

儿童保健频道

儿童近视原因多多



专家在研究中发现,有遗传近视家族史的100例儿童中,67%是在10岁以前发病的。那么除了遗传因素、不当的用眼习惯外,还有哪些因素参与了儿童近视的过程呢?

睡眠不足 10-13岁是近视眼形成的高峰期。此年龄段的孩子若睡眠不足,交感与副交感神经功能失去平衡,造成眼睫状肌的调节功能紊乱,导致近视。故保证每晚睡眠9-11小时,有保护视力的作用。

疾病 相当数量的近视患儿曾患过麻疹、百日咳等传染病,这些患儿大多出现眼球膨大,而眼球处于膨大状态时,眼球的屈光度下降,视力减弱,可引起近视。

噪音 有关研究表明,当音响强度在90分贝以上时,眼底视网膜中视杆细胞区别光亮度的敏感性开始下降,识别弱光反应的时间延长,超过45分贝时,40%的人瞳孔散大,达到115分贝时,眼睛对光亮度的适应性下降20%,同时伴有视觉能力削弱。

吃甜食太多 甜食为酸性食物,一方面大量消耗体内的钙元素,另

一方面升高血糖,改变晶体渗透压,这是导致儿童近视的又一祸根。监督孩子少吃甜食为妙。

被动吸烟 德国专家发现,烟草中含有一种毒性较强的氰化物,它在人体内积存到一定程度,可造成中毒性弱视。而孩子的眼球正处于发育期,对烟草中的有害物更为敏感。

矿物元素不足 医学研究表明,钙、铬等矿物元素是保证儿童视力正常的一个重要条件,钙元素在维持眼晶体正常压力、铬元素在保持眼睛屈光度等方面都有不可替代的作用。特别要提醒注意的是,加工过细的米、面,会丧失80%的铬元素,故进食一些粗粮或使用含矿物质配方盐代替食盐,有益于视力健康,能够预防儿童近视。

副主任医师 颜华

孩子碰伤头 事后多观察

孩子玩耍时难免磕磕碰碰,要注意的是,不慎碰到头部时,不论意外是多么轻微,都极易在脑部留下血凝块,或引起其他不适。我院根据近5年来因外伤就诊的756例患儿统计分析发现,其中13%头部曾“轻微”受伤,当时他们的精神及智力并不受影响,但事后脑部却出现了凝块,或是头骨有裂痕,或是需要进行手术等问题。

因此,为慎重起见,即使孩子只是轻微头部受伤,也应该送医院检查。有些反应在受伤24-48小时内出现,血凝块可能在受伤24小时内形成。统计数据显示6%在受

伤后出现不适,门诊医生叮嘱要密切观察,可调查发现,受伤儿童回家后,只有1/4的父母或监护人执行医生指令,得到照顾。

CT复查是早期诊断的关键,我们认为有以下情况应及时复查CT:1、当时症状较轻,但意识障碍进行性加重,或逐渐出现局部性神经症状;有的患儿经过“中间清醒期”后呈卒中样发病。2、伤后立即行CT检查的未发现颅内出血的患儿;3、还有受伤患儿则是在病情好转或不变的情况下复查发现的。

长沙市中心医院主治医师 胡云平

■ 喂养宝典

两岁以后莫喂饭

许多家长都有给孩子喂饭的习惯,小则2岁3岁,大则7岁8岁。那么,孩子到底该不该喂饭呢?

一般来说,孩子2岁以下,是要家长喂的,因为孩子尚不能独立进食。2岁以后,孩子完全可以用勺子自己吃饭了。此时,最好让孩子自主进食,一方面增加孩子进食的兴趣,另一方面可以培养孩子的能力。

但我们的家长太操心,怕孩子吃得干不净,还要人再帮着收拾。又怕孩子吃得少,长得不好,想来想去,最放心的方法就是继续喂。殊不知,喂孩子吃饭反而影响孩子健康。

吃是人的本能,刚生下来的孩子都知道该吃多少奶。孩子大了,自然知道饥饱。而家长总是希望孩子多吃快长,常用各种诱导、甚至强迫的方式让孩子进食,但过多的食物会超越脾胃的消化能力,导致孩子脾胃功能受损。

那么孩子该怎么吃?2岁以上,自主安静进食,一日三餐二点,进食时间20-30分钟,饭和蔬菜为主,少量肉类,少量水果,多喝白开水,不食用垃圾食品。长此以往,孩子自然就养成了良好的饮食习惯。

浙江中医药大学附属第一医院 主任医师 丛丽

隆回县中医院

中医药文化建设氛围浓郁

本报记者 刘琼 见习记者 丁鹏志

国庆节前夕,记者有幸来到邵阳市隆回县中医院采访,深感到该院在中医药文化建设方面成效显著。从医院环境、员工举止,到医生用中医药特色疗法为患者治病,无不体现出一种浓厚的中医药文化氛围。

隆回县中医院院长周亮介绍,近年来,该院始终把传承、推广和发展中医药文化作为医院的首要任务,使之贯穿到医院建设、医疗、服务、管理的每一个环节,“以环境氛围感染人,以核心价值引导人,以技术服务造福人,以培养人才留住人”有效地提升了医院核心竞争力。



开拓进取的领导班子

以环境氛围感染人

来到该院采访,记者感到浓郁的中医药文化气息扑面而来。该院从建筑内饰、庭院建设、医院标识等方面加强环境文化建设,提高文化建设视觉冲击力和深度影响力,让到医院就诊的患者,都能感受到医院浓郁的中医药文化气息。

门诊大厅、病区走廊、院内显著位置注重吸收传统建筑装修风格来展示医院古朴典雅的环境文化。各科室走廊上悬挂的十大名医画像,生动形象的中药植物标本,李时珍采药图,张仲景著书图、养生格言、中医适宜技术介绍、中医典故、还有中草药标本和中药饮片煎煮、服用方法和中药药性的图谱等等,让患者在各就诊场所都能感受中医药文化,都能获得不同的中医药知识,使人领略中医药文化的独特魅力,感受高雅优美的中医药文化品位。

以核心价值引导人

院长周亮说:“中医药文化的核心价值主要体现在以人为本、医者仁术、天人合一、调和致中、大医精诚等理念,可以用‘仁、和、精、诚’四个字来概括,对推进医院发展起到了文化引领作用。”他说,“仁”体现了中医仁者爱人,生命至上的伦理思想;“和”体现了中医崇尚和谐的价值取向,表现为天人合一的整体现;“精”体现了中医的医道精微,要求精勤治学,精研医道,追求精湛的医术;“诚”即为真诚待人并竭诚为病人服务,是中医的人格修养

的最高境界。如院歌《腾飞之歌》就蕴含了丰富的中医药文化,展示了中医药大爱无疆的宽广胸襟和大医精诚的高尚职业操守。院徽以蓝色为底,双手捧起象征天人合一的隆回特色——金银花,体现医院以中医为主和以人为本的服务理念。该院还建设了专科文化走廊,营造出一个浓郁的中医药文化氛围,让患者在享受中医药医疗保健服务的同时,学习体会到更多的中医药、保健养生知识,从而提高了中医药的社会认可度和核心竞争力。

以技术服务造福人

充分发挥中医药特色优势造福大众,是加强中医药文化建设的重要内容和最终目的。该院设立中医治疗室、针灸治疗室、牵引推拿室、中药熏蒸室等等,集中展示中医特色诊疗技术,形成浓厚的氛围,且疗效显著,备受病人欢迎。

与此同时,该院积极开展“治未病”,未病先防,既病防变,瘥后防复;开展中医适宜技术培训,不断加强中医特色疗法的应用与推广;送医送药下乡,让中医走近百姓,近3年来,义诊人数达5000多人,健康讲座16人次。

同时,该院加强“名医、名科、名院”建设的“三名”战略,充分发挥中医药优势,形成和总结出一批中医特色疗法、适宜技术和诊疗常规,建立起一批国家和省级的中医药重点专科。肛肠科为国家级和省级的中医特色专科,中药房国家农村重点中药房建设单位之一,骨伤科为省重点建设专科。

肛肠科积极主动引进“三新”项目,不断把大中型中医院的新疗法、新理论、新技术融入到本科室的特色诊疗体系中,对安氏疗法进行了临床应用、研究和总结,完成了“中医治疗嵌顿痔”的临床研究,总结了“三白汤”治疗手术后并发症的研究;

制定了肛裂、肛漏等五个病种的诊疗方案的临床路径。

骨伤科率先在邵阳市内开展了经皮穿刺椎体成型术、无柄髓关节置换术;对中南五省名老中医刘继堂、省农村名中医魏道善和名老中医王永善的学术思想和临床经验进行了研究总结和推广;对“乌马汤治疗腰椎间盘突出症”、“苍辛汤”治疗类风湿关节炎的疗效进行了观察、研究和总结;引进了经皮穿刺椎间手术系统,医用三氧治疗仪系统,编写了《骨伤科诊疗规范》及《骨伤科常用方剂》,对桡骨远端骨折等9个重点病种,进行了疗效分析和总结,制定了诊疗方案、临床路径,并不断完善优化。

由于积极引进和开展新技术、新项目,专科建设呈现出了喜人的局面。2009年至2012年骨伤科门诊人次增长了62%,住院人次增长了79%,肛肠科门诊人次增长了58%,住院人次增长了57%。

刘子山书记表示,该院将立足今天,面向未来,通过开展中医药文化建设工作,弘扬中医药优秀文化,使人民群众从诊疗环境、就诊方式、服务态度等方面切实感受到独特的中医药服务,让百姓共享中医药发展成果,不负发展中医药事业的神圣和光荣的使命。