

从心出发 向新而行

——记上海市虹口区精神卫生中心六十载守护心灵健康之路

黄浦江畔,一盏心灯照亮六十载春秋。从上世纪 60 年代的精神病管理站,到 2025 年启幕的精神健康智慧医疗新标杆,上海市虹口区精神卫生中心始终以“守护心灵健康”为使命,在时代浪潮中谱写着精神卫生事业的温暖篇章。

甲子仁心:六十年传承创新的精神医学之路

六十载风雨兼程,初心历久弥坚。从重症救治到“预防—治疗—康复”全周期服务体系构建,从单一医疗功能到“医防康研教”五位一体现代化医院转型,从“治病”到“医心”的理念升华,每个足迹都浸润着医者仁心,见证着虹口区精神卫生事业的蓬勃崛起。

2025 年,新院区以智慧与温情重新定义精神疗愈空间。智能分诊系统精准匹配患者需求,让服务更高效。专家(特需)门诊与普通门诊独立分区,满足差异化需求。心境障碍和儿童青少年患者专属病房,提供私密安全的诊疗环境。普通精神科病区扩容,开放式康复区域让阳光照进心扉,护理团队融入“品管圈”“5S 管理”为举措,将“家”的温暖融入每一个细节,让住院环境从“治疗”迈向“疗愈”。

专科矩阵:构筑多维诊疗新高地

以专科专病铸就核心竞争力。医院打造八大特色专科体系,诊疗能级跃居国内同级同类专科医院前列。双市级重点专科领航:“心境障碍科”以精准疗法打破情绪阴霾,“精神卫生(心理)科”以科学干预重塑心理韧性;双区级重点专科突破:“药物依赖科”创新“身心同治”戒断模式,儿童青少年科搭建“家—校—医—社”共护体系。中医神志病科、老年精神科、心身医学科、物理治疗科四轮驱动,以特色化服务满足多元需求。医院出色的专科建设成果获得业界高度认可,两次荣获中华医学会儿科分会颁发的“精神分裂症回归社会杰出贡献奖”。

双网守护:“精·心”工程点亮万家灯火

创新构建“精防+心防”双网融合体系,连续十余年蝉联上海市精神疾病预防控制工作“精锐奖”(该奖项为上海市社区精神卫生工作

年度考核最高荣誉)。精防网络:以“同心圆”品牌为轴心,联动“家庭—社区—医院”三级防护,实现严重精神障碍患者全病程管理,该品牌累计获得市级及以上荣誉 4 项;心防网络:以“心有彩虹”品牌为引擎,让专业心理健康知识走进学校、企业、医院和社区,年均开展线下与线上心理科普 300 多场次,惠及人群超 300 万人次,构建预防为主、普惠可及、多元赋能的心理健康促进体系。凭借出色的社会服务成效,先后荣获第三届全国卫生健康行业青年志愿服务项目大赛“铜奖”、上海市健康科普文化基地等 9 项市级及以上荣誉,用专业与爱心为大众心理健康保驾护航。

学科人才:双轮驱动的创新引擎

以学科育人才,以人才强学科,构建“学科—人才”共赢生态。医院 3 人次入选上海市卫生系统优秀人才培养项目,1 人获评中华医学会精神医学分会优秀青年人才,2 人入选虹口杰出和拔尖人才,16 人入选虹口区临床和公共卫生优秀人才培养项目。年均承担局级以上项目 5 项,近 5 年累计发表 SCI 论文近 40 篇,科研成果 100% 应用于临床和社区。

育才沃土:医学薪火的接力之地

作为海军军医大学、复旦大学、上海中医药大学、上海大学、华东理工大学、同济大学等多所一流高校的教学实习基地,医院年均带教百余名精神医学、心理学、护理学、社会工作专业人才,为行业输送兼具仁心与匠心的新生力量。2023 年医院挂牌成为上海大学医学院附属精神卫生中心(筹),并设立上海大学医学院精神卫生临床研究中心、上海大学医学院老龄心理与行为科学研究中心,开展医工交叉研究课题,共建“实践+科研”平台。

60 年,是里程碑,更是新起点。站在智慧医疗与人文关怀的潮头,上海市虹口区精神卫生中心将继续以仁心为舵,以创新为帆,向着“全国精神卫生标杆”的航标破浪前行,力争让每颗心灵都拥有属于自己的晴空。

专家齐聚 现场会诊

全国科普月大型义诊及健康咨询科普活动在海华医院举行

9 月 21 日,在首个全国科普月到来之际,由上海市医师协会手外科医师分会主办,嘉定区社会医疗机构协会、江桥镇社会事业办(卫计食安)、江桥镇党群办(统战)协办,上海海华医院承办的“骨科、手外科大型义诊及健康咨询科普活动”在海华医院举行并取得圆满成功。

上午 9 时,义诊活动现场人头攒动。来自第六人民医院、华山医院等沪上多家知名三甲医院的手外科、骨科专家齐聚海华,为前来咨询的市民提供专业的健康指导。

专家们耐心细致地为每一位患者问诊、查体,阅读影像资料,解答疑难问题。不少患者特意带着以往的检查报告和 CT 片前来,在一些复杂病例中,专家们自发形成了“现场会诊”的模式,从各自专业角度共同为一位患者分析病情。

“在平时,看到一位专家不稀奇,但是能让那么多骨科专家一起为我看病几乎是不可能的。”从封浜赶来的王阿姨长期受膝关节疼痛困扰,今天得到了多位专家联合的指导及建议,不由得感叹道。此次义诊活动共接待咨询患者 500 余人次,专家们专业的诊疗水平和热情的服务获得了市民们的一致赞誉。

同时,在医院负一楼会议室里,一场沙龙活动正在举行,义诊及健康咨询科普活动开幕式暨瞿医论道——2025 年瞿城骨科手外科沙龙,特邀上海市医事团体联合管理发展中心主任、上海市医师协会常务副会长贝文,上海市医师协会秘书长田红,上海市医师协会副秘书长陈权,中国医师协会手外科医师分会会长、华山医院手外科劳杰教授,上海市医师协会手外科医师分会会



长、国家骨科医学中心副主任、市六医院骨科主任范存义教授等专家出席。贝文对本次活动给予了高度的认可及评价,希望未来在上海市医师协会手外科医师分会和海华医院的努力下,可以举办更多惠民、便民的好活动。多位专家肯定了海华医院多年来坚持把手外科作为立院特色和发展重点的办院方向。手外科专业要求高,成长周期长,发展不容易,医生做手术常常一站就是一整天,体力和精力和专业能力缺一不可。更难得的是,海华医院始终坚持不拒收任何一位患者,不仅体现了医院技术过硬,更体现了始终以患者为中心的理念,展现了医者仁心和责任担当。

上海海华医院院长李军表示:“今年正值上海海华医院成立 10 周年。如此高规格的骨科、手外科专家健康科普活动,我们已经连续成功举办了两届。今年更是在科普活动基础上,新增了高水平的学术沙龙环节。能够邀请到这么多权威专家齐聚海华,我们深感荣幸。这不仅是一场学术盛宴,更是对海华医院多年来在骨科领域工作的认可和肯定,医院将坚持践行社会责任,服务百姓健康,让优质医疗资源惠及更多市民。”

奉贤区四团镇渔墩村党支部开展主题党日活动

近日,奉贤区四团镇渔墩村党支部赴镇社区党群服务中心,开展“学思悟彻笃行风,服务为民促担当”主题党日活动。

渔墩村党支部书记、村委会主任人选高静波以《锲而不舍落实中央八项规定精神 推进作风建设常态化长效化》为题,结合学习教育开展情况,为党员们讲授了一堂深刻且生动的专题党课。

党员们集中观看初心讲堂《深入贯彻中央八项规定精神 深化全面从严治党》视频微党课,深入领会中央八项规定精神的实质与内涵,纷纷表示要在学习中明方向、锤党性、牢底线,在实践中理思路、抓落实、转作风。



在党支部书记的带领下,党员们右手拳举、庄严宣誓,重温入党誓词。在肃穆的仪式中回望初心,进一步坚定理想信念。

随后,大家实地参观“星耀四团”主题展示馆与四团镇收藏馆,深切感受四团的“红色印记”与历史发展进程,切实增强“不忘初心、牢记使命”的思想自觉与行动自觉。

下一步,渔墩村党支部将切实把主题党日活动的学习成果转化为推动工作的强大动力,紧密结合实际工作,充分发挥党员先锋模范作用,以更强的党性、更严的纪律、更实的作风,为渔墩村经济社会高质量发展贡献力量。

温暖陪伴 共促成长

上海市南汇第四中学开展班主任工作会议

班主任是班级管理的核心力量,是学生成长道路上的重要引路人,更是学校德育工作的关键执行者。为进一步加强班主任队伍建设,搭建经验共享、问题共探的交流平台,提升班级管理的科学性与实效性,新学期伊始,上海市南汇第四中学分别在南、东、北三校区,以年级为单位开展班主任工作会议。

会上,各班班主任围绕“德育实践与案例分享”展开深入交流。大家结合自身带班经历,分享日常德育工作中的典型案例:有的班主任谈及如何通过耐心沟通与持续关怀,帮助有抵触情绪的学生打开心扉,逐步融入班集体;有的分享以正面激励为核心,引导学生改正行为陋习、养成良好品德的具体做法;还有的交流在面对学生间矛盾冲突时,如何以德育理念为指导,化解矛盾并帮助学生树立正确交往观念的经验。

在分享案例的同时,不同年级还针对各自年龄阶段学生的特点,探讨德育实践的不同侧重点。南校区六年级组班主任围绕新生入学适应和习惯养成等问题,结合开学以来的工作实践分享了诸多有效策略,明确了六年级是学生行为习惯养成的关键期,需多关注个体差异,用温暖陪伴帮助学生

筑牢初中生活的第一块基石。东校区七年级组班主任聚焦学段过渡中的班级凝聚力建设,提出七年级是学生价值观形成的重要阶段,既要关注学生个体的情绪与适应情况,也要注重班级文化构建,让班级真正成为学生愿意融入、乐于成长的温暖集体。北校区八年级组围绕青春叛逆问题,分享了引导经验与心得,大家一致认为,需用更具温度与智慧的引导策略,助力学生平稳度过叛逆期,为学生健康成长保驾护航。同在北校区的九年级组班主任,则热烈交流中考冲刺阶段学生管理与心理疏导的方法,强调在初中生活的最后阶段,老师在关注学业成绩的同时,更要重视学生心理健康与品德培养,助力学生从容迎考,收获成长的力量。

此次班主任工作会议,既是一次宝贵的经验分享,更是一场深刻的思想启迪。相信在全体班主任的共同努力下,南汇四中将持续深化德育工作,为学生的全面发展与健康成长奠定坚实基础,书写学校教育事业发展的新篇章。



金秋聚首话思政 十年附小谱新篇

近日,嘉定区“大思政课”重点试验区建设阶段成果展示活动暨嘉一附小建校 10 周年系列展示活动在嘉定区第一中学附属小学隆重举行。活动当天,众多领导、嘉宾出席了本次活动。

嘉定区教育工作党委副书记许敏杰在讲话中肯定了嘉一附小将思政教育融入日常,是嘉定“大思政课”改革的缩影,并希望各校在“深、融、广”上下功夫,着力推进思政课程改革创新,深化思政课程与案例教学改革,着力推进思政课程资源供给,用活本土资源课程,着力推进思政课程资源供给,加强馆校合作与教联体建设。上海市教师教育学院于漪教育思想研究部副部长俞慧文在点评中高度肯定嘉一附小“全场景、多维度”的思政探索,认为其“将科学家精神、地方文脉融入育人体系,实现了思政教育的具象化、生活化”。

活动现场举行了“嘉一附小家校社协同育人教联体”授牌仪式。活动恰逢嘉一附小建校 10 周年,“吉祥物发布仪式”成为温馨亮点。嘉一附小党支部书记、校长闵磊作《构建大思政育人体系打造全场景育人阵地》主旨报告,系统梳理学校

十年思政育人路径。报告围绕课程筑基、场景赋能、实践提质三大维度展开,并展望了“凝聚家校合力、改进学习方式、聚焦师资提升”的未来方向,为学校思政建设绘就清晰蓝图。

在“以科学家精神为抓手 打造学校思政育人特色路径”论坛环节,区融媒体中心新闻编辑部主任崔美兰、中国科学院上海光机所空天部副部长李唐与嘉一附小教师代表们展开深度对话。由嘉一附小师生自编自演的情景剧《小提案撬动大责任》,以真实故事为蓝本,再现了学校与桃园社区合作的“红领中议事厅”成果。嘉一附小舞蹈队带来精彩表演《幻梦向未来》。外场展示环节“我们班的科学家——综合实践活动展示”成为全场焦点。

本次活动既是嘉一附小十年思政育人的成果检阅,也是嘉定区“大思政课”建设的阶段总结。站在新起点,嘉定区将继续以“扣好人生第一粒扣子”为使命,深耕“大思政”沃土,为培养“有理想、有本领、有担当”的时代新人持续发力,让思政教育真正成为青少年成长的“鲜明底色”。

嘉定区百合花幼儿园举行第四届亲子“中秋奇妙夜”活动

9 月 29 日晚,百合花幼儿园第四届亲子“中秋奇妙夜”活动在欢声笑语中圆满落幕。

古韵启幕,朱砂点智:月光下,身着各色传统服饰的孩子们陆续入园,老师轻轻为孩子们点上红痣,寓意智慧启蒙,也为夜晚增添一抹传统韵味。一旁的彩绘区更显热闹,老师们手持化妆刷,细心为孩子们打造专属“中秋妆”。

趣玩集市,“月”动全场:热闹的“月光游戏区”瞬间抓住所有人的目光。这里没有拘谨的规则,“猴子捞月”“月兔”套圈、“夹月饼”等游戏,让孩子们尽情释放快乐。

灯谜雅趣,歌会传情:小森林里,五彩灯谜随风轻晃,孩子们仰着小脸猜谜,有的独自思索,有



的拉着家长小声讨论。中秋歌会的舞台已点亮灯光,台下的掌声化作最暖心的鼓励。

光影好戏,月下品茗:最受期待的“月光剧场”里,皮影戏徐徐开演。孩子们瞪大眼睛,生怕错过任何一个表演细节,有的还忍不住模仿皮影角色的动作。剧场外的赏月区,家长与孩子围坐在一起,捧着温热的茶水,抬头赏月。

中秋巡游,月下奇遇:更让人惊喜的是,老师们化身“中秋使者”穿梭园内,不时停下与孩子互动合影、送上“中秋快乐”的祝福。

活动最后,孩子们纷纷拍照打卡。这场中秋奇妙夜,不仅让孩子们感受了中秋传统文化,更让亲子间的情感在互动中愈发深厚。