

中华
O
T 电子
期刊

THE CHINESE

OT e-Newsletter

2025 年 4 月号





编辑委员会

黄锦文

香港职业治疗学院

张瑞昆

台湾高雄长庚医院

林国徽

广州市残疾人康复中心

李奎成

山东第二医科大学

闫彦宁

河北省人民医院

杨永红

四川大学华西医院

朱毅

郑州大学第五附属医院

郭凤宜

长和医疗

本期责任编辑

朱毅



编者寄语

在肌骨疼痛康复领域深耕的这些年，我们的目光大多聚焦于物理治疗手段。然而，当决心以全生命周期的视角审视肌骨问题，将国际功能、残疾和健康分类（ICF）中的活动因素与社会参与因素纳入康复分析及目标体系时，作业治疗的关键意义便深深融入了 TORSO 肌骨康复体系的构建根基。

生活方式，恰是个体活动与社会参与的集中映照。古谚有云“病从口入，祸从口出”，寥寥数语，道尽饮食与健康的紧密关联。肥胖、糖尿病、高血脂症、痛风等代谢性疾病，往往与不良饮食习惯难解难分。若不转变生活方式，患者恐将终生依赖药物治疗，而药物副作用更令他们不堪其扰。再者，言语冲突引发的祸端亦不容小觑，过激言语常为矛盾导火索，逐步升级为肢体冲突，无论个人还是群体，都难免身心受损。

现代医学正从传统生物医学模式迈向社会心理生物医学模式，这意味着健康研究范畴从单纯的生物体拓展至广阔的社会因素领域。这一转变开启了全新且复杂的研究方向，诸多混杂因素纷至沓来。但无论前路如何荆棘，我们已然意识到，人的健康与生活方式、自然与人文环境乃至经济管理息息相关。

本期期刊特邀青年专家就这一前沿议题各抒己见，旨在拓宽视野，以全新视角拼凑健康版图。我们深信，假以时日，必能于宏观与微观层面双管齐下，实现突破性进展，为人类健康的延续铺就通途。

致谢本期所有作者，以及协助我进行本期文案编辑的饶永兰老师。正是你们的辛苦工作才有这期期刊的出版。

本期编辑

朱毅

目 录

| | |
|-------------------------------|----|
| 生活方式医学在心血管疾病的预防与康复中的应用 | 1 |
| 生活方式医学在呼吸系统疾病的预防与康复中的应用 | 6 |
| 生活方式医学在慢性疼痛管理中的应用 | 10 |
| 生活方式医学在女性健康中的应用 | 13 |
| 生活方式医学：守护青少年健康的新路径 | 19 |
| 生活方式医学面对焦虑抑郁的应用 | 24 |
| 生活方式医学应对肿瘤康复 | 28 |
| MG 动画在公众医学科普中的应用 | 32 |
| 国际康复教育的教育方法研究近况 | 36 |
| 年轻治疗师如何做好文献阅读 | 41 |