

Sabine Kleinert: 如何筑牢青少年健康防线

● 本报记者 张思玮 见习记者 张帆

“若不采取有针对性的行动,到 2030 年,全球至少有一半的青少年(超过 10 亿人口)仍将生活在健康状况堪忧的国家,其心理健康、超重等多项健康指标均面临风险。”

这是今年 5 月,《柳叶刀》发表第二版青少年健康重大报告的内容。

“其中,引起儿童和青少年肥胖的一个不容忽视的因素,就是一些跨国公司将健康裹挟其中的商业利益。比如,超加工食品无处不在,含糖饮料被青少年大量消费。”近日,在由北京大学儿童青少年卫生研究所、《柳叶刀》及联合国教科文组织全球健康与教育教席(北京大学)联合主办的“中国儿童青少年健康发展研讨会”上,《柳叶刀》副主编 Sabine Kleinert 接受《医学科学报》采访时直言:有些跨国公司的做法非常“狡猾”,他们会说“这是你的选择,你可以喝水,也可以喝可乐”。但与此同时,你会看到到处都是可乐的广告牌,尤其影响年轻人。

Sabine Kleinert 引用了一句非洲谚语“如果你不是‘解决方案’的一部分,你便是‘问题’的一部分”,呼吁社会各界积极行动起来,为守护全球青少年健康寻求更优的解决方案。

青少年肥胖背后的商业驱动

第二版《柳叶刀》青少年健康重大报告联合主席、美国乔治·华盛顿大学公共卫生学院教授 Sarah Baird 曾指出:“全球青少年的健康与福祉正处于关键转折点,过去三十年来相关进展喜忧参半。虽然烟草和酒精使用率有所下降,中等及高等教育参与率不断提升,但在非洲和亚洲部分国家,超重和肥胖率在过去三十年间激增八倍之多,同时,全球青少年心理健康问题带来的负担也日益加重。”

上述报告显示,到 2030 年,高收入国家、拉丁美洲以及中东地区将有 1/3 的青少年面临超重问题。报告预测,届时全球超重或肥胖的青少年人数将达 4.64 亿,较 2015 年增加 1.43 亿。

儿童和青少年群体正面临日益严重的肥胖和超重问题,这是由什么原



Sabine Kleinert

受访者供图

因导致的?

Sabine Kleinert 表示,超加工食品、含糖饮料不仅在传统媒体上被广泛宣传,还在社交媒体上被大量推广。而这些产品背后都是销售网络非常庞大的跨国公司。

鉴于商业对不健康食品的推动,相应干预、监管措施的重要性愈发突显。

对餐厅强制实行卡路里标签政策是英国正采取的一项举措。但 Sabine Kleinert 表示,“不幸的是,研究表明,这并没有带来明显的改变,人们仍然会选择汉堡、薯条等高热量的食物”。

“对含糖饮料征税无疑是目前研究最多、效果最明显的措施之一。” Sabine Kleinert 指出,“一些国家已经对含糖饮料征税,结果显示肥胖率的增长趋于平缓。虽然没有哪个国家真正逆转了肥胖的患病率,而且由于商业实体反监管的举动,一些措施实际很难执行,但在拉丁美洲,尤其是智利和墨西哥,它们采取对含糖饮料征税的措施已经显示出一定效果。”

“如果我们采取了有效得当的干预措施,至少能带来‘三重获益’:改善青少年现在的健康;改善他们未来的健康;如果他们有孩子的话,也会改善他们孩子的健康。”Sabine Kleinert 说。

另外,Sabine Kleinert 也提及了回归传统饮食的必要性。

2019 年《柳叶刀》发布重大报告,首次提出“星球健康膳食”,这一概念

在 2025 年最新版的报告中获得重申。

据了解,“星球健康膳食”倡导以最低限度加工的植物性食物为主,适量摄入肉类和乳制品等动物性食物。研究显示,在全球推广这种膳食模式,每年有望减少约 1500 万例过早死亡,并显著降低 2 型糖尿病、心血管疾病、某些癌症、肥胖等慢性病的患病风险。

心理健康不容小视

青少年心理健康状况也是不容忽视的社会问题。

第二版《柳叶刀》青少年健康重大报告预测,到 2030 年,青少年因精神障碍或自杀导致的健康生命年损失将达 4200 万年,较 2015 年增加 200 万年。

北京大学儿童青少年卫生研究所所长宋逸指出,我国儿童和青少年所面临的心理问题有所不同:儿童主要表现为神经发育障碍性疾病(如孤独症谱系障碍),此外还有注意缺陷多动障碍;而青少年的主要心理问题是抑郁和焦虑。

尽管近年来中国在青少年健康领域的投入不断增长,但区域、城乡和社会经济群体之间的差距仍旧显著。此外,“重治疗、轻预防”的投入模式并不合理。上述报告表明,青少年健康支出中高达 73% 用于治疗,而用于预防的仅有 9%。心理健康支持、营养干预等关键的“第一道防线”往往被忽视。

同样,Sabine Kleinert 也表示了对“关于预防政策的研究”的期待。“其他

国家也能了解哪些政策有效、哪些无效,以及哪些可以从研究阶段扩展到国家层面的规模。”

“这就非常需要相关研究与学校政策相结合。”Sabine Kleinert 认为,在这一方向上,中国的研究人员优势明显,“因为中国拥有如此庞大的青少年群体,同时在监测疾病负担方面也具备很好的条件。”

AI 只是工具

受访中,Sabine Kleinert 还特别提到人工智能(AI)引发的新型科研弊端的问题。

对此,《柳叶刀》编辑部采取的做法是,要求作者在投稿时,主动声明“在研究过程或论文写作中是否使用过生成式人工智能”。如果作者选择“是”,编辑部会进一步要求他们详细说明具体使用了什么工具、用途、使用方式、用了哪些提示词等,并将这些信息与论文一同发表。

“生成式 AI 可以用于改善语法和语言表达,甚至查阅已有的研究成果,或对其进行总结,这些都是合理的用途。当这些用途被正确声明或披露时,作为编辑可以进行判断,但我们也要求作者对所报告内容的准确性承担最终责任。”Sabine Kleinert 表示。

不过,Sabine Kleinert 也指出了一些不被允许使用 AI 的场景,包括同行评审、述评文章。“因为审稿人、述评撰写者可能会将未发表的论文输入公共网络系统中,有可能导致未发表的研究内容泄露。”

针对于 AI 在医学领域中的价值,Sabine Kleinert 认为,AI 正被用于帮助医生处理一些繁琐的任务,例如出院总结、记录会诊内容等。“这是非常值得推广应用的。”

“我们可能都见过,医生在问诊时不再专注地看着你,而是问完问题后就开始在电脑上打字。我希望将来这样的情况会减少,医生真正与患者面对面的交流,而不是一直盯着屏幕。”Sabine Kleinert 表示,AI 只是工具,人类要真正改变世界,依然需要创新的思维与智慧。