# 河北：中医全链条保护青少年脊柱健康

河北通过政府主导，构建校园、社会、家庭与医院联动机制，采取普查、宣教、干预、科研四位一体的模式，有力保障脊柱侧弯筛查普及率和防控效率——

河北：中医全链条保护青少年脊柱健康

本报记者 李娜

目前，青少年健康的隐匿杀手“脊柱侧弯”，还没有得到足够的重视。脊柱侧弯手术难度极大，还将造成数十万的高额医疗支出。近年来，河北省发挥中医药简便廉验的优势，大大减少患儿及家庭的身心与经济负担，也为全国防控脊柱侧弯探索出可借鉴的“河北模式”。

高度重视脊柱侧弯健康“杀手”

近年来，儿童青少年脊柱侧弯呈现隐匿性强、发病率高、低龄化等特点，严重危害健康，并对家庭和社会造成较大负担，成为继近视、肥胖之后的第三大健康“杀手”。

对于脊柱侧弯，很多人不以为然。其实，在中小学生群体中，脊柱侧弯发病率高，约占人群的4.12%，此外，双肩不等高、双下肢不等长、翼状肩脾、颈腰椎反弓、圆肩驼背等其他脊柱健康问题发病率也达60%以上，患儿年龄最小的仅6岁。脊柱侧弯多发生在青春期，隐匿性强，很多孩子发病初期症状往往不明显甚至完全没有症状，导致家长及社会对此病的认知度普遍较低，往往把脊柱侧弯的外在表现误认为是体态问题，从而耽误早期干预。一些孩子一经发现便已达到手术指征，不得不面临手术之苦，对身心造成严重不良影响。脊柱侧弯这个健康“杀手”，不仅会导致驼背、骨骼不对称等外在畸形及身高发育受限等危害，还可能因骨盆倾斜影响视力、挤压心肺导致功能障碍，严重者可累及脊髓造成截瘫乃至死亡。

临床证明，继发性脊柱侧弯，完全可以通过早期防控，达到不发生、少发生的目标。

近年来，上海、广州等地市开始关注脊柱侧弯，但也仅限于高校、医疗机构小范围的研究。2022年之前，全国中小学生每年校园体检中并未明确这一专项筛查，导致大多数患儿的病情未能早期发现。国家修订中小学体检相关管理办法后，脊柱弯曲异常被纳入指导重点，但因基层医疗机构脊柱侧弯防控技术严重缺乏，脊柱侧弯在学生体检中未能得到规范化筛查及早期有效干预。

“脊柱侧弯完全可以通过早期防控，做到不发生、少发生。因此，开展脊柱侧弯早期防控，与中医‘未病先防’理念完全契合。”河北中医药大学党委副书记、河北省中医院党委书记孙士江说。

有序、科学、持续开展脊柱健康筛查

2018年，河北省卫生健康委、省中医药管理局、省教育厅、省体育局联合发文，通过河北省中医院具体实施，对试点城市进校园开展脊柱侧弯全面普查。五年来，试点城市防控成效显著。2023年，河北省政府将青少年儿童脊柱侧弯防控工程列入重点民生工程，国家中医药管理局重点关注该项目进展，国家中医药管理局党组书记余艳红、河北省委常委严鹏程实地调研指导工作。

试点首先从石家庄市开始，由河北省中医院每年对全市5个主城区50万名中小学生进行规范化普查，目前已累计完成该市300余万人次中小学生的脊柱侧弯专项普查，到2023年，将对全省1200万中小学生进行全面普查。

“通过普查，可以大大降低脊柱侧弯发病率、减缓增长率、扩大健康科普率，提高脊柱侧弯防控工作水平，全面提升我省儿童青少年脊柱健康水平。” 孙士江说。

为将脊柱侧弯普查工作持续有效地开展下去，河北省在2022年明确将脊柱侧弯筛查作为中小学生校园体检内容。《河北省健康儿童行动提升计划实施方案（2021-2025年）》《河北省中医药发展“十四五”规划》等政策规划都对开展中医药防治脊柱侧弯作出安排部署。同时，河北省以开展健康中国行动中医药健康促进专项活动为契机，将脊柱侧弯防控技术推广普及列入年度重点工作，大大增强了民众对于脊柱侧弯的防控意识，有力推动这项工作作为长期工程在全省推广普及。

同时，河北省还建立起稳固的防控体系，在依托省中医院成立河北省青少年儿童脊柱侧弯防控中心的基础上，成立河北省中医药学会青少儿足脊康复专委会，汇集省内相关多学科专家，并聘请北京、上海、广州、香港等地专家加盟，组建起脊柱侧弯防控专家智库。同时由县级卫生健康部门推荐遴选，在全省建立起464个筛查机构和210个防控机构，并依托各地中小学校建立了脊柱健康宣教站点。

此外，河北还建立防控信息系统，开发建设了全省各学段青少儿脊柱健康电子档案信息管理系统，可掌握各地应筛查与实际筛查量、发病比例、男女占比、年龄结构、复查比例、干预情况等数据，依据数据对各地防控工作进行分析和质控管理。

为将石家庄试点工作经验推向全省，河北设计编制了系统实用的培训课程，深入挖掘中医药宝贵资源，突出中医干预优势，结合多年临床实践、科研数据，制定中医药防控技术指南，制定科学、统一的质控标准，实现规范化筛查、规范化治疗、规范化干预。

自2021年起，河北每年对14个设区市600余家防控机构2万余名学员进行脊柱健康筛查培训及考核，考核通过者颁发培训合格证，方可入校筛查，承担防控工作。

“河北通过校园、社会、家庭与医院联动机制，保障筛查普及率；通过采取普查、宣教、干预、科研四位一体的模式，保障防控效率。”河北省中医院健康管理部部长张微说。

就这样，通过有序、科学、持续开展脊柱健康筛查工作，河北扎扎实实地走到了防控脊柱侧弯的“第一方阵”。

发挥中医优势应对脊柱侧弯

造成脊柱侧弯的原因繁多，包括先天性、神经源性、各类疾病继发等。脊柱侧弯的形成，是多节段椎体出现不同程度的旋转导致，治疗上要兼顾三维结构，目前其仍为世界性治疗难题。

在河北省开展该项工作之前，脊柱侧弯治疗主要有两种方案：侧弯度数在20度以下采取支具矫正；侧弯度数超过40度采取手术治疗。

在河北省中医院党委的高度重视下，治未病科室的成员们挑灯夜战、埋头研读，希望能从既往的科研成果、理论书籍中找到一些治疗的思路。

这一找，就选定了中医药。

大家发现，中医正骨手法正是应对脊柱侧弯的良方。

中医正骨作用于脊柱，能有效改善脊柱侧弯节段所出现的椎体旋转，可以对脊柱侧弯状态下椎体的变化机制进行干预和治疗；再通过康复训练，对脊柱侧弯形态进行矫正，控制脊柱侧弯进展，锻炼相关肌肉力量，增强脊柱的稳定性。

结合多年临床实践，河北省中医院逐渐探索出以中医正骨为主，结合运动康复、力学呼吸康复训练的三位一体综合疗法，中医正骨手法让脊柱侧弯曲度恢复到10 度以内的案例达九成以上，成功避免了手术治疗。

确切的临床疗效，也获得了学生和家长的普遍认同，就医依从性大幅提高。

“龙出水、龙推背、龙摆尾”，伴随着舒缓的音乐，微风和煦的操场上，孩子们认真做着脊柱健康促进操“龙脊导引操”，这套操由防控专家组结合临床防控实践经验原创，目前已进入全省宣教推广阶段。

同时，河北省还深入挖掘中医药文化，组织国医大师、全国名中医研发了小儿健脾肾壮骨等系列食药同源食疗品、脊柱健康促进坐垫等护脊用品等，有利于青少儿脊柱健康成长。

中国中医药报2023-06-28