

守护儿童健康

——记市三院儿童内分泌专科门诊

■本报记者 刘彩霞

随着社会的发展,家长带着孩子到儿童门诊看性早熟的逐渐增多。一方面原因是家长对孩子生长发育的关注度不断提高,另一方面原因是性早熟发病率增高,已成为生长发育领域最常见疾病。2017年,市三院儿童内分泌专科门诊由儿科副主任医师黄占克牵头成立。黄占克从事儿科临床工作十余年,曾于上海儿童医学中心专修矮小症、性早熟等儿科内分泌疾病的诊治,擅长儿科常见病、多发病、生长发育不良及性发育异常疾病的诊治,凭借细致严谨的工作态度和专业的诊疗技术,赢得家长及患儿的信赖。

切莫忽视孩子性早熟

在市三院儿童内分泌专科门诊中,经常遇到女孩八九岁来月经,男孩十一岁变声、长胡须,这些是性早熟的主要表现。还有一些孩子虽未出现第二性征,身高体重正常,就因时却发现骨龄超前,意味生长潜力在逐渐减少。据黄占克介绍,性早熟是一种以性成熟提前出现为特征的性发育异常,是指在性发育年龄以前出现第二性征,即乳房发育、阴毛、腋毛出现,身高、体重迅速增长,外生殖器发育。“目前一般认为男孩在9周岁前、女孩在8周岁前呈现第二性征或10周岁前出现初潮即诊断为性早熟,其中女孩的发生率高于男孩。”黄占克

说,医学上根据病因将性早熟分为中枢性和外周性两种,中枢性性早熟也称真性性早熟,是下丘脑促性腺激素释放激素的分泌和释放量提前增加,提前激活性腺轴功能,导致内、外生殖器发育和第二性征呈现,直至生殖系统发育成熟;而外周性性早熟又称假性性早熟,是指第二性征发育与性腺发育步调不一致。假性性早熟持续不干涉的话,最终会转变为真性性早熟。

11岁的男孩小杰因长胡须和青春痘到内分泌科就诊。一系列检查结束后,医生表示小杰已发育完全,骨龄显示已17岁,骨骺闭合达到终身高。也就是说,身高156cm的小杰再也长不高了,家长得知后崩溃大哭。“性早熟与儿童生长发育息息相关,最容易造成孩子生长潜能受损。”黄占克表示,在性发育的过程中,男孩和女孩的身高体重快速增长和骨骼成熟加速,可使骨骺融合较早,身体过早成熟也就意味着身高增长越早停止,给以后的生活造成潜在的影响。除此以外的,性早熟也会影响孩子的心理状态,背负不必要的精神负担,从而引发早恋等一些社会问题。

关注发育谨记早防早治

在市三院儿童内分泌专科门诊中,不少孩子经检查发现早熟的苗头,查找病因进行药物等及时干预延

缓发育,在孩子长期的生长过程中慢慢纠正。有位女孩9岁来月经后在母亲带领下就诊,经过两年的药物干预,现在生长发育恢复正常。

为何孩子会出现性早熟?其实除了内在下丘脑促性腺激素释放激素分泌增加使儿童提早进入青春期,发育还受遗传基因、父母青春发育的情况、慢性疾病、营养情况与生活环境的影响,其中食物也是影响孩子性早熟的重要原因之一。“生活中,一些家长经常给孩子吃人参、蜂王浆、牛初乳、蛋白粉等滋补食物补充营养。而这些滋补品多少都含有或促进人体分泌雌激素、泌乳素等性激素,表面上看孩子身高长了,但第二性征也出现了。”黄占克表示,短期进食只是性征出现,长期大量摄入将会引起不可逆的骨龄增长。同时,营养过剩的肥胖儿童更易患性早熟,还有下丘脑垂体肿瘤或其他中枢神经系统病变、肾上腺疾病、甲状腺疾病、卵巢疾病等,都可能引起儿童性早熟。尤其是男孩的性早熟80%以上是器质性的,应引起家长注意,及时带孩子就诊。

“建议孩子们平时多运动、多吃蔬菜和水果,早睡早起,不乱吃补品,家长定期监测孩子身高,同时还要留意是否有第二性征出现。”黄占克表示,一旦发现孩子有性早熟倾向,家长应尽早带孩子到医院小儿内分泌专科就诊,找出原因并及时给予相应治疗。



■专家链接

黄占克,市三院(市妇幼保健院)儿科副主任医师,河南省医师协会青春期医学会儿童发育行为学组副组长,河南省医师协会儿童内分泌委员会委员,河南省预防医学会儿童内分泌委员会常委,河南中西医结合儿童内分泌委员会常委,从事儿科临床工作十余年,系漯河市青年技术岗位能手、漯河市第九批专业技术拔尖人才,是我市矮小症以及性早熟等内分泌疾病治疗学科的带头人之一。

豫中南急性冠脉综合征诊治新进展学术研讨会在我市举办

11月21日,由市医学会主办、市六院(市中心血管病医院)承办的豫中南急性冠脉综合征诊治新进展学术研讨会在我市举办。

会议特别邀请北京安贞医院曾玉杰教授、王红教授、祖晓麟教授,北京朝阳医院宁志伟教授,郑大一附院李和平教授,阜外华中心血管病医院张静教授等国内心血管病领域知名专家前来授课。市卫健委、市六院相关领导出席开幕式,全市各级医疗机构的300余名相关专业人员参加了会议。

学术会上,专家教授分别从急性冠脉综合征的诊治、急性心律失常的救治、更年期心脏问题、血脂管理、心脏重症等内容入手,指出当前我国心血管病面临的新形势和基层医疗机构存在的不足,从不同角度展示了急性冠脉综合征诊治领域的新进展、新理念、新技术,开阔了我市中心血管病领域学术视野,对推动我市急危重症救治水平和心血管病治疗中心建设具有良好的推动作用。

鹿红卫 杜 鹃



采血秤为何不停摆动

献血的时候,随着热血顺着塑料管缓缓流进采血袋,很多献血者发现:逐渐盛满的血袋被放置在一个类似电子秤的机器上不停地摆动。

我们都知道,流血以后血液会凝固。这是因为血液从血管流出来之后,体内溶解性的纤维蛋白原会转化为不溶解的纤维蛋白,从而导致血液的凝固。正常情况下,一般血液从体内流出来之后的2~8分钟之内就会完全凝固。

其实,采血之前,采血袋里面并不是空的,里面装着一名抗凝剂的化学物质。这种抗凝剂又称为血液保养液,含有枸橼酸盐、磷酸盐、葡萄糖和腺嘌呤等物质,按一定的比例配置,起着防止血液凝固和红细胞被破坏的作用。为了防止献血者捐献的

血液凝固,光有抗凝剂还不够,在采血的过程中,采血袋会被放置在电子采血秤的托盘上,在采血过程中,血液流向塑料采血袋内,放置采血袋的电子采血秤的称重托盘会按一定角度、一定频率不停摇摆,使抗凝剂与血液充分混合,从而达到不使血液凝固的目的。

吕 颖



爱牙课堂

什么时间不能拔牙

日常生活当中,很多人经历过拔牙,但提醒大家,拔牙须避开一些时间,否则会给身体健康带来不利影响。

- 感冒。因为拔牙是创伤性手术,如果患感冒的人拔牙,会因为抵抗力差而引起拔牙后的感染。
- 妊娠期。妊娠期拔牙的话,有可能会诱发早产,甚至还会产生严重的后果导致流产。
- 经期。因为在经期的时候,拔牙可能会引起大量出血。
- 患有系统性疾病的患者,如糖尿病、心脏病、高血压等,如果想要拔牙,就要将病情控制在安全范围内才能进行;还有就是患有甲亢、肝炎、肾炎的患者以及老年人,在进行拔牙之前要进行必要的相对应的检查。

拔牙后伤口刚刚愈合,这时局部

刘彩霞

的纤维母细胞刚从牙槽骨壁向血凝块延伸生长,并逐渐使血凝块机化而变得坚固结实。一般来讲,拔牙后24小时内一般不要漱口,更不可以刷牙。若急于漱口刷牙,则有可能将血块漱掉、刷掉而造成再出血或引起牙窝空虚而导致疼痛难忍的“干槽症”,延长痊愈时间。拔牙后短时间内虽然不能刷牙,但餐后及睡前必须使用漱口水,含30秒后慢慢吐掉,以防止细菌感染。还须注意拔牙两小时后方可饮水和吃半流食,如稀饭、细面条等,不要吃太烫或太硬的食物,也不要饮烈性酒,不要吸烟,不要吃辛辣食物,并充分休息。如果需要服用消炎类药物,需要遵医嘱,不可自行减剂。

漯河卫健·健康漯河

如何预防儿童性侵害

性侵害对孩子的一生带来严重的影响。对于儿童性侵,家长往往会有以下几个误区:

- 误区一:认为儿童性侵害大多发生在偏远地区。事实上,在统计案例中,大量性侵害事件发生在大中城市,没有任何地域差异。
- 误区二:认为只有女孩儿需要学习保护自己,男孩儿不需要。事实是男孩儿也会面临遭遇性侵害的危险。
- 误区三:认为只要教孩子保护自己某些身体部位就可以。其实这只是方面,更重要的是,教孩子建立起自己与他人的边界感,让孩子拥有身体自主权。
- 误区四:认为不让孩子与陌生人接触就会安全。研究证明,近70%~80%是熟人作案,朋友、亲戚、信任的

照顾者都可能成为孩子潜在的威胁者。

预防儿童性侵害,父母要做到:

- 重视性教育,让孩子拥有身体自主权。逐步帮助孩子学习明确自己的身体界限,告诉孩子性器官和隐私部位只有家人帮你洗澡或者医生检查身体的时候能触碰,同时,为了确保安全,医生检查的时候家长要在场。告诉孩子:“如果你不愿意,谁都不能抱你和亲你。”
- 为孩子选择安全环境,认识和了解跟孩子在一起的人,包括亲戚、邻居以及学校、补习班、夏令营的老师和教练,不轻易把孩子单独交给别人照顾。告诉孩子:“坏人并不等于‘长得坏’,有的坏人甚至长得很好看,看上去很和蔼,当然他们还会用各种美味的糖果和礼物吸引你。”
- 细心观察孩子的异常反应,包括变得胆小、爱哭,忽然不喜欢上学、害怕和父母接触等。孩子身上的小伤、情绪上的波动和奇怪的行为等都要给予积极关注。给孩子洗澡或洗衣服时,不动声色地检查孩子下身及内衣裤。

3.如果孩子可能遭受性侵害,家长在愤怒、震惊的同时一定要控制情绪,避免对孩子造成二次心理伤害。

遭遇性侵对于孩子来说会造成严重的心理创伤,家长要相信孩子,不要责骂孩子,并告诉他们:“这不是你的错,谢谢你相信我们,我们一定会保护你。”同时,第一时间报警,最好寻求心理咨询师的帮助,在警察或心理咨询师的陪同下平静询问孩子事情的经过,并避免反复提问。

市健康教育所

努力为人民群众提供全方位全周期健康服务

主办:漯河市卫生健康委员会

青少年心理疾病的危害

青春期是人一生从幼稚走向成熟的重要转变时期,在这一时期,青少年心理疾病治疗是家长关心的首要问题。

心理障碍。青少年心理问题中最常见的是抑郁症,其可能导致青少年有自杀倾向。产生性烦恼和性困惑。性烦恼的产生是由于青少年性意识觉醒后的生理需求与行为规范的矛盾所致。性困惑的由来是青少年对自身性发育、性成熟的生理变化产生神奇感及探索心理。由于社会伦理道德的约束和对性教育的神秘化,常会导致青少

年心理的冲突。学习压力。学生学负担过重,常给其带来沉重的心理压力,比如考试焦虑、厌学及注意力不集中等问题。

人际交往的压力。随年龄增长,青少年独立意识逐渐增强,与社会的接触也越来越广泛,社会交往、发展亲密的伙伴关系也是青少年一种精神需要。为避免在人际交往中产生压力,青少年要学会接纳自己,允许自己有缺点,不要过分苛求自己,在实践中增强信心、找寻技巧。希望广大青少年父母、老师正确看

待青少年心理疾病,并采用科学、有效的方法应对,为孩子的身心健康护航。

常耀军

促心理健康 云平台服务

漯河市精神科医院

地址:市文通路北段(原昆仑路),第122路公交车到

医院地址:市文通路北段与纬八路路交叉口东50米,第115路公交车到

(电话) 0395-62-0167



■专家链接

常耀军,市精神病医院主治医师,副院长,门诊部主任,本科学历,是国家二级心理咨询师、河南省中西医结合精神科专业委员会、河南省医师协会精神科分会委员,从事精神科临床治疗二十多年,对精神科常见疾病能进行正确的诊疗,临床经验丰富,多次到河南省精神病院进修,擅长青少年心理、行为障碍的咨询和治疗,对头疼、失眠、焦虑、抑郁等各种神经病的治疗有独到见解。

健康课堂



天天洗手 你洗对了吗

分辨洗手液究竟有没有杀菌作用,即识别“卫消证字”和“卫妆准字”。

“卫妆准字”是国家卫生健康委化妆品检测部门针对国产化妆品颁发的批准文号,持有“卫妆准字”批号的洗手液属于化妆品范畴,只能达到清洁、去污目的,不具备杀菌、抑菌功效。“卫消证字”洗手液在清洁的基础上增加了杀菌作用,能帮助杀灭或抑制常见致病菌,如化脓性球菌、肠道致病菌、致病性真菌等。这类洗手液需要将产品送检,经过一系列严格的安全性和消毒效果检验,取得卫生许可证和“卫消证字”许可批件后,才允许生产和销售。

免洗洗手液在疫情防控期间很受欢迎,但这种类型的洗手液去污效果并不好,其作用主要是杀菌。事实

上,只要流水下手就能去除手上的污渍,所以平时最好还是用流动清水加上洗手液洗手。洗手的整个揉搓过程不应少于20秒钟。

洗手也不是越勤越好。过度洗手会对手部的皮肤造成伤害,形成肉眼看不到的溃破口,引起感染,降低皮肤抵抗力。

洗手后不能忽略擦手,最好用干净的个人专用毛巾或一次性纸巾擦干双手。另外,公共洗手间一般都配有烘干机,但烘干机的暖风温度既达不到杀菌温度,更因为长期放置在温暖潮湿的空气中,又缺乏消毒,会成为细菌的温床。洗净的手经由烘干机吹干的同时,很容易再次接触到细菌。所以到公共场所上厕所,洗手后用纸巾擦干即可。

据人民网

日常生活中建议选择洗手液作为洗涤用品。肥皂和香皂的主要作用是洗涤,并不能完全杀死细菌。而且,肥皂和香皂因共同使用,可能造成交叉感染,而肥皂、香皂和皂盒本身,也容易滋生细菌。洗手液瓶身完全封闭,使用时能够有效避免手接触液体本身,从而能够有效避免上述问题。

特别提醒,并不是所有的洗手液都有杀菌作用。洗手液分为普通型和抗菌杀菌型。一个简单的方法就可以

电话:2690120 (漯河) 0395-62-0038

漯河啄木鸟口腔门诊部

地址:漯河市人民东路479号(人民路与解放路交叉口西行50米路北)

选用止咳糖浆要看清成分

天气越来越冷,咳嗽患者也多了起来,止咳糖浆成为许多患者的选择。面对种类繁多的止咳糖浆,我们到底该如何选择?

不同的咳嗽需要服用的止咳糖浆并不相同。购买止咳糖浆时,除了要分清是风寒、风热还是风燥咳嗽外,还要看看止咳糖浆中是否含有其他药物成分。

中成药止咳糖浆中如果含有罂粟

壳等成分就属于镇咳药;西药止咳糖浆如果含有可待因或右美沙芬等成分也是镇咳药。感冒早期或者肺炎气管炎早期都不建议使用镇咳药。

含有罂粟壳、可待因、右美沙芬等成分的镇咳糖浆,久用都会有成瘾性,老人、小孩以及孕妇要尽量少用,无论是否服用镇咳药,如果咳嗽三天不好转,一定要及时就医。

据《大河健康报》



医生提示

新华社发