经采取了行动,旨在建立中国人脑健康多维度大数据的‘中国脑计划’正与全球科学家合作,以期精神疾病的早诊、早治、早康复贡献中国智慧。”陆林说,在国家政策的高度支持下,随着高水平人才培养体系的形成、分级诊疗制度的完善,以及与联合国、世界卫生组织和各国同道的合作,相信越来越多的儿童青少年能“身心健康”地成长。