


# 赵敏：“600号”掌门人 为更多不被看见的人点灯

“600号”的出圈不是偶然，而是医院深耕人文科普、推动全民心理健康认知升级的必然结果，也印证了全社会心理健康观念的迭代。

记者 | 周 洁



11月5日下午，“申城女主角：以热爱，致上海”——2026上海智慧女性读书讲坛刚刚结束，嘉宾赵敏就被一群热心观众围住了。有人单纯想打个招呼，也有人举着相机想和她合影，赵敏当天日程排得很满，但她没有急着离开，而是定定心心招呼着这些熟悉的陌生人。

赵敏是上海市精神卫生中心院长、国家精神疾病医学中心主任，在她的带领下，“宛平南路600号”从一个被偏见被讳言的门牌号，变成城市的心灵疗愈花园。近些年，“600号”出现在帆布袋、月饼盒上，出现在年轻人的玩笑里，也让越来越多人关注心理健康，这正是赵敏从医30余年一直在努力的方向：消弭病耻，让更多人不再避讳情绪困境，愿意正视焦虑、主动寻求专业帮助。