

高低肩、驼背、走路歪斜……

让孩子远离脊柱侧弯



漫画：家长带孩子来看医生，医生给出提醒。新华社发 朱慧卿 作

据新华社西安9月2日电(记者 蔺娟)新学期伊始,孩子们告别假期重返充实的校园生活,身心健康同样不能忽视。专家表示,脊柱侧弯已经成为继肥胖、近视之后,危害我国青少年健康的又一大疾病,患病率近年来呈逐渐上升趋势。什么是脊柱侧弯?会带来哪些严重后果?如何早期发现和防治脊柱侧弯?听听专家怎么说。

“如果孩子有高低肩、驼背、走路歪斜的现象,这可能是青少年常见的脊柱问题——脊柱侧弯在发出信号。”空军军医大学西京医院骨科主任黄景辉说,“它不是简单的姿势不良,而是一种需要及早干预的脊柱三维畸形。”

黄景辉介绍,脊柱侧弯是以站立位脊柱正位X线片上的弯曲角度(Cobb角)大于10度为诊断标准的三维结构性畸形,伴随椎体旋转和胸廓变形。由于发病初期无特殊不适,极易被忽视。脊柱侧弯的危害不容小觑,会造成孩子体态畸形,形成“剃刀背”、高低肩、骨盆倾斜等外观改变,严重的脊柱畸形可能会压迫心肺等脏器。青少年脊柱侧弯的心理影响也不容忽视,许多青少年患者会产生自卑情绪,不愿意参与集体活动。

专家表示,脊柱侧弯的早期发现和及时干预非常重要。家长可以在家给孩子做简易筛查,让孩子脱去上衣,双脚并拢,自然站立,家长从背后观察孩子两边肩膀是否水平,两边肩胛骨下角是否水平,两边腰窝是否对称,两侧骨盆是否水平,整个脊柱是否在一条竖直线上;也可以采用Adams前屈试验,让孩子双脚并拢双膝伸直,两臂伸直合掌,向前弯腰90度,直至背部达到水平面。家长站在孩子身后,视线应与孩子背部在同一高度,观察脊柱胸段至腰段是否有异常变化。如果脊柱的两边不等高,则极有可能为脊柱侧弯。筛查发现有任何异常,家长应立即带孩子到正规医院骨科或脊柱外科进行检查。

空军军医大学西京医院骨科主治医师李东林介绍,不同角度的脊柱侧弯采取的治疗方式不同,要根据孩子的侧弯位置、严重程度和进展风险等因素制定最佳治疗方案。轻度脊柱侧弯要配合专业康复训练,定期观察;中度脊柱侧弯要选择佩戴矫形支具控制发展,形体干预为辅;重度脊柱侧弯则需要评估手术治疗的必要性。专家提醒家长,切勿轻信“偏方”,以免延误最佳治疗时机。

雷雨过后“敏宝宝”扎堆就诊

专家揭秘儿童过敏那些事

8月以来,因过敏到内蒙古自治区妇幼保健院就诊的儿童患者明显增多,特别是剧烈雷雨天气过后,出现过敏症状的儿童患者就更多了。内蒙古自治区妇幼保健院儿内科主任医师韩丽红提醒,“敏宝宝”们在过敏季应加强防护,警惕因天气剧烈变化、花粉浓度升高而出现的急性过敏反应。

“父母等家族成员有过敏史或者幼时有湿疹等过敏性疾病史的儿童,成为‘敏宝宝’的几率会显著增加。”韩丽红说。通常儿童的过敏症状会随年龄变化而变化:一岁以内的婴儿过敏通常表现在皮肤或消化道上,如湿疹、牛奶蛋白过敏等;到三岁左右,幼儿过敏会逐渐以呼吸道症状为主要表现,多数先出现鼻黏膜过敏,也就是所说的过敏性鼻炎,如果过敏性鼻炎控制不好的话,后期还可能会并发儿童哮喘。

专家表示,儿童的过敏性鼻炎应早诊断、早治疗,如果没有早期识别并予以治疗,可能影响儿童健康成长。

韩丽红介绍道,过敏性鼻炎如果并发鼻窦炎、腺样体肥大,会导致鼻腔堵塞严重而出现张口呼吸,长期张口呼吸不仅使儿童易反复感冒,还可能使儿童出现牙齿颌面畸形,进而形成“口呼吸面容”或“腺样体面容”,也会出现颈前伸、扣肩驼背等体态异常,还会引起睡眠打鼾、夜惊、磨

牙,甚至可能出现精力不集中、记忆力减退等。

还有些患过敏性鼻炎的儿童,出现慢性咳嗽,这可能是从过敏性鼻炎到哮喘的一个过渡状态,被称为咳嗽变异性哮喘。“有些家长说孩子常在夜间咳嗽,或者在运动后咳嗽,吃了止咳药也不见好,这种慢性咳嗽可能是咳嗽变异性哮喘,需要及早到医院明确病因、对症治疗。”韩丽红说。

韩丽红建议,如果儿童确诊为过敏性鼻炎,一要注意规避过敏原,减少到野外花粉浓度高的地方玩耍,饮食也要均衡,少吃过凉、过甜等刺激性食物;二要进行适量有氧运动,增强身体抵抗力。

“有‘敏宝宝’的家庭,在夏秋季还应特别注意雷暴天气。”韩丽红说,剧烈的雷暴天气会加重过敏性鼻炎的症状,甚至还会出现哮喘。雷暴天气应减少儿童外出,在家中也要关好门窗,必要时使用空气净化设备,尽量减少接触花粉等过敏原。

在防治儿童过敏性鼻炎的过程中,韩丽红说,有些大人用的抗过敏药,不适合儿童用,要看药品说明书上有没有针对儿童的用法用量;过敏性鼻炎需要进行规范化治疗,根据儿童年龄和症状适配不同的药剂,能否停药需要经过评估,不能随意而为。

(据新华社呼和浩特电 记者 魏婧宇、贺书琛)

海口开展药品安全宣传周进校园活动 这些常识“药”知道

南国都市报9月2日讯(记者 蒙健文/图)9月2日,海口市市场监督管理局秀英分局联合海秀街道,在海口市第二十七小学共同开展2025年药品安全宣传周进校园活动。此次活动以“药品安全 监管为民”为主题,旨在提升学生们的安全用药意识和自我保护能力。

活动现场,海口市市场监督管理局秀英分局执法人员为学生们带来了一场生动有趣的药品安全科普讲座,通过播放2025年全国药品安全宣传周活动宣传片、展示图文并茂的样品、分析通俗易懂的案例,为同学们讲解了药品的基本分类、安全用药常识以及药物滥用的危害。

执法人员在讲解药物滥用危害时,列举了一些因滥用止咳水成瘾,导致身体机能下降、精神萎靡,甚至影响学业和生活的真实事例,让同学们深刻认识到合理用药的重要性。

同时,海秀街道工作人员为学生们讲解了毒品在日常生活中带来的危害,通过展示禁毒仿真样品,让学生更加珍爱生命,远离毒品诱惑。

为了让学生们更深入地理解药品安全知识,现场还设置了互动问答环节。学生们积极踊跃,纷纷举手抢答,现场气氛热烈非凡。执法人员还向同学们发放了精心制作的药品安全宣传手册,手册中涵盖了常见疾病的用药指南、如何辨别药品真伪、家庭药品储存方法等内容,图文并茂,方便同学们阅读和理解。

据统计,本次活动共发放药品安全知识宣传资料及折页300余份、购物袋150余个、纪念品150余份,受教育学生150余人。

海口市市场监督管理局秀英分局表示,将以药品安全宣传周活动为契机,继续深入开展药品安全宣传活动,走进更多的校园、社区和企业,不断扩大宣传覆盖面,提高公众的药品安全意识。



执法人员为学生们讲解毒品危害。