

99%。”她会在课堂上和学生分享真实的场景，比如孩子抢救成功后父母激动地抱着医生转圈，白血病患者痊愈后出国留学前给医生写信。

“这几年，儿科医生工作环境在不断提升”，她鼓励年轻人，“关键你要喜欢这个职业，能用积极心态去面对。”

## 一切为了孩子：让学生多睡一小时

保障儿童群体的大健康研究是江帆的一项重要工作。相信许多上海市民还清楚记得，2007年上海出台“推迟中小学上学时间”的通知，让孩子多了一个小时的睡眠时间。这一政策落地的重要推手，正是江帆所在的科研团队。

1998年，师从中国儿童保健领域的著名专家沈晓明教授，江帆开始了儿童睡眠健康研究之路。她和课题组先后在全国九

实睡眠对儿童神经发育以及认知记忆的影响，同时也揭示了，睡眠不足对儿童肥胖发生的相关作用机制。

眼下，她和她的团队又瞄准了上海学生身体活动状况。

江帆说：“目前全国中小学学生体质监测显示，近20年来中小学体质出现下滑趋势，这一结果引起了全社会的广泛关注。”

在上海市公共卫生三年行动计划大力支持下，她领导的团队在上海建立了国内第一个学生身体活动监测平台，这一次研究监测的样本量达到近8万人，其中4000人会随身佩戴“身体活动加速度器”进行实时客观监测，项目得到了上海市教委的大力支持，医教体多团队合作。

江帆透露，预计这项监测今年年底前有望完成，在监测的基础上，她领衔的多学科团队将会出台国内第一部儿童身体活动循证指南，从改善孩子的生活方式开始，为孩子们的健康成长提供准确性、科学性的指导。

当孩子和家长特别信任你的时候，这种职业带来的快乐很让人享受，也是儿科医生的魅力所在。

省市开展了3万余名各年龄段儿童睡眠健康多中心流行病学研究，揭示了中国儿童睡眠不足与睡眠问题存在的普遍性，及相关影响因素的发育阶段性和多维性特征，并发现“课业负担过重”和“上学过早”是导致儿童睡眠不足的高危因素。

为了深入研究提高儿童睡眠健康的有效举措，她带领团队对上海地区10所小学的学生进行了长达4年的追踪研究。研究发现，适当地推迟上学时间可以显著提高儿童睡眠的质量，进而有利于儿童体格生长、促进儿童身心健康。

这一研究结果引起了上海市教委的高度关注，最终经多方论证后在上海地区率先推动了“中小学推迟上学时间”政策的出台，而在政策实施后3年通过第三方评估，进一步证明了这一政策推行后，儿童睡眠健康有了显著改善。

“儿童睡眠研究”推动了政策转化，得到了教育部高度认可并建议推广。而这一健康研究推动政府循证决策理念与经验的成功案例，也被国际医学最高权威杂志之一《柳叶刀》收录并发表。项目还相继获得了国家科技进步二等奖、教育部科技进步一等奖等一系列奖项。

从事儿童睡眠研究近20年，江帆带领睡眠研究小组不断证

有着23年党龄的江帆，她是一名儿科医生，也是医院管理者。“作为医院管理者，我理应传承好儿童医学中心‘一切为了孩子’的文化。”江帆认为，这不仅需要自己的努力，更需要依靠一线同事的智慧。

2014年，偶尔一次江帆听麻醉科主任说，手术室门口孩子撕心裂肺的哭闹声，让医生们心里很难受，想要打造“无哭声手术室”，江帆很赞同，并着手打造“无哭声医院”。

于是，医院出现了首个海洋主题手术室，小患儿可以坐在卡通车上前往手术室，在静脉输液区、影像检查区有了色彩缤纷的彩绘墙和动画主题检查室。

如今，作为上海基层党员的先进典型，江帆还担任上海市青联副主席、教育部环境与儿童健康重点实验室副主任、中华预防医学会儿童保健分会副主任委员等职务。

光荣当选党的十九大代表，在大学期间就入党的“江代表”感觉自己又有了学习的新动力。会前，她说她要更多地了解周围百姓和党员的想法。“会后，我则要用自己的专业、身份和视角，更好地将会议精神介绍到基层一线去，在所代表的群体中产生共鸣。这也是一次新的锻炼和考验。”