

在线“诊断”心理问题，靠谱吗？

新华社“新华视点”记者 陈一帆 侠克 黄凯莹

“NPD有六大特征，遇到了赶紧跑”“有的孩子看着正常，其实是AD-HD，快来测一测”……近期，以在线“诊断”NPD（自恋型人格障碍）、AD-HD（注意缺陷多动障碍）等为标题的视频在网络上大量传播，不少人“被确诊”。这样的在线“诊断”是否靠谱、可信？“新华视点”记者进行了调查。

“对号入座”即可识人查病？

“NPD善于处理人际关系，缺乏同情心，利用他人达到自己的目的，且不会反思自己的错误”……一段时间以来，短视频平台出现大量关于NPD的分析视频，一些热门视频的点赞、评论、转发量多达数十万人次；不少网友留言觉得自己符合相关特征，自行“确诊”后感到迷茫焦虑。

除了看视频给自己“对号入座”查病，还有一些网友将相关特征套用到家人、同事或朋友等身上，进而影响现实社交。28岁的江小敏刷完关于NPD的视频后，发现一位同事完全能“对上号”，“现在我和其他人都会互相提醒，尽量避免和他接触”。

那么，只要符合视频里的描述，就是NPD吗？

北京安定医院临床心理中心副主任医师李颖说，NPD的诊断非常复杂，需要考虑一些特质是否持续存在并导致明显的社会后果等，不能仅凭某个行为就下结论。

记者了解到，由于精神障碍等存在多种表现形式，准确识别和诊断较为困难，美国精神医学学会编著的《精神障碍诊断与统计手册》对NPD诊断标准多次作出修订。

同样，备受家长关注的ADHD“诊断”视频也不能作为“确诊”依据。

“家长特别容易受到这类视频影响。”广西壮族自治区妇幼保健院临床心理科主任医师雷灵说，孩子成绩不好、孩子性格不够“完美”、孩子有多动症……之前就有家长根据视频“诊断”孩子的行为，甚至轻信一些机构或个人推荐的“疗法”、保健品或药品。

国家心理健康和精神卫生防治中心副主任黄长群说，相关心理疾病须由具有执业资格的专业人员根据诊断标准进行判断，医生要综合临床症状的严重程度、持续时间、既往史、刺激因素等，还要与其他疾病进行辨别，这既要求专业知识，也需要临床经验。

受访心理专家认为，这类视频将医学诊疗过程娱乐化、绝对化，容易引发网友出现自我否定、焦虑恐惧等情绪，产生不必要的心理负担；草率地给某类人群贴上标签，可能导致本身存在精神心理问题的人加重病耻感，放弃或推迟寻求专业帮助，影响心理健康。



乱象。

（新华社发）

从在线“诊断”到带货变现

记者调查发现，不少在线“诊断”心理的视频，先以NPD、ADHD、抑郁、焦虑等为热门话题吸引关注，通过话术激起需求后，再推销课程、保健品、一对一咨询辅导等收费项目，已经形成较为完整的链条。

在一些社交平台上，有不少打造心理博主的教程帖，包括起号、引流到变现全套流程，小到文案、字体、配图，大到账号定位、策划内容、受众分析，一应俱全。记者发现，在多个短视频平台的直播间，一些主播自称心理咨询师、家庭教育师等，宣称可以“解决青少年心理问题”。“你的孩子是不是有厌学、逆反、焦虑、沉迷手机等表现”“家里孩子有这样问题的都来加老师，不然找‘白大褂’可能得休学影响孩子”……有家长信以为真，纷纷留言或连线主播求解。

这时，主播就会开始推销课程、保健品、一对一咨询辅导等收费项目。直播间里会有非常明显的“加微信或群聊”等标识，主播也不断重复“先点关注，加上互助群”“看屏幕提示添加老师的‘微’，领取免费试听课程”……为规避平台禁用词，主播还用“白大褂”指代医生、用“吃片片”指代吃药、用“YY”指代抑郁。

在一个直播间的商品链接里，记者看到多个以“训练营”“体验营”“成长营”等为名的课程产品，价格从十几元至几十元不等。主播声称这些课程可以用

几天时间或几个步骤战胜某个心理问题，销量多的达几百单。

这样的直播间在短视频平台不在少数。有的直播间售卖课程标榜“名师”，价格从299元到599元不等，销量不低；还有价值1980元的“xx老师粉丝见面会”，现场听所谓的“心理大咖”讲课，学习心理知识，面对面解惑。

一名主播透露，视频是促成与“潜在客户”点对点联系、进而变现的关键一步。“直播间里卖的课相对便宜，私聊后会推价格更高、时间更长的课程。”

多位曾买过此类课程的家来说，课程内容参差不齐，有些所谓的家庭教育专家甚至引导家长强行打掉孩子手办，来阻止其沉迷“二次元”；结果不但孩子问题没解决，和家人的关系反而更僵了，严重时还会导致极端事件的发生。

雷灵曾接诊过相关病例，家长看了视频后觉得孩子本身“有问题”，轻信所谓的“专家”乱干预。“这样的‘乱投医’行为潜藏风险，轻者治疗后未见改善，严重者可能加重孩子焦虑，甚至导致心理疾病向更严重程度发展。”

健全心理服务体系 对网络信息保持理性

受访专家表示，在线“诊断”心理问题视频的火爆，反映出心理健康问题越来越受到大众关注，公众的心理健康素养有所提升。但一些“诊断”类视频专业性不够，不能起到科普作用，反而会产生误导，甚至造成心理伤害。

广西桂林市临桂区疾病预防控制中心精防办主任莫丽华认为，互联网平台应加强对此类视频的监管，对内容离谱的视频采取下架、封号等处理；相关部门加大对互联网心理诊断与治疗违规惩戒，并针对群众切实需求推出内容形式更为丰富的公益性科普视频，给予一定流量倾斜，避免出现“劣币驱逐良币”的情况。

多位一线医务工作者表示，如今心理服务样式更加多元，除了心理沙龙、团体咨询辅导，还有以科普为主的冬令营、夏令营等活动。但旺盛的需求之下，专业人才短缺、获取渠道缺失等情况依然存在。

广西壮族自治区江滨医院临床心理科主任医师戴剑建议，进一步健全社会心理服务体系，扩大心理健康服务供给，探索从社区、学校、网络等多渠道搭建专业科普平台，同时加大对心理、精神卫生等专业人才的培养和培训力度。

目前，江苏等地已将部分心理治疗项目纳入医保支付范围。受访人士表示，纳入医保后，更多人开始知道心理治疗，也有条件接受相关治疗服务，有助于专业诊断服务走进千家万户。

广西南宁市心翔心理咨询有限公司负责人林晓义等专家提示，公众要增强信息筛选和辨别能力，从正规渠道学习、了解相关知识，向专业的精神心理机构、医院等寻求帮助和支持，对网络上的相关视频和信息保持理性，不盲听盲信、据此“确诊”或“疗愈”。

（新华社北京3月13日电）

「国家喊咱减肥了」管理体重如何做~

新华社记者 李恒 董瑞丰 黄筱

腰围大了，体重超了，慢性病找上门了……今年全国两会期间，“体重管理”“体重管理门诊”冲上热搜。

以体重管理“小切口”，推动应对慢性病防控的“大工程”。自去年6月开始，国家卫生健康委已会同多部门启动“体重管理年”活动。为什么要重视体重管理？当前医疗机构的体重管理门诊开设情况如何？记者就此进行了采访。

超重肥胖：慢性病的隐形推手

今年35岁的小正（化名），不曾料到自己会因为肥胖患上阻塞性睡眠呼吸暂停综合征，睡觉时由于通气不足被憋醒，每晚起夜七八次。年纪轻轻的他，已患上高血压、糖尿病……体重最重时飙升至近380斤，“胖墩墩”的人生让小正苦不堪言。

肥胖症，一种由遗传、内分泌和环境等多种因素共同作用而导致的慢性代谢性疾病。随着经济社会发展和生活水平提高，我国居民生活方式、饮食结构等发生较大变化，超重、肥胖已成为危害群众健康的重大公共卫生问题。

根据《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》，2018年我国成人超重率和肥胖率分别为34.3%和16.4%，6至17岁儿童青少年超重率和肥胖率分别为11.1%和7.9%，并呈逐年递增趋势。国家卫生健康委此前发布的《体重管理指导原则（2024年版）》也指出，有研究预测，若该趋势得不到有效遏制，2030年我国成人、儿童超重肥胖率将分别达到70.5%和31.8%。

肥胖不仅影响个人形象，更是多种慢性病的重要危险因素。体重异常，特别是超重和肥胖是高血压、糖尿病、高血脂、心脑血管疾病以及部分癌症等多种慢性病的重要危险因素。

医疗费用增加、工作效率下降、生活质量降低，引发自卑、抑郁等一系列心理问题……这些问题都因肥胖而变得更加突出。专家提醒，体重管理不仅仅是减肥，更是通过科学的方式维持健康体重，预防慢性病发生。同时，体重过轻或营养不良者也要管起来。

国家卫生健康委有关负责人表示，将引导医疗卫生机构设立体重管理门诊，为受体重问题困扰的居民，提供一个良好的专业咨询环境和平台，帮助居民在自己的努力和专业机构人员的帮助下，能更好地管好体重，健康生活。

体重管理年：从治已病到治未病

记者在走访中发现，越来越多的医疗机构开设体重管理门诊，为患者提供个性化的体重管理服务。

在杭州市拱墅区文晖街道社区卫生服务中心体重管理门诊，就诊人会先在体脂机上进行身体数据测量，得到一张体脂率表；随后医生会让就诊人填写一张生活习惯调查表，包括是否吃早饭、肉类、蔬菜、水果的每日食用量等。

“这两张表是每一位来到体重管理门诊就诊者的基本信息。”文晖街道社区卫生服务中心副主任朱秋静说，体重管理门诊以生活方式医学为理论基础，组建了一支含全科医师、中医师、营养指导员、健身教练员、运动康复师、心理咨询师的多学科团队，通过“多对一”在线监督管理方式，帮助管理对象逐渐养成“科学合理膳食、规律适当运动”的健康生活方式，达到减轻体重、降低体脂、控制慢性病的发生发展、提高居民健康生活水平的目标。

在南京市迈皋桥社区卫生服务中心体重管理门诊，健康管理师在详细询问就诊人情况后，为就诊人建立电子健康档案，并签约运动干预服务包。运动处方师、营养师和康复师对就诊人的健康状况进行全面评估，制定个性化的运动处方和营养食谱。

中医也成为不少体重管理门诊的法宝。42岁的季女士体重曾一度达到80公斤、腰围113厘米。去年10月她来到杭州市东新街道社区卫生服务中心体重管理门诊就诊后，被诊断为肥胖型多囊卵巢综合征。

“不同于一般的肥胖患者，她是多囊卵巢综合征导致的身体内分泌紊乱而出现的肥胖。”医师李航根据季女士的脉象、舌苔情况，中医辨证为脾肾阳虚兼痰、湿、寒饮夹瘀血证，开具中药汤剂调节内分泌平衡。口服中药一个月加适当运动和饮食管理，季女士体重下降了8公斤，腰围减少了19厘米，体重指数从30下降到26.8。

专家表示，体重管理门诊主要是从营养、运动、心理支持等角度为自身控制体重无效、反复减重失败或重度肥胖的人群提供科学、系统、个性化的减重方案。可以通过试点推广的方式，逐步在全国范围内普及。同时，加强基层医疗机构的体重管理能力，让更多群众受益。

动起来：让体重管理成生活方式

国家卫生健康委医疗应急司有关负责人介绍，控制体重的关键在于大家都参与进来，都关注体重、了解体重，从体重管理中获得健康收益，全社会的超重肥胖率上升势头才能得到有效遏制。

自“体重管理年”活动启动以来，各地各部门高度重视，积极响应——

南昌市出台《南昌市“体重管理年”活动方案》，明确提出“校园及周边500米内避免售卖高盐、高糖及高脂食品等”；北京市顺义区开展健康促进学校和星级示范学校创建工作，不断改善学校健康环境，健康促进学校建成率达100%……

针对体重管理的重点领域和重点人群，相关部门出台系列技术文件，如2024年版体重管理指导原则、2024年版居民体重管理核心知识、中小學生超重肥胖防控“十要义”、高血压等慢性病营养和运动指导原则等，为医疗卫生专业人员提供了技术支撑，也为不同人群的体重管理提供了分类指导……

为调动全民参与积极性，第九届“万步有约”健走激励大赛吸引来自全国各地近19万人参加了健康体检大赛；健康中国行动知行大赛家庭专场，有3万多家家庭“组队”参与打卡互动，体重管理知识得到进一步普及……

国家卫生健康委医疗应急司有关负责人表示，将持续推进“体重管理年”活动，加强慢性病防治工作，推动政府、行业、单位和个人落实好四方责任，持续做好有关慢性病防治和体重管理方面的知识宣传，并注重防治结合，提供个性化服务。

（新华社北京3月13日电）

当心！你收到的赠品、小样可能暗藏猫腻

新华社记者 朱国亮

买正品附送赠品、小样，是不少商家的促销手段。然而，近年来，一些“三无”产品甚至有毒有害产品，打着赠品、小样的名目流入市场，给消费者身心健康造成危害。

“3·15”国际消费者权益日即将到来，江苏省苏州工业园区人民检察院披露的一起典型案例，值得消费者警惕。

同时服用才有效？“毒”赠品搭上正品便车

2023年底，受“不节食、不运动，一个月能瘦20斤”的广告语诱惑，苏州市民王女士花费1169元网购3瓶左旋肉碱绿茶胶囊。商家随后寄出3盒胶囊，附赠3盒用压片糖果盒包装的淡黄色奶片，并叮嘱：“胶囊搭配赠品服用才有效。”

按商家提示，王女士每天早晨空腹服用2颗胶囊和1粒奶片，几天后却出现头晕、失眠、腹泻等症状，一周后症状持续加重，不得不住院治疗。怀疑该减肥胶囊有问题，王女士向公安机关报案。

警方将王女士提供的网购胶囊及其赠品送检后，结果显示，左旋肉碱绿茶胶囊本身没有添加违禁成分，但附赠的奶片中含有违禁成分西布曲明。这是一种作用于中枢神经系统抑制食欲的药物，因存在较大安全隐患，我国早在2010年就明令禁止生产、销售、使用西布曲明制剂及原料药。

办案人员介绍，与合规产品捆绑销售，将有毒有害产品以赠品名义发

放给消费者，是一种新型且隐蔽的犯罪手法。

2024年，江苏省无锡市江阴市人民检察院办理了一起类似的化妆品“毒”小样案。一家化妆品店在销售一款祛除痘印和色斑的化妆品时，附赠日霜、夜霜小样，并叮嘱顾客正装搭配小样使用效果最佳。案发后，相关单位将产品送检发现，其主产品没有问题，但附赠的夜霜小样汞含量最高超标43000倍。

记者梳理近年来多地政法机关披露的同类案件发现，减肥产品是这类案件的“重灾区”，多在赠品中添加西布曲明、酚酞等违禁成分；保健品销售也有类似问题，主要是在赠品中添加西地那非、他达拉非等违禁成分。

主产品不如赠品贵？实为掩人耳目逃避打击

在苏州工业园区检察院办理的这起赠品造假案件中，王女士网购的减肥胶囊来自被告吴某，吴某赠出的奶片又来自被告姜某。

姜某先从上游不同渠道分别购买5元1盒的压片糖果和22.5元1袋的奶片，随后将便宜的压片糖果作为主产品，将更贵的奶片作为赠品，再以110元的价格，将“1盒压片糖果+1袋奶片”捆绑销售给吴某，共计销售金额121万元。吴某收到货后，直接将主产品糖果扔掉，只将奶片作为减肥胶囊的赠品销售。

主产品还没有赠品质值钱，这里面有啥门道？

“将价格高、真正有功效的产品作为

赠品销售，其实是犯罪分子掩人耳目、逃避打击的一种犯罪手法。”苏州工业园区检察院检察官王军说，“姜某与吴某的微信聊天记录表明，姜某曾对吴某说过‘效果都在奶片里’‘不搭配没法卖’‘不能在明面上销售’等话语，二人对奶片含有违禁成分显然都是主观明知。”

承办检察官介绍，在审查起诉阶段，姜某对检察机关认定的销售金额121万元进行辩解，认为卖的压片糖果没有添加有毒有害成分，应该扣除这部分销售金额。吴某在售卖减肥产品过程中，也无意不记录赠品数量，致使警方难以直接查明其销售额度 and 获利情况。

然而，二人自以为高明的伎俩，并不能让他们逃脱法律的惩罚。

经过缜密侦查，办案人员最终掌握了一系列确凿证据。2024年7月，该案经苏州工业园区检察院提起公诉，并提起刑事附带民事公益诉讼。当年12月，吴某、姜某被法院以销售有毒有害食品罪一审判处有期徒刑10年3个月，并处罚金61万元；同时，吴某、姜某均被责令承担销售有毒、有害食品价款的10倍惩罚性赔偿金1210万元。这一判决于今年初生效。

“问题”赠品该不该计较？免费不等于免责

一些消费者认为，赠品反正没花钱，出了问题“多一事不如少一事”。承办检察官表示，不法分子正是摸准了消费者的这种心态，抱着侥幸心理企图瞒

天过海。

消费者能否对“问题赠品”发起维权？民法典明确，附义务的赠与、赠与的财产有瑕疵的，赠与人在附义务的限度内承担与出卖人相同的责任。赠与人故意不告知瑕疵或者保证无瑕疵，造成受赠人损失的，应当承担赔偿责任。

消费者权益保护法实施条例也规定，经营者向消费者提供商品或者服务（包括以奖励、赠送、试用等形式向消费者免费提供商品或者服务），应当保证商品或者服务符合保障人身、财产安全的要求。

王军表示，赠品属于销售者为达成交易的促销或鼓励条件，表面上是免费的，其实是“羊毛出在羊身上”，成本已分摊到付费商品中。当赠品出现质量问题，消费者可依据食品安全法主张支付价款十倍或者损失三倍的赔偿金；如果赠品含有毒、有害物质等，构成犯罪的，应当依照刑法有关规定追究生产者、销售者刑事责任。

江苏省消保委有关负责人表示，根据《化妆品监督管理条例》，化妆品的最小销售单元应当有标签。“化妆品试用装、小样等也需和正装化妆品一样接受监管，消费者应避免购买和使用‘三无’包装的产品。”

免费的赠品，不等于免责品。不法分子企图利用普通消费者“嫌麻烦”的心态钻监管漏洞，但在法律面前，任你如何花样迭出，也不过是掩耳盗铃。对于消费者而言，遭遇“问题赠品”不要自认倒霉，拿起法律武器积极维权，共同维护与我们切身利益息息相关的食药安全。

（新华社南京3月13日电）