



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
中国科学院院士 朱兰
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 蔡秀军
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)

王岳	王大宁	计红梅	王康友
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
沈根兴	张海澄	金昌晓	赵越
赵端	胡学庆	栾杰	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

开学季,继续筑牢儿童青少年健康防线

● 李春雨

近日,国家疾病预防控制局(以下简称国家疾控局)围绕“科学防病开学季健康护航新学期”举行主题新闻发布会。国家疾控局卫生与免疫规划司副司长费佳,中国科学院院士、北京协和医院妇产科学系主任医师朱兰等就学校卫生工作、学生常见病防控、疫苗接种以及校园传染病防控等问题作出回应。

从“单病防控”走向“多病同防”

儿童青少年健康问题往往并非孤立存在。费佳介绍,近年来,国家疾控局始终将保护儿童青少年健康置于公共卫生工作的突出位置,针对学生常见病和主要健康影响因素,从公共卫生维度提出“预防为主、早期干预、疾病预警”的三级预防策略,并与教育、卫生健康、体育等部门协同配合,探索建立政府、专业机构、学校、家庭、社区、个人“六位一体”防控模式。

“近视、超重肥胖、脊柱弯曲异常、龋齿等常见病,常常不是单独出现的。”中国疾控中心学校卫生中心主任医师郭欣表示,当一个孩子身上出现两种及以上的常见病时,就表现为多病共患。这些看似不同的健康问题,背后往往存在一些共同的健康风险因素。

在郭欣看来,“多病同防”就是抓住这些共同的健康风险因素,加强统筹、综合施策、同因共管,同时引导儿童青少年改善行为习惯、配套改进教学和生活环境,实现“一次干预、多病同防”。

目前,国家疾控部门正会同卫生健康和教育部门推进相关工作,包括健全学生常见病和健康影响因素监测,推动从“单病监测”向“多病同防”升级;完善筛查、评估、干预技术路径;围绕体重、视力、心理、骨骼、口腔五大健康问题综合施策,推进儿童青少年“五健”促进行动计划;并鼓励各地探索可复制、可推广的多病同防模式。

“多病同防不是给家庭和学校增加负担,实际上是把原来分散的健康要求整合成一套共同的行动,花一份力气,来防多种病。”郭欣说。

HPV 疫苗接种 从“及时接种”到“便利接种”

今年,HPV 疫苗接种成为儿童青少



新闻发布会现场。
国家疾病预防控制中心供图

年健康领域的关注热点。

费佳介绍,自 2026 年 2 月全面启动 HPV 疫苗接种工作以来,国家疾控局会同有关部门开展政策解读和宣传动员,持续优化接种服务。截至目前,全国已有 520 多万名适龄女孩完成首剂接种,整体工作进展顺利。

下一步,各地将进一步优化接种服务,包括全面开放周末疫苗接种服务,在学生放学时段开设课后接种专场,并为不便课后接种的学生开通周末绿色通道;根据区域和学校特点推行“一地一策、一校一策”;同时通过线上预约、电子核签、留观计时提醒等方式强化数智赋能。

对于为什么将 13 周岁女孩作为国家免疫规划 HPV 疫苗接种目标人群,朱兰表示,这是综合考虑 HPV 感染风险、疫苗保护效果、成本效益以及实施可行性等因素作出的选择。

“在 HPV 感染前,也就是发生初次性行为前,应该进行 HPV 疫苗接种,这样可以最大限度地发挥疫苗预防 HPV 感染的作用,以获得更好的保护效果。”朱兰说。

她介绍,国内外研究显示,9~14 周岁女孩接种 HPV 疫苗产生的抗体水平,是 15 周岁以上人群的 2 倍以上,保护效果可持续至少 10 年。因此,将 13 周岁作为接种目标人群具有一定合理性。

诺如病毒防控: 关键在于规范处置

秋冬季也是诺如病毒活跃期。由于诺如病毒传染性强,学校等人员密集场所需要格外重视早发现和规范处置。

郭欣介绍,学校晨午检可以通过“一看二问三摸四追”尽早发现异常:观察孩子精神状态和有无皮疹,询问是否存在头痛、腹痛、发热、咳嗽等症状,测量体温,同时追踪缺勤原因。

一旦发现学生呕吐、腹泻,应及时隔

离,通知家长带孩子就医并做好登记;如果同一班级短时间内出现多例相似症状,则应立即报告属地疾控机构。

对于校园内出现的呕吐物,郭欣提出了“散、盖、消”的处理方法。“散”即先疏散同学、开窗通风;“盖”即用含氯消毒剂浸透的抹布将呕吐物完全覆盖并作用 30 分钟;“消”即小心清除后,对污染区域进行含氯消毒剂擦拭。

她特别提醒,诺如病毒对酒精不敏感,酒精湿巾和免洗手液无法有效杀灭病毒,应使用肥皂和流动水洗手至少 20 秒。

科学运动,也要防范运动损伤

开学后,中小学生体育运动逐步恢复。如何让孩子安全运动,也是家校需要共同关注的问题。

中国疾控中心慢病中心研究员段蕾蕾建议,运动损伤预防重点把握好运动前、运动中和运动后三个环节。

运动前,应做好安全检查和充分热身。若孩子出现睡眠不足、身体不适或明显情绪紧张、兴奋等情况,不宜勉强参加高强度训练;正式运动前建议热身 5~10 分钟。

运动过程中,则应根据年龄、身体状况和运动能力合理选择项目、强度和时长,避免过度训练。“量力而行、循序渐进”是重要原则。如果出现胸闷、头晕、呼吸困难等不适,应立即停止运动、及时休息,必要时寻求专业帮助。

运动结束后,也不能忽视恢复。段蕾蕾建议通过深呼吸、慢走、拉伸等方式进行约 10 分钟的整理活动。如果发生急性损伤,应及时就医,康复期间避免过早恢复运动。

“预防运动损伤并不是让孩子不运动或少运动,而是应该帮助孩子在安全的前提下科学运动、快乐运动。”段蕾蕾说。