



纳入医保,中医“修心”:共治“一老一小”心理健康问题

——访全国政协委员,北京中医药大学国学院首任院长、教授张其成

□ 本报记者 明慧

2025年政府工作报告提出“普及心理健康教育”“健全社会心理服务体系和危机干预机制”。在政府工作报告中两次提到心理健康工作,是国家层面对全民心理健康的高度重视。

而心理健康,尤其是青少年心理健康问题,也一直是全国政协委员,北京中医药大学国学院首任院长、教授张其成长期关注的焦点。

去年参加全国两会时,张其成就曾建议对中小学生学习定期心理健康体检,对家长进行定期心理健康教育,并建议把心理咨询与心理治疗纳入医保,以减轻就医负担。

作为第十二、十三、十四届全国政协委员,农工党党员,北京大学中国文化发展研究中心研究员、执行主任,北京中医药大学国学院首任院长、教授,山东大学兼职教授,国际儒学联合会副理事长,国际易学联合会名誉会长,张其成在今年全国两会上接受本报记者采访时,除了谈到越来越多的青少年患有抑郁和焦虑的问题,还谈到很大一部分老年人心理问题也尤为突出,并建议将“一老一小”心理健康服务纳入医保,同时建议充分发挥中医文化“修心”作用,促进“一老一小”身心健康。

对“一老一小”心理危机救助存在两大问题

《中国国民心理健康发展报告(2023)》显示,14~18岁青少年抑郁检出率为24.6%,焦虑障碍检出率为19.5%。心理问题导致青少年学业困难、社交障碍甚至自伤行为,成年后慢性心理疾病风险增加3~5倍(WHO研究)。

与此同时,我国老龄化社会问题日渐凸显。据国家统计局发布的数据,2024年,我国60岁及以上的老年人口达到了3.1亿人,占总人口的22%,65岁及以上人口为2.2亿人,占总人口的15.6%。《中国老龄发展报告2024——中国老年人心理健康状况》蓝皮书显示,26.4%的老年人存在不同程度的抑郁症

状,其中6.2%的老年人有中度抑郁症状。中国老龄协会报告指出,约30%的老年人存在明显孤独恐惧,空巢独居老人心理问题更为突出。心理健康问题导致老年人慢性病恶化与失能风险增多,加剧家庭照料负担和医疗支出。

张其成对青少年和老年人心理健康问题甚为担忧。他在接受本报记者采访时表示,医保覆盖不足是对青少年及老年人心理危机救助的问题之一。据不完全统计,我国现有约10个省市把心理咨询与心理治疗纳入医保,现行国家医保目录(2023版)仅覆盖“心理治疗”(限精神科医师操作),且需符合“器质性精神障碍”等疾病诊断,多限二级以上医院。青少年高发的“抑郁症”“焦虑症”等若经医院确诊,心理治疗费用可部分报销,但报销比例低(通常30%~50%),且多数地区限三甲医院,因学业压力、人际关系引起的普通心理咨询未纳入医保。老年人常用的心理咨询、社区干预未纳入医保报销范围。

对青少年及老年人心理危机救助的另一个问题是服务可及性低。张其成对本报记者说,全国儿童精神科医生不足500人,学校心理咨询师与学生比例约1:4000,远低于1:500的国际标准(教育部数据)。一线城市心理咨询市场均价300元~800元/小时,一个疗程(8~12次)费用约2万元~4万元,普通家庭难以承受。国家儿童医学中心调查指出,仅15%的青少年心理问题患者接受过专业干预,多数因费用高、病耻感放弃治疗。中国老年心理健康蓝皮书(2023年)显示,老年人自身对心智的衰老缺乏接受认知,对心理疾病的病耻感强烈,仅20%主动寻求心理帮助。基层医疗机构缺乏救助老年人心理危机的资源,老年人获取心理咨询、心理治疗更困难。

建议“一老一小”心理健康服务纳入医保

对青少年和老年人的心理健康问题该如何破解?对此,张其成建议,将青少年和老年人心理健康服务纳入医保支付范围。“目前全国已有少数省市将儿童青少年心理咨询医疗

服务项目纳入医保,如2024年9月海南省医保局发布《关于将儿童青少年心理咨询医疗服务项目纳入医保支付范围的通知》,并对“心理咨询”医疗服务项目内涵、价格等进行规范。建议此政策在全国各省市推广实施。建立健全学生心理危机识别和干预机制,加强对高危学生的筛查与干预,及时做好青少年心理健康服务。张其成说,将老年人心理健康筛查、干预及治疗项目纳入国家医保目录,构建“预防治疗康复”全链条保障机制,实行分级报销:社区医院报销比例提高至80%,三甲医院报销60%,鼓励基层首诊。对农村和低收入老人实行“零自付”专项补贴。加大对老年人心理健康的服务投入,制定相关政策,推动基层心理服务体系。在社区卫生中心、中医医院增设“老年心理服务站”,纳入医保定点单位。

此外,张其成还建议将数字身心健康服务纳入医保。“通过数字平台整合家庭、学校、社区以及医院的联动资源,鼓励基层医疗机构采购数字化工具,实现救助青少年、老年人心理危机的快速响应。将符合条件的在线心理评估、AI辅助干预纳入医保支付范围。要建立‘心理健康档案’,实现数据互联互通。加大‘一老一小’情绪价值科技研发的基础研究,发展人工智能和虚拟现实在‘一老一小’情志干预中的应用,研发‘心灵陪伴机器人’。”张其成说。

用中医文化的“修心”促“一老一小”身心健康

去年全国两会期间,张其成在接受本报记者采访时就曾表示,青少年心理疾病多发是受个人、家庭、学校及社会环境等多因素共同影响,学业压力已经成为压在青少年抑郁症患者身上的一座大山。学校教育的功利化与唯分数论也较为严重,尤其是缺乏对学生的人格教育。为此,他建议,要加强中华优秀传统文化人格教育,促进青少年心理健康。因为中华优秀传统文化有着深邃博大的人格修养理论和实践经验,是形成健全人格的“营养品”,也是疗愈心理疾病的一剂良药。

“‘修心’是中华优秀传统文化的瑰宝,强调通过内心的修炼,提升生命健康、道德、智慧的境界。”张其成表示,儒家强调“正心”,道家强调“清心”,佛家强调“明心”,中医在发展过程中吸收三家“修心”精华,在临床实践中形成一套“养心”“调心”的理论和方法,积累了丰富的实践经验。中医的“修心”不仅涉及心理层面,还强调调心与身的整体关联。中医文化在“修心”方面具有突出的优势,这既是中华民族的精神创造,又是中医文化自古以来守护中国人身心健康的法宝,对促进“一老一小”的身心健康具有很好的作用。但目前对中医文化“修心—养心—调心”的理论重视不够,资源挖掘不足,方法应用不广。

那么,在促进“一老一小”身心健康发展方面,中医文化的“修心”将如何发挥作用?

张其成对本报记者说,首先要挖掘中医文化“修心”资源,梳理《黄帝内经》等中医典籍中的“养心—调心”历史文献资料,尤其是“情志”医学的资源。中医文化的“修心”优势集中体现在以“情志”为轴心,说明了人体正常的情志活动有利于脏腑功能,起到防御疾病与维护健康的作用。但是,情志过激超过人体正常限度,就可能伤及脏腑功能导致疾病发生。“怒伤肝、喜伤心、忧伤肺、思伤脾、恐伤肾”“志意者,所以御精神,收魂魄,适寒暑,和喜怒者也……五脏不受邪矣”。

其次要宣传中医文化“修心”原理,提高“一老一小”心理健康素养。张其成建议,通过各种线上与线下渠道,宣传中医文化“恬淡虚无,真气从之,精神内守”的理念,让“一老一小”通过中医“修心”,做到志意和顺、身心宁静、安定乐观、不为物累、用心有度、顺应天时,达到阴以敛阳、阳以起柔、阴阳平和、刚柔相济的状态。

再次要普及中医文化“修心”方法。张其成认为,中医养生在长期的实践中,总结出“导引”“精气神”“三调”以及八段锦、五禽戏等功法,尤其是通过调形调息达到静心安神的方法,对促进“一老一小”心理健康作用明显,应该加以总结提炼,使之标准化、简单化,在“一老一小”人群中逐步加以推广。

两会声音

重庆代表团建议:支持重庆国际航空门户枢纽建设

本报讯 雷茂盛 记者赵庆国报道 3月6日,重庆代表团向十四届全国人大三次会议提交全团建议——《关于支持高质量建设重庆国际航空门户枢纽的建议》,“我们希望国家层面能够在加快重庆民航重大项目前期工作、培育壮大航空运输市场、低空经济发展等方面提供更多支持,以高质量建设重庆国际航空门户枢纽。”

重庆代表团认为,近年来,全市上下全面贯彻党中央决策部署,深入贯彻落实行业发展要求,在国家大力支持下,聚焦民航高质量发展,持续发力基础设施建设、航空运输发展和低空交通等领域,全方位提升国际航空门户枢纽综合竞争力,推动全市民航运输工作取得显著成效,为区域经济社会发展注入强劲动力。

虽然重庆国际航空门户枢纽建设取得一定成效,但对西部大开发重要战略支点、内陆开放综合枢纽“两大定位”要求,对标国际一流航空门户枢纽,还存在基础设施保障能力有待提高、国际航空枢纽竞争力有待提升、低空经济发展机制有待健全等一些短板弱项。

为此,代表团联合提出建议:一是支持加快重庆民航重大项目前期工作。支持将重庆民航重大项目纳入国家“十五五”规划和正在修编的《全国民用运输机场布局规划》,支持加快项目前期工作,力争尽快完成并开工建设。二是支持培育壮大航空运输市场。《民航局关于加快成渝世界级机场群建设的指导意见》明确提出,以向西、向南开放为重点,提高成渝世界级机场群国际航权开放和资源分配水平,实现国际枢纽功能迈上新台阶。建议支持重庆以东南亚和欧洲为重点打造高品质国际航线,保持并稳步提升对美洲、澳洲、非洲等重要战略节点连通度。同时,支持江北国际机场加快开展新增时刻配置,在航权、新增时刻资源配置和运行保障、企业发展等方面加大对重庆航空枢纽运营人的支持。三是支持低空经济发展。建议出台支持推动低空经济发展的指导意见,加快完善低空飞行管理相关政策法规和基础设施建设标准,为保障低空飞行安全、推动低空经济高质量发展提供重要政策支撑。支持重庆低空经济制造业发展。指导建立协同管理工作机制,保障低空飞行安全高效运行。

创新创造 民营经济之花在成都新津绽放

□ 何子蕊
□ 本报记者 王进

2月17日,在中央召开的民营企业座谈会上,从四川省成都市新津区走出去的企业家、新希望控股集团有限公司董事长刘永好作为6位民营企业负责人代表之一发言;3月4日,从小在新津长大的饺子(杨宇)导演的电影《哪吒之魔童闹海》票房(含预售)已突破145亿元,成为全球票房(含预售)唯一超过20亿美元的亚洲电影。

这两位知名人物是新津海纳百川、敢为人先的城市气质滋养的典型代表。新津的民营经济发展更是新津的一部改革开放和创新创造史,也是我国优化营商环境、促进民营经济高质量发展的一个缩影。新津区不仅有着“中国民营经济摇篮”的美誉,在促进新时代民营经济“两个健康”方面先行先试,还获评中国营商环境百佳示范县。

面积仅330平方公里、人口不足50万的新津区,为何能取得如此成效?全国两会期间,本报记者深入当地进行了探访。

敢为人先 不胜不休的奋斗精神

走进位于新津经开区天府明珠公园内的新津民营经济博物馆,大学毕业的新津刘氏“言、行、美、好”四兄弟卖掉手表、自行车,凑1000元搞鹤鹑养殖,建立育新良种场;中国第一家经工商部门批准设立的民营企业集团“企业法人营业执照”……一件件实物、一幅幅图片、一幕幕场景,瞬间把人们带回到那个挥之不去的光辉岁月,生动呈现出新津区从非公有制经济培育到全面推行农村家庭联产承包责任制、从“民营立县”到今天“智造高地·幸福水城”的辉煌画卷。“新津是我的老家,我在这里出生,在这里发展,从这里走向了全国,走向了全球。”2024年4月23日,新津区召开的“推动民营经济高质量发展大

会”上,刘永好说,我们感恩家乡、感恩社会……

在今年中央召开的这场对中国民营经济发展有着“里程碑”意义的民营企业座谈会上,刘永好在发言时想起了5年前习近平总书记讲到的“金扁担”故事,表示要继续当好老农人,培育新农人,为实现第二个百年奋斗目标添砖加瓦。

饺子导演在新津的经历虽然时代不同,但也有异曲同工之处。他的小学、初中和高中都在新津就读,高中毕业后考入华西医科大学药学院,大三时因割舍不下对动画的热爱,从药学转行自学三维动画,并坚持在这条道路上走了下去,用自身永不言弃的行动和经历诠释了“我命由我不由天”的真谛。

为了做好动画,他可以把自己关在屋里几个月,吃泡面、睡地板。拿不到国外一流动画技术,他就自我加压,找到138家中国动画公司,4000多名中国动画人合力挑战极限,最终在《哪吒2》中运用了1948个特效镜头,实现了中国动画的突破。

记者了解到,这样的成长故事是新津一代又一代创业青年接续奋斗的一个缩影。无论是刘永好还是饺子,无论是过去还是当下,历史和现实给我们的最大启示是,这些都是敢为人先、不走寻常路、专心专注、不胜不休等创新精神的生动注脚。无论是从敢于放弃“铁饭碗”到“先富起来”,还是从带动农民一起挑起“金扁担”到新时代新生代迸发出的蓬勃奋进力量,传递出的都是新津逐梦人独有的时代担当和家国情怀。

海纳百川 人杰地灵的城市气质

“城阙辅三秦,风烟望五津”“西川供客眼,惟有此江郊”。探寻新津作为“中国民营经济摇篮”的密码,记者发现,这座看似不大的城市却自古以来人杰地灵、开放包容,独特的区位优势和文化价值,造就了近悦远来的营商生态

和投资环境。

宝墩古城遗址被誉为“中华文明之光,长江上游文明之源”。4500年前,古蜀先民在这里筑城而居,开启了成都平原绵延千年的稻作文明和城市文明。王勃、杜甫、苏轼、陆游、范成大等众多文人墨客,在这里留下了千古佳句。

巍立南河之畔的修觉山,早在宋代就已经驰名天下,被绘入《蜀川胜概图》,成为宫中珍品,清初时成为“乾隆四美”之一的名山。观音寺保存着迄今为止全国最为完好、艺术价值极高的明代宫廷壁画。“古今第一忠孝儒林”纯阳观,享有“武阳胜景,威震全川”之盛誉。古迹昭彰,令人怦然心动。

初见惊鸿,再见倾心。新津拥有成都市唯一的国家级湿地公园——白鹤滩国家湿地公园,“五河一江”贯穿全域。作为四川的龙舟之乡,新津自1953年举办第一届龙舟竞渡以来,到目前已举办28届,端午龙舟会被列入四川省非物质文化遗产名录,原国家体育总局运动委员会授予“弘扬中华民族文化,促进龙舟运动发展”牌匾,以表彰新津龙舟竞赛的贡献。

如今,这项可参与、可体验,极具观赏性、趣味性的民俗活动让“现代与传统、速度与激情”交相辉映、相互激荡,已成为新津传承中华优秀传统文化、扩大对外交往和招商引资、提升城市影响力和竞争力的独特名片。

每一座城市都有自己的历史纵深,而新津的城市品质,既有古蜀文明的底蕴,又有“龙舟竞渡”的精神,既有草根创业的“精神图腾”,也有“青蓝接力”的时代坐标。希望集团、济通路桥、中德宝钢、事丰医疗等知名企业次第发展壮大,刘永好、伍大成、程杰等一批批企业家,以及清华大学建筑学院教授钟阿、美国科幻电影《沙丘》联合制片人许智豪、《十万个冷笑话》系列电影创作者卢恒宇等等,人才辈出……

新津的历史文脉与山水自然相交



四川成都新津经济开发区 (成都市新津区委宣传部供图)

融、与时代同呼吸、与城市相辉映,从儒林崇文、修觉揽胜到一年一度的龙舟竞渡,一代又一代的创业青年,在这里与钟灵毓秀的城市双向奔赴、共同成就。

敢于担当 “有需必应、无事不扰”的有为政府

春日阳光明媚,巴蜀大地处处生机勃勃。

近年来,四川省把促进民营经济发展壮大摆在更加突出位置,成都市印发实施《关于进一步促进民营经济发展的若干政策》,“进万企、解难题、优环境、促发展”成为全市优化营商环境“点睛之笔”。

“民营经济是新津的优势所在、希望所在、潜力所在,优化营商环境、服务民营企业发展壮大一直是新津的头等大事。”新津区相关负责人表示。

事实的确如此。从1984年在全县大会上公开为企业站台、向万元户喊出“恭喜发财”,到如今提出“有需必应、无事不扰”,下好“及时雨”,送上“雪中炭”、当好“服务员”,新津区始终坚持服务“不越位、不缺位”,最大限度激发企业发展动力、活力和潜力。

近年来,新津区致力擦亮“中国民营经济摇篮”品牌,全力以赴推动民营经济高质量发展,在全省率先发布《新

津新时代民营经济“两个健康”评价指标体系,每年安排不低于1亿元的民营经济发展扶持专项资金,民营经济政策从“1.0”版升级为“3.0”版。

新津区把打造一流营商环境作为重中之重,进一步全面深化改革,大力实施“服务增效”攻坚突破,坚持“用户思维”,印发《深化数智赋能推动“服务增效”打造一流营商环境的实施意见》《营商环境6.0版政策体系》等政策措施,开发“政策找企业”应用场景。2024年,兑现“免申即享”资金5500余万元,“易申快享”资金超1亿元,惠及企业400余家,经验做法入选全省营商环境建设优秀案例。2024年,全区累计办理涉企“高效办成一件事”1700余件,让企业少跑路、办成事。

创新顶层设计,积极搭建“政商恳谈—津商茶叙—周三服务日”企业梯度服务体系,探索开展跨部门综合监管执法,成立企业服务中心,经信、科技等职能部门搬进新津经开区,建成12个水电气讯线上线下“共享营业厅”,及时协调解决企业“急难愁盼”问题。

截至2024年底,新津区民营经济占比达到66.3%,位居成都市第一;新津区绿色食品、新能源、轨道交通产业产值均突破百亿元。政策精准、服务高效……新津区

的这些做法和成效带给我们的最大启示是,政府对企业要真爱、真情、真心,敢爱、敢放、敢投入、敢担当,“放水养鱼”、培优生态,始终当好企业放心发展和舒心成长的“定海神针”。

创新创造 尊商重商的时代强音

春日大地千山绿,东风送暖万象新。在银鹭食品新津基地,新生产线上一瓶瓶纯净水新产品正以每小时5.3万瓶的速度“奔涌”下线。生产负责人何远坤告诉记者,这条投资近1900万元的生产线全国领先,预计今年总产能提升20%。

新津经开区汇聚有成都中车车客、新筑股份等上下游产业链企业60余家。这其中,既有“国之重器”,也有“智造标杆”。在中铁高新智能装备制造基地一期项目现场,各类先进生产设备陆续抵达。中铁高新智能装备负责人介绍:“我们项目总投资约10亿元,一期项目预计3月底投产,可实现年产盾构机等‘国之重器’50台(套),年产值达到18亿元以上。”

创新创造,是新津区与生俱来的基因传承。始终坚持“两个毫不动摇”是新津区民营经济持续走在前列的重要法宝。2024年,新津区聚力以科技创新推动产业创新,上海神力、神州通管、图径科技等一批产业化项目落地发展,33家企业获评国家级高新技术企业,14家企业成为省级“专精特新”企业,1家人选国家级专精特新“小巨人”企业,1家人围制造业“单项冠军”。

一年春作首,万事行为先。新津区今年的“新春第一会”聚焦“大抓实体、大干园区、大兴企业”,全面掀起紧盯经济“敢拼”、政企合力“敢闯”、放开手脚“敢干”奋斗热潮。围绕尊商重商发布“1+3+1”政策体系,最高奖励1亿元,引进高层次、高技能和优秀青年人才最高奖励300万元,努力让企业成为最硬核的创新主体、最活跃的创新力量。

“智造高地·幸福水城”,向“新”而行,逐梦扬帆。新津民营经济之花遍地盛开的故事,在这片充满创新与活力的沃土上,正在精彩续写。