

# 保卫现代人的“心”“身”健康

## ——访区政协委员周礼华



文 / 记者 李瑾琳 陆翔 图 / 资料

在当今社会,心理健康与精神卫生问题日益受到公众关注。在此,让我们听听区政协委员、上海市精神卫生中心院领导周礼华聊一聊“如何全方位温暖守护现代人的心身健康”。“我们致力于精准触达青少年、成年人、老年人等不同年龄段人群,实实在在地温暖呵护他们的心身健康。”周礼华说道。

### 多重身份 一颗初心

来到宛平南路 600 号之前,周礼华曾先后在政府和国企工作,受上海申康医院发展中心委派,任职于上海中医药大学附属龙华医院。气质优雅、做事干练、说话掷地有声的她,现兼任九三市委医疗卫生委员会副主任,是上海市政府采购和科技成果转化评审专家。

她虽有多重身份,却始终“不忘初心”,用一颗“初心”真真切切为百姓干实事、谋福利。现任职于上海市精神卫生中心的她,结合业务并以政协委员身份,率先助力徐汇区卫健委推行“基层心身诊室三年行动计划”,在漕河泾园区政协委员工作站,以“中医情志管理项目主理人”身份为园区白领们输送情绪价值,为引领徐汇成为未来全市基层和园区“老、少、白领”心身疗愈模板出一份力。

周礼华告诉记者,她现在思索的是:“各人群、各年龄段有着不同的精神卫生和心理健康特征,如何针对不同年龄段人群的精神卫生和心理健康特征,给予他们更好的温暖守护”。例如,青少年处于心身快速发展阶段,容易出现焦虑、抑郁等情绪问题;成年人承担着工作、家庭、子女等多种责任,容易导致职业倦怠、婚姻危机、亲子矛盾等心理问题;老年人易患各种慢性疾病,容易引发情绪障碍……面对各种人群罹患心理疾病各不相同的原因与表征,结合差异针对性地开展相关举措,才能达到较好效果。

与此同时,她深刻认识到,当前精神卫生工作仍然存在一定的痛点和难点:例如在认知与观念上,社会公众对精神卫生问题的重要性认识不足,依旧存在对精神疾病的偏见和歧视,精神科医生、心理治疗师、专业护理等人才不足且分布不均衡,供需匹配难。此外,有限资源下更需进一步加大精神卫生资源的整合力度,提高协调配合度。

周礼华说道,上海市精神卫生中心按照“国家精神疾病医学中心和国家精神医学专业质控中心”双国家中心建设总体战略部署,以“优势学科群”建设为重点,以“大专科,小综合”为发展路线,多措并举提升临床专科能力,带动医院诊疗水平跃升:在精神疾病诊疗方面,重点打造了“中医神志病、老年精神障碍、心境障碍、心身障碍、成瘾障碍、儿少精神障碍、精神科急重症、精神病性障碍、神经调控”等九大临床诊疗中心;去年又新增了“学习困难、成人 ADHD(注意缺陷多动障碍)、女性全周期、性心理健康、孤独症、疼痛”等 6 个

特色门诊,这一切的努力,都是为了逐步满足市民的各类精神卫生和心理健康需要。

### 心力所及 双管齐下

在周礼华看来,学科建设是硬实力,文化输出为软实力,“软硬兼施”与“双管齐下”才是王道。为此,她十分重视资源统筹、扶持新产品和新药物研发成果转化、精神障碍病理机制和诊疗技术创新以及精神学科人才培养;在注重业财精准融合下,支持精神卫生服务体系的持续完善与患者综合健康管理水平的提升……她积极为研究解决重大公共卫生问题等精神心理服务供给能力建言献策,助力国民心理健康,孜孜不倦,乐此不疲。

近几年来,“宛平南路 600 号”在市民心目中已成为特殊的文化品牌,“600 号”月饼、咖啡、T 恤、玩偶……每款新品推出即成“爆款”。“打造‘600 号’文化品牌,目的是增进社会公众对精神专科医院的认识,提升市民对心理健康的关注度,减少精神疾病的污名化与病耻感,如今这个文创品牌已然成为具有全国影响力的‘公益符号’与‘亲民品牌’。”周礼华说道。徐汇院区 600 号画廊,更是上海市精神卫生中心又一个闻名遐迩的特色品牌项目。“画廊中大多数作品和金句来自相关患者,每一期画廊均面向一个特定人群或特定心理困扰。”据周礼华介绍,针对青少年系列情绪问题,上海市精神卫生中心开展了一系列的有效举措,“600 号画廊”连同闵行院区“青少年科创教育基地”每年接受各级各类学校组织参观数万人次。就在今年 3 月,“600 号画廊”还联合徐家汇“上剧场”推出“2 公里,是我们与爱的距离”特别展,引导人们探寻内心世界的平衡。

此外,她经常深入基层,与社区居民面对面沟通交流,发挥其专长,将社会民生问题与提升教科卫体工作水平紧密结合,撰写的系列关于优化老年群体就医机制、提高心理健康供给服务能力等方面诸多提案和社情民意,被国家、市、区政协录用。



“心之所向,行必能至;力之所及,恒必有成。”周礼华说道,“今后,希望借助各类平台,贡献更好创新理念和更多操作性举措,为百姓心身健康和高质量生活而不懈努力。”

