

# 《脊柱侧弯防控指南》

## 编制说明

### 一、项目背景

#### （一）国内现行法律法规和标准情况

目前，在国外未制定脊柱侧弯防控相关的标准；在国内仅制定了两项脊柱侧弯相关的标准，包括 GB/T 16133-2014《儿童青少年脊柱弯曲异常的筛查》和 DB 4403/T 129-2020《青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》。但已发布的两项标准均存在一定的局限性，其中 GB/T 16133-2014《儿童青少年脊柱弯曲异常的筛查》针对的是儿童青少年群体，且“脊柱弯曲”与“脊柱侧弯”的概念不同，以及标准的侧重点是筛查，而非预防控制；DB 4403/T 129-2020《青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》针对的是青少年群体，且“特发性脊柱侧弯”属于“脊柱侧弯”的类别之一，以及标准的侧重点是筛查及干预，而非预防控制。

#### （二）制定标准的必要性和意义

脊柱侧弯高发于青少年群体，据相关数据统计，我国 10-17 岁青少年人口约为 1.4 亿人，估计脊柱侧弯患者人数在 360 万至 750 万之间，对比全球患病率的 2-4%，我国脊柱侧弯发病率可能处在一个较高水平。要有效控制该疾病的发病率，世界卫生组织曾有过以下描述：“减少慢性非传染性疾病的发生必须早期控制与之相关的危险因素。其他控制慢

性非传染病发生的手段包括采取可靠的干预措施进行早期筛查、早诊断、早治疗。” 因此，脊柱侧弯的防控重点应从源头入手，明确防控的核心要点，并采取相应的指导及干预措施。但由于我国目前未系统化梳理提炼该疾病防控所需的有效要素，导致出现错过疾病预防黄金期、矫正不及时等问题，进而增加治疗成本，且无法从根源上降低疾病的发病率。

为了实现对该疾病的早期预防控制，深圳重点围绕大背景下的医疗改革方针开展工作部署，包括贯彻落实《中共中央国务院关于支持深圳建设中国特色社会主义先行示范区的意见》中提及的打造民生幸福标杆—实现“病有良医”的目标；以及为实现该目标，深圳提出全面深化医药卫生体制改革，推进健康深圳建设，推进重大疾病防治体系建设等指导意见，致力于打造健康中国“深圳样板”。同时，深圳市逐步加强对脊柱侧弯防控工作的重视，先后出台了《市卫生健康委关于印发深圳市 2019 年卫生健康工作要点的通知》、《市卫生计生委关于印发深圳市公共卫生服务强化行动方案的通知》（深卫计发〔2018〕55 号）等文件，并于 2019-2020 年连续两年将青少年脊柱侧弯筛查项目列入深圳市十大民生实事之一；且在 2020 年发布的《市卫生健康委关于印发推进重大疾病防治体系建设指导意见的通知》中将脊柱侧弯防治中心列入深圳市重大疾病防治中心组建计划。

鉴于疾病早期防控的必要性及政府的高度重视，为了自下而上更好推动此项工作，当前建立《脊柱侧弯防控指南》是很有必要的。该文件通过为 6 岁及以上人群及学校、医疗

卫生机构等提供脊柱侧弯预防控制的基础性指引，推动脊柱侧弯防控工作的开展，实现深圳在重大疾病预防控制能力层面的提升，为打造健康中国“深圳样板”奠定坚实的基础。

## 二、工作简况

### （一）任务来源

根据深圳市市场监督管理局《关于下达 2021 年第一批深圳市地方标准计划项目任务的通知》，由深圳市第二人民医院牵头起草《脊柱侧弯防控指南》。本文件计划编号为 38 号，计划完成日期为 2022 年 12 月。本文件的归口单位为深圳市卫生健康委员会。

### （二）主要起草过程

#### 1. 标准预研

2021 年 4 月起，标准编制组开展了前期研究与资料收集工作，分析、汇总国内有关标准资料和文献，为标准的编制奠定良好的工作基础。

#### 2. 标准起草

2021 年 5-9 月，根据资料调研成果，标准编制组搭建了标准基本框架，并基于框架编写相应内容，完成标准初稿。

2021 年 10-2022 年 2 月，标准编制组就标准初稿组织了讨论会，并经过多次内部沟通、讨论及修改，形成标准征求意见稿。

#### 3. 标准征求意见

2022 年 3 月，标准编制组征求了深圳市教育局、深圳市文体旅游局、深圳市疾病预防控制中心、深圳市慢性病防治

中心、中山大学附属第七医院、深圳市宝安区中心医院、中国科学院大学深圳医院社区健康服务管理中心、深圳实验学校小学部、深圳市光明区教育局、深圳市福田区卫生健康局等单位的意见。

编制组在收集、整理各方意见的基础上，进行逐条处理，确定采纳与否，形成征求意见汇总表，同时，对标准文本进行多轮修改、完善，形成标准送审稿。

### 三、主要内容及技术依据

#### （一）范围

本文件规定了脊柱侧弯防控要点、行为指导及干预等内容。

本文件适用于指导 6 岁及以上人群及学校、医疗卫生机构等开展脊柱侧弯预防控制工作。

#### （二）规范性引用文件

本章主要包括了标准文本中规范性引用的文件。

#### （三）术语和定义

本章规定了脊柱侧弯、姿态异常、视屏时间、Cobb 角及身体活动的术语及定义。

第 3.1 条来源于《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中的 3.1。

第 3.2 条来源于《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中的 3.4。

第 3.3 条来源于《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 2.4。

第 3.4 条来源于《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中的 3.6。

第 3.5 条来源于《中国儿童青少年身体活动指南》。

#### （四）防控要点

本章给出了筛查评估、健康教育及预防措施、体育锻炼及心理辅导的要求。

第 4.1.1 条是依据《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中第五章，并结合脊柱侧弯筛查评估的临床实践经验进行编制的。

第 4.1.2 条是依据《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中的 5.3.4.4，并结合脊柱侧弯筛查评估的临床实践经验进行编制的。

第 4.2.1 条是参考深圳市第二人民医院的内部文件《深圳市脊柱侧弯防治指南》中的 8.1.3，并结合脊柱侧弯防控的实践经验进行编制的。

第 4.2.2 条是参考《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》，并结合脊柱侧弯防控的实践经验进行编制的。

第 4.2.3 条是参考《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》及《深圳市脊柱侧弯防治指南》中的 8.1.2，并结合脊柱侧弯防控的实践经验进行编制的。

第 4.2.4 条是参考《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》及《深圳市教育局、深圳市卫生健康委员会关于印发中小学生脊柱健康“医校结合”综合干预试点项目实施方案的通知》，并结合脊柱侧弯防控的实践经验进行编制的。

第 4.2.5 条是参考《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》、《深圳市教育局、深圳市卫生健康委员会关于印发中小学生脊柱健康“医校结合”综合干预试点项目实施方案的通知》、《深圳市脊柱侧弯防治指南》中的 8.1.3，并结合脊柱侧弯防控的实践经验进行编制的。

第 4.2.6 条是参考《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》，并结合脊柱侧弯防控的实践经验进行编制的。

第 4.3.1 条是依据《中国儿童青少年身体活动指南》进行编制的。

第 4.3.2 条是依据《中国成人身体活动指南》进行编制的。

第 4.3.3 条是依据《世界卫生组织身体活动和久坐行为指南》进行编制的。

第 4.3.4 条是参考《中国儿童青少年身体活动指南》，并结合身体活动强度评估方法的适用范围进行编制的。

第 4.3.5 条是依据《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》，并结合 6 岁以上人群的日常体育锻炼内容进行编制的。

第 4.3.6 条是依据《深圳市卫生健康委员会 深圳市文化广电旅游体育局 深圳市教育局关于实施体医融合行动计划的通知》进行编制的。

第 4.4 条是依据《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中的 6.3.4.1 进行编制的，并结合脊柱侧弯干预的临床实践经验进行编制的。

## （五）行为指导

本章给出了生活姿势、工作姿势及日常生活行为的要求。

第 5.1.1 条是依据《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 4.1.2 进行编制的。

第 5.1.2 条是参考《脊柱功能解剖学》及《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 3.4.2，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.1.3 条是参考《脊柱功能解剖学》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.1.4 条是依据《人体脊柱使用手册》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.2.1、5.2.2 条是依据《人因工程学》及《GB/T 14776—1993 人类工效学 工作岗位尺寸 设计原则及其数值》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.1.1 条是依据《中国居民膳食指南》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.1.2 条是依据广东省疾病预防控制中心官方网站发布的《青少年脊柱侧弯的预防》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.2.1 条是依据《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.2.2 条是依据《GB/T 3916—2014 学校课桌椅功能尺寸及技术要求》，参考《WS/T 773—2020 传染病疫

情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 3.4，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.2.3 条是依据《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.3.1 条是参考《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 3.1.2，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.3.2 条是依据《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 3.2.2.3，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.4.1 条是依据《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 4.5.1、美国全国睡眠基金会组成的专家组编制的《National Sleep Foundation' s updated sleep duration recommendations: final report》，美国睡眠医学会及睡眠研究学会组成的专家组编制的《Recommended Amount of Sleep for a Healthy Adult: A Joint consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society》进行编制的。

第 5.3.4.2 条是依据《WS/T 773—2020 传染病疫情居家隔离期间儿童青少年近视防控指南》中的 4.5.2，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.5.1 、 5.3.5.2 条是参考 R.Avantika 和 A. Shalini 编写的《Back problems due to heavy back-packs



in school children》及美国儿科学会编写的《Caring for your school-age child: aged 5 to 12》，并结合脊柱侧弯行为指导的实践经验进行编制的。

第 5.3.5.3 条是依据《WS/T 585—2018 中小学生书包卫生要求》进行编制的。

#### （六）干预

本章给出了脊柱侧弯干预的要求。

第 6.1 条是依据《DB4403/T 129—2020 青少年特发性脊柱侧弯筛查及干预指南》中第六章，并结合脊柱侧弯干预的临床实践经验进行编制的。

第 6.2 条是依据脊柱侧弯干预的临床实践经验进行编制的。

#### （七）附录

本章包括 2 个附录，附录 A 给出了身体活动强度评估方法，附录 B 给出了中国居民均衡膳食摄入指标表。

附录 A 是依据《中国儿童青少年身体活动指南》进行编制的。

附录 B 是依据《中国居民膳食指南》进行编制的。

### 四、主要条款说明

《脊柱侧弯防控指南》包括范围、规范性引用文件、术语和定义、防控要点、行为指导、干预、附录和参考文献。

#### （一）范围

本文件规定了脊柱侧弯防控要点、行为指导及干预等内容。

本文件适用于指导 6 岁及以上人群及学校、医疗卫生机构等开展脊柱侧弯预防控制工作。

## （二）规范性引用文件

本章主要包括了标准文本中规范性引用的文件。

## （三）术语和定义

本章规定了脊柱侧弯、姿态异常、视屏时间、Cobb 角、身体活动的术语及定义。

## （四）防控要点

本章给出了筛查评估、健康教育及预防措施、体育锻炼及心理辅导的要求。

## （五）行为指导

本章给出了生活姿势、工作姿势及日常生活行为的要求。

## （六）干预

本章给出了脊柱侧弯干预的要求。

## （七）附录

本章包括 2 个附录，附录 A 给出了身体活动强度评估方法，附录 B 给出了中国居民均衡膳食摄入指标表。

## 五、是否涉及专利等知识产权

本文件未涉及专利等知识产权问题。

## 六、重大意见分歧的处理依据和结果

无。

## 七、实施标准的措施建议

拟通过标准宣贯、标准实施监督检查等方式推动标准实施。

## 八、其他需要说明的事项

无。

标准编制组

2022年4月