

关注世界精神卫生日

### 本市亮出心理健康服务能力“家底儿”

# 112家社区医疗机构有心理门诊

本报讯(记者 贾晓宏)今日是世界精神卫生日,北京市卫生健康委亮出了“心理健康”医疗服务能力“家底儿”:本市目前共有25家精神专科医院,社区医疗机构中有112家设有精神科(心理)门诊,综合医院中有52家开设了心理(精神)科。本市计划为4万名居民提供线上筛查服务,并对2000名心理健康高风险居民提供线下干预服务。

为提高全社会对心理健康重要性的认识,促进常见心理/精神卫生问题的早期发现和早期干预,市卫生健康委和市财政局联合在东城区、西城区、朝阳区、海淀区、房山区、怀柔区开展北京市居民心理健康筛查与干预1期项目,计划对4万名居民提供线上筛查服务,并对2000名心理健康高风险居民提供线下干预服务。

该项目通过“暖翼——知心心理测评平台”为居民提供自助式个体心理健康状况评估服务,及早识别可能发生的心理健康问题。目前已完成对3.1万人的自评筛查,筛查高风险9000余人。项目还将为有需求的居民提供多种形式的心理问题干预服务,如线上心理疏导干预、心理热线咨询服务、个性化心理咨询与干预服务。

目前,本市已经形成了精神专科医院、综合性医院精神科和心理科、精神疾病预防控制机构、基层医疗卫生机构等多类别、多层级的共同参与、面向群众的心理卫生服务综合体系和精神疾病康复管理体系。全市共有精神专科医院25家;市级精神疾病预防控制机构1家,区级精神疾病预防控制机构16家;有359家社区卫生服务中心开展精神卫生工作,其中有112家社区卫生服务中心设有精神科(心理)门诊。综合性医疗机构中,有52家设有心理(精神)科,可以为公众提供专业的心理卫生服务。

全市大中小学均建立心理咨询场所,在民政部门登记的民办非企业单位性质的心理咨询机构有61家,在工商部门登记的企业类心理咨询机构有238家,涵盖了理论研究、教育培训、咨询督导、临床技术和特殊人群心理康复等专业领域。北京市医疗机构中,精神科专业人员总数5563人,其中心理治疗师95人,心理咨询师95人,精神科医师、助理医师1213名,精神科护士2695名。北京精神卫生人力资源的国内外比较处于比较高的水平。

相关新闻

### 三类人最需要关注心理问题

本报讯(记者 贾晓宏)青少年、女性和老人要特别关注心理健康问题。昨日,北京回龙观医院副院长王绍礼提示,这三类高危人群,一旦发现心理问题,一定要积极应对。

青少年时期是一个人从幼稚走向成熟,从家庭迈进社会的过渡期。在身体、自我意识和人格迅速发展的同时,青少年面临多种危机,容易出现各种心理、情绪和行为问题。“这一阶段的心理问题没有解决好,很可能影响今后的发展。”王绍礼说,我国3.67亿18岁以下的儿童、青少年中,至少有3000万人受到各种情绪障碍和行为问题的困扰,其中比较常见的是心理障碍,突出表现为人际关系、情绪稳定性和学习适应方面的问题。女性因为拥有细腻

的心思,与男性相比,更容易出现抑郁症、神经衰弱、癔病、更年期综合征及焦虑症。到了老年期,人的器官开始老化,功能出现衰退,各种躯体疾病陆续出现,导致老年人容易发生各种精神心理障碍,最常见的是老年期抑郁障碍,其他的还有老年期谵妄、痴呆、老年期创伤后应激障碍、睡眠障碍等。

王绍礼介绍,出现心理不适,首先可以自我调节,包括正确面对压力。遇到挫折时,转移注意力,等心情平静后,再重新考虑如何解决烦恼。敢于以自己独特的方式适应社会,走自己的路,做自己的事。学会宣泄。用积极的方式与人沟通。一旦觉得自己心理压力过大,自我调节无效,就应积极求助于专业人员。

### 49名“慢病健康卫士”上岗

本报讯(记者 刘欢)昨日,在中日友好医院举行的慢病宣传日活动中,49位“慢病健康卫士”正式上岗。未来,这些医务人员和疾控专家将为广大市民和社区医生拉起一张慢病防控网。

天气转凉后,人们的血压容易偏高;户外活动减少后,发生骨质疏松的风险也会随之增高。秋冬季也是心梗、冠心病和脑卒中中等病的高发期……当前,慢性病已成为全球居民健康的头号杀手。在我国,每年以心血管病和糖尿病为首的慢性病,致死人数占所有死亡人数的85%。慢病在我国的疾病负担越来越重。

“慢病防控是一项综合、庞大的系统性工程。”中日友好医院疾控处副处长郭丽萍研究员介绍,为提高人们的健康素养,未来,来自中日友好医院心脏科、神经科、内分泌科和中西医结合心脏内科等多个科室的“慢病健康卫士”,将面向公众推出多学科联合义诊以及形式多样的健康教育。同时,他们还将通过定期培训,把最前沿的慢病健康科普知识传递给老百姓的“健康守门人”——社区医生,帮助他们提高慢病管理能力,早期识别慢病潜在危险因素。

## 西城发布养老服务十大项目

本报讯(记者 王海燕)昨天,西城区在万寿公园举办养老服务成果展。在启动仪式上,西城区区委社工委、民政局向社会发布养老服务十大项目,包括为500名老年人提供康复护理服务;全区养老餐桌建设达到300家;家庭养老床位建设达到500张;全区养老机构床位建设达到5000张等,预计在2020年前完成。

万寿公园位于白纸坊东街甲29号,是本市首座以老年活动为中心的主题公园,也是西城区的孝老敬亲示范基地。公园内除了有便于老人活动的休闲设施,如康复乐园、地书广场、门球场、百寿苑、茗香茶社、运动健身广场,还有老年法律援助服务中心、西城区养老服务成果展示中心、养老顾问工作站等,可以为老人提供全方位的服务。

西城区养老服务为民十大项目在启动仪式上发布。包括为低保低收入困难老年人提供“理发、洗浴、代换煤气”等三项为老服务;为100名老年人提供安宁疗护服务;为500名老年人配备智能化养老产品;为500名老年人提供康复护理服务;为1000名高龄独居老年人提供上门巡视服务;为1000名失能老年人进行家庭适老化改造;为1400名无保障老年人进行免费体检;全区养老餐桌建设达到300家;全区家庭养老床位建设达到500张;全区养老机构床位建设达到5000张等。十大项目将在明年年底前完成。

相关新闻

### “孝顺之星”受表彰

本报讯(记者 王海燕)在昨天的西城区养老服务成果展启动仪式上,10位受表彰的“孝顺之星”代表上台领取获奖证书。为他们颁奖的不是坐在台下的领导干部,而是地区的老年人代表,场面十分暖心。

西城区今年评选出了300位“孝顺之星”,包括20多年如一日为老年人提供法律援助的公职律师孙向民;无微不至照顾百岁老人的孝顺儿媳杜贤佩等,个个都有着感人的事迹。这次走上颁奖台的是其中10位代表。

西城区民政局相关负责人介绍,请老人为“孝顺之星”代表颁奖,主要是想体现这个荣誉称号背后的精神内涵。原本计划邀请各“孝顺之星”的服务对象上台颁奖,但很多老人因为卧病在床,或者残疾、行动不便等原因,无法到场,所以邀请了地区10位老年人代表上台颁奖。“希望这场特殊的颁奖仪式,能鼓励‘孝顺之星’更好地走下去,同时也带动更多人加入到敬老孝老的队伍中来。”

本报记者 方非摄



## 本市首个老年餐桌标准发布

### 共分三个等级,其中三星级餐桌须提供“特殊食谱”

本报讯(记者 马婧)老年人餐位不少于三分之一、提供老年人特殊食谱、配备老花镜放大镜等服务用品……这是三星级老年餐桌提供的细致服务。记者昨天获悉,由西城区民政局、西城区市场监督管理局、西城区饮食行业协会、正河山标准化咨询事务所联合起草的《老年餐桌等级划分与评定》已正式发布,通过评分细则的形式对老年餐服务企业的设备设施、膳食品质、服务质量等进行量化。其中最高等级的老年餐桌餐厅要有痛风、素食、适合少数民族的特殊食谱。

这是本市首个关于老年餐桌的专项团体标准,在全国老年餐服务管理方面尚属首创。老年餐桌指的是具有适宜老年人就餐的场所、设施设备用品,为老年人提供餐饮服务的经营单位。根据新发布的标准,老年餐桌共分为一星级、二星级、三星级三个等级。星的颗数越多,表示老年餐桌的级别越高。

不同星级具体有什么区别?建筑与设施设备条件、膳食品质要求和餐服务质量等都是等级划分的依据。一星级老年餐桌要求老年人餐位不少于总餐位数的五分之一且不低于4个餐位,日均就餐老年人不少于10人,同时有老年人膳食食谱在集中就餐区域公示。二星级老年餐桌要求老年人就餐服务区标识明显,老年人餐

位不少于总餐位数的四分之一且餐位不少于10个,餐厅要配置适老化功能的餐桌、餐椅、餐盘等设备用品,日均就餐老年人不少于30人。

三星级老年餐桌要求最高,老年人就餐服务区餐位不少于总餐位数的三分之一,且老年人人均餐位面积不小于1.5平方米,餐厅要有老年人特殊膳食食谱,如素食、少数民族、高血压、糖尿病、痛风等食谱,并在集中就餐

区域公示;餐厅还要配备老花镜、放大镜、签字笔、书报架、呼叫器等服务用品,设置热水器提供温水,水龙头采用非手触动式开关;其日均就餐老年人不少于50人,有服务人员为有需要的老年人主动提供就餐、点餐、送餐、推车、取物品等协助服务。

为方便市民辨识,西城区饮食行业协会统一制作老年餐桌等级标志牌和证书,悬挂在餐厅的显著位置。

相关新闻

### 北京“银发消费月”启动

本报讯(记者 金可)由北京市商务局主办的2019北京“银发消费月”近日正式拉开帷幕,活动将持续至11月15日。

消费月以“新银发时代,享品质生活”为主题,在城区的近20家养老驿站,以及通州区、亦庄经济技术开发区、回天地区以及海淀区的十余处社区街道,举办重阳节专场活动。重阳节当天,在诚和敬永内大街驿站、国安养老白纸坊驿站两个站点已同时开展“进驿站、送服务”专场活动,将需求最集中的各类服务和

商品带到老年人的身边。

据统计,此次消费月参与企业200余家,参与门店数千家,主要覆盖生活服务、健康、餐饮、文化旅游四大板块,涵盖了老年人日常消费的食、住、行、游、购、娱等各个环节。其中深受老年消费者熟悉和信赖的北京老字号企业30余家,包括仿膳饭庄、盛锡福帽业、张一元茶叶、同升和鞋业、吴裕泰茶叶、稻香村等企业,将在消费月中推出针对老年消费者的促销、优惠活动。

### 朝阳今年将助2万劳动力就业

## 人力 社保 面对面

本报讯(记者 代丽丽)为了帮助城乡劳动力实现就近就业、高质量就业,朝阳区人力资源公共服务中心(简称“朝阳公服”)深入街乡需求、搭平台,今年已帮助13659人实现就业。

帮助2万名劳动力实现就业,这是朝阳区今年就业工作的任务之一。这个任务量占全市的1/9,居各区之首。王焯是朝阳公服的工作人员,和其他同事一样,每天上午她在单位处理工作,下午直奔街乡“流动”办公。为推动就业,朝阳公服要求科级干部带队,普通干部包片,走街入户做调研,与失业人员和企业面对面,为他们未来的发展说政策、做谋划。

辖区登记失业人员、高校应届毕业生、各类企业以及对口帮扶地区建档立卡人员,都是调查的范围。具体到个人,基本情况怎么样、自身优势是什么、有没有就业意愿、有何就业

需求;具体到企业,是否与就业部门达成长期合作,适合就业困难人员的岗位有哪些、有多少……一摸清清楚楚。近两年,已精准调查形成就业供需两大数据库并实时更新。

组织招聘会、提供政策咨询服务……企业有需求,朝阳公服、街乡会立即响应,甚至主动上门服务。

京客隆商业集团优先招用失业人员、农村劳动力,这几年都享受到了包括社保、岗位以及稳岗补贴在内的政策支持,每年享受补贴达五六百万元。用京客隆人力资源经理李春溢的话来说,“有政府部门的支持,企业能更好地承担起社会责任。”

今年以来,包括京客隆在内,朝阳区公共就业服务机构已与4200余家大中小型企业合作,建立了稳定的合作关系,累计开发就业岗位7万余个。

为提升“搭平台”的效力,朝阳公服还与区工商联、区总工会、区妇联、区残联等相关单位合作,信息、岗位互通共享,每年精心组织“春风行动”“就业援助”“民营企业招聘月”等10余场专场招聘。通过多层次、多维度、全方位服务,实现个人意愿与企业需求精确对接,朝阳公服今年已帮助13659人实现就业。

### 224件文物首博讲述“山河故事”



本报讯(记者 刘冕)一场《山河·家国——北京西山永定河文化展》近日在首都博物馆地下一层水景庭院展出,永定河床出土发现的石人等224件文物将水和山的故事娓娓道来。

展厅里,224件文物依照时间顺序,从文明交汇之径、都城繁盛之源、文化传承之根三方面介绍西山永定河地区从远古人类起源至中华人民共和国成立的演变历程。

水和北京城的故事,是展览中的重头戏之一。“西山永定河水网密布,城市因水而盛。曹魏时期开凿广济渠,为都城灌溉提供水源;金元时期开凿金口河以发展漕运;明清时期,永定河上游植被被毁,中下游水灾频繁,国家大举兴修治水工程。”讲解员边说,边走过一幅幅永定河水

源图。其中有一幅人物图片格外显眼,这是郭守敬肖像。“元代以前,城市取水只是在莲花池,郭守敬从白浮泉引水入京。”讲解员说,这有点类似于“引滦入京”。在元大都运河示意图上,有一个“金口河取水口”的标记。专家说,当年郭守敬从此取水,解决了修建元大都木材的运输问题。

展览中,三家店水利会账目、龙门三级浪石刻,还有首博常设展厅的克盃、克罍等文物悉数亮相。京古道地图上,板桥、白道子、王平村等密密麻麻的地标几乎铺满。专家介绍,由于京古道,西山地区当年的服务业很发达,商铺旅店很多。“这条古道主要是军道、商道和香道,历代不断修缮,至今仍有遗迹留存。”此次展览将持续至10月31日。本报记者 程功摄

### 九座城市“运河礼物”通州齐亮相

本报讯(记者 王海燕)“爱上大运河”大型跨省融媒体新闻行动近日在通州区大运河森林公园举行收官仪式。北京、天津、杭州等九座运河沿线城市推出的“运河礼物”在活动中集中亮相。

这次活动在大运河森林公园柳荫码头举行。停泊在岸边的大型游船甲板,就是“运河礼物”展示的主场地。礼物背后,都是浓浓的城市韵味。像山东省济宁市展示的是竹笔筒。这小小的笔筒和历史上“南竹北运”密不可分。当时,运河船只停靠在济宁中转,货卸下后又装车运往更北的地方,很多精美的南方人云集在济宁的运河边上开起了竹器坊。竹制品也成了济宁的特色。

扬州推出的运河礼物是精制淮盐和古法浴盐。苏州推出的是桃花坞木刻年画,杭州则亮出了“运河杭州风情”真丝手卷。自唐代起就是蚕丝重要产区的湖州,推出的是洁白的“辑里湖丝”。另外,嘉兴、沧州和天津,亮出的运河礼物分别是南湖红船模型、“铁狮子”玩偶和杨柳青年画。由北京广播电视台联合杭州文广集团发起的“爱上大运河”大型跨省融媒体新闻行动,还在运河沿线城市收集了大量的运河人物照片。这些照片也在活动现场进行了展示,同时搭建在码头的“幸福照相馆”还记录了通州居民的幸福笑脸。这些珍贵照片由活动主办方捐赠给通州博物馆收藏。

### 慈云寺塔文物揭秘“疗伤”过程

本报讯(记者 刘冕)2004年,江西省赣州市慈云寺舍利塔内发现一批珍贵北宋文物。如今,这60件文物“疗伤”全过程通过《慈云曙光——赣州慈云寺塔发现北宋遗物》一书揭秘。

该书主编是我国著名纺织考古学家王亚蓉。她说,文物包含绘画、书法、泥塑等,为研究中国南朝至北宋时期宗教、世俗文化以及重新认识江西赣州历史文化提供了重要实物资料。

2004年,慈云寺舍利塔内壁画窟中发现大批北宋文物。其中有佛像、经卷等,其材质不一,既有纸质、木质、泥塑,也有陶瓷、青铜等。“出土文物堆放杂乱,损毁严重,这些都为文物的复原工作带来极大挑战。”王亚蓉说,先将残片按材质、颜色等基本特点进行分类拣选,之后再将对

大残片所遗存的线条与颜色分布进行对比,并完成相近画面的拼对。最终,成百上千块的细小残片被一一分拣出来,并按照画意逐步拼出完整的绘画。

修复中应用的技术源自1969年周恩来总理亲自承接的国际修复项目。当年,为了给阿尔巴尼亚修复国宝级文物“手写圣经羊皮书”和“银字羊皮书”,中国科学院考古研究所和化学研究所联合研发的一项修复文物的新技术。1972年在湖南长沙马王堆一号、三号汉墓的丝织品文物保护工作中,就运用了这项技术。“经过历史考验,此项技术对于修复有机质文物具备安全性与可靠性。”王亚蓉说,从2006到2012年,60件文物终于完成修复,其中拼贴出了30余幅北宋初年绢本、纸本绘画。