

■ 儿保频道

# 小儿狭窄性腱鞘炎 尽早手术为好



半岁的丹丹近日因左手拇指间关节疼痛而终日哭闹,到医院就诊后诊断为婴幼儿屈肌腱狭窄性腱鞘炎。就诊医生说,该病又叫做拇指狭窄性腱鞘炎或扳机指,属于先天性疾病。

很多同行认为小儿狭窄性腱鞘炎与成年人腱鞘炎发病机制相同,认为是由于“某个部位的水肿”而导致肌腱在腱鞘内卡压,其实不然,目前对于小儿腱鞘炎的病因还没有确切的报道,但是拇指掌指关节处籽骨发育异常,两枚籽骨相距太近从而导致腱鞘过窄,是其主要原因之一。

患有该病时,患儿拇指指间关节屈曲,如被动强迫伸直指间关节,会出现弹响,小儿哭闹。一般半岁到1岁时发病。对婴幼儿先天性指屈肌腱狭窄性腱鞘炎,有少部分患儿会在6个月内可自愈,因而在刚发现时可保守治疗,

帮助孩子活动手指;不过就个人多年来的临床经验,保守治疗痊愈的希望很小,所以个人认为最好也是最有效的治疗措施是手术治疗,切开狭窄的腱鞘,松解被卡压的肌腱。

手术采取全麻,一般需住院4-5天左右。为尽早康复,手术后第二天即开始帮助孩子锻炼手指,术后2周伤口拆线。该病最好早期手术,时间拖得太久,恐有导致手指在不良位置发育畸形的可能;个人认为手术是必须的,早期发现,早期治疗,痛苦小、效果确切。

华中科技大学附属协和医院 手外科主任医师 陈振兵

## 运动活动多 防习惯性脱臼

儿童到了一定年龄,随着娱乐活动及运动强度的增加会给孩子们带来运动伤害,其中较为常见的就是关节脱臼。脱臼后关节无法正常活动,恢复后如果不多加注意很容易诱发再次脱臼,几次之后就会造成习惯性脱臼,给儿童的正常发育带来较大的危害。

怎样预防儿童习惯性脱臼呢,下面这些经验值得分享。

●宝宝第一次脱臼后,要及时对脱臼关节进行复位并用三角巾等进行固定,一般复位后固定观察1-2周,并注意不能让儿童参与激烈的活动,确定完全恢复后再拆掉,避免同一部位脱臼反复发生。

●脱臼的主要原因是由于外力牵引导致,因此父母们在牵着孩子走路时,不能只牵着手臂,否则孩子突然跌倒时很容易拉扯造成脱臼。此外,儿童在游戏及运动过程中,尽量避免强度大、危险系数高的剧烈运动,减少习惯性脱臼发生的几率。

●脱臼还与儿童的自身关节处组织结构过于松弛有关,因此平时要加强儿童的体育锻炼,最好在父母陪同下进行,运动形式不能过于剧烈,通过锻炼加强关节周围肌肉韧性,增强自身体质。

●日常生活中注意宝宝的饮食健康,注意营养均衡,并根据儿童发育的不同阶段及时补充钙、锌等元素,增强宝宝抵抗力,从根本上预防儿童脱臼的反复发生。

湖南省儿童医院 陈爱霞

## 帮助宝宝早运动 好处多

宝宝几个月大的时候,由于自身无法完成主动的运动,这时候父母们就要帮助宝宝进行被动运动了。被动运动是指完全借助外力的运动,是一种合理使宝宝全身得到有效活动的方式。

宝宝被动运动好处很多,具体体现在以下几个方面:

1、父母通过语言与节拍来使宝宝运动时,接触抚摸会让宝宝感受到父母浓浓的爱意。宝宝将会产生愉快的情绪,同时会主动地配合完成一些让父母和自己都开心的动作,可以有效地培养父母和宝宝之间的感情。

2、坚持不懈地帮助宝宝完成被动运动,也会促进宝宝主动运动的发展,从而会和被动运动形成良性循环,宝宝的发育将会更快更健康。

3、帮助宝宝进行被动运动不但会增强宝宝对外部环境的适应能力,还可以有效地促进宝宝神经心理的发展,感性的刺激会帮助宝宝感觉器官的发育与成熟。

4、通过无秩序、无意的初步动作,逐步形成有目的性的动作和节奏,同时在做健康操时也可以伴有一些音乐,让宝宝尽可能接触到多维空间,这对宝宝的左右大脑平衡发展及智力的发育有着非常好的效果。

湖南省儿童医院 严安

### ■ 喂养宝典

## 预防铅中毒 注意小细节

铅是一种对神经系统有害的重金属元素,当儿童体内铅含量超过100微克/升时,就会对儿童的脑发育产生不良影响,也称之为铅中毒。

儿童时期神经系统对外界毒性物质的抵抗能力最为脆弱,铅中毒将严重影响儿童脑部发育。另外,儿童血铅过高还和小儿多动症、注意力不集中、学习困难、攻击性行为以及成年后的犯罪行为有密切关系。且高血铅儿童的身高也往往低于正常的儿童。

由于轻、中度铅中毒没有特异的临床表现,往往被忽视而误诊。预防儿童铅中毒,家长需注意做好以下生活中的小细节。

1、让孩子养成勤洗手、勤剪指甲的好习惯,同时经常清洗玩具和其他一些有可能被小儿放到口中

的物品。

2、经常用湿拖布拖地板,用湿抹布擦桌面和窗台。

3、不要带小孩到汽车流量大的马路和铅作业工厂附近散步、玩耍。

4、以煤作为燃料的家庭应尽量多开窗通风,同时避免儿童被动吸烟。定期进行血铅检测。

5、少食某些含铅较高的食物,如普通皮蛋、爆米花。

6、每天早上用自来水时,应先将水笼头打开约1-5分钟,把前一晚囤积于自来水管中、可能遭到铅污染的部分水放掉,切不可将早上的前一段自来水用以烹食和为小孩调制奶品。

7、儿童应定时进食,因为空腹时铅在肠道的吸收率成倍增加。

湖南省儿童医院血液内科 陈瑶羽

### 湘潭市妇幼专家在基层 ⑥



健康教育专家在云塘街道社区卫生服务中心上早教课

“媵媵,给我去买爽歪歪!”一个看上去3岁大的孩子突然从门外窜了进来,冲着正在听课的老人嚷着。

他的出现打断了我给云塘街道社区居民的儿童营养讲座,让在场的60余听众怔住了,我下意识的看了下这个孩子,黑黑的,瘦瘦的,头发又枯又黄又少,黑黝黝的,显得他更加的瘦弱,典型的营养不良貌!接着,孩子拖着老人出了教室。

等我把课讲完,老人领着孩子又进来了,孩子知足的抱着一排爽歪歪,贪婪的吮吮着其中的一瓶,依偎在老人的怀里,老人说:“医生啊,你看我这孙子,今

# 关注儿童营养 赢在起跑线上

——湘潭市妇幼保健联合体第15专家组在云塘街道社区的一天

年4岁了,又矮又瘦,一天到晚都不吃饭,每天就吃爽歪歪,有什么办法吗?”

我给孩子做了健康体检,量了身高、体重、头围等,明显低于4岁孩子的平均发育水平,诊断为营养不良,我问老人:“媵媵,为什么不给他喝纯牛奶呢?”“那个他不爱喝,这些不也是奶吗?是专门给细伢子喝的呀。”

针对媵媵在儿童营养方面的认识误区,我详细的给她讲解了儿童平衡膳食、食物选择等,告诉她,儿童奶饮料的成分主要是水、糖分等,蛋白质及脂肪等营养物质的含量比纯牛奶低得多,而且里面的添加剂对儿童生长发育不利。要给孩子多晒太阳,每天喝纯牛奶,乳酸菌奶饮料可以少量给儿童饮用,以调节儿童肠道的菌群平衡。

媵媵听了,恍然大悟,她说:“我看村上好多细伢子都是这样喝的,原来大

家都不懂,你们跑到乡里来教我们这么多,谢谢你们!”

这时候,一个妈妈抱着一个7个月大的小孩坐到了我的面前,我一检查,孩子明显的方颅,前臂及小腿长骨的远端可看到环状隆起如手镯,这孩子患有典型的佝偻病,而且从未补充过鱼肝油和钙。

看到这个可怜的孩子,我告诉孩子母亲,孩子患的是佝偻病,是儿童常见营养性疾病。我拉家常式的跟她说:“过去,大家一直认为缺钙是造成佝偻病主要原因,想通过大量补钙来预防或治疗佝偻病。其实,患佝偻病的原因有很多,如母乳喂养减少。有些家长在为婴儿添加食品时,选择一些高糖、高蛋白和高热量食物,认为这些食物对孩子的营养作用更好,导致儿童偏食、挑食,造成体内维生素D和其他微量元素缺乏,尤其是一些条件较好的家庭,喜欢给孩子

吃一些奶饮料以及巧克力、冰淇淋、蛋糕等高糖食品。现在多数儿童的室外活动极少,很少晒到太阳。这些因素会造成儿童体质下降,抗病力减弱,更容易患佝偻病。这些都是我们要注意的。”

之后,我为孩子进行了相关的抽血化验检查,留下了联系方式,一再叮嘱她要带孩子到医院进行规范治疗和体检。来咨询和检查的孩子很多,而营养性疾病(如营养不良、贫血、钙缺乏症、锌缺乏症、佝偻病等)并不少见。通过几次下基层,我发现,基层儿童营养健康意识竟如此薄弱,作为儿童保健工作者,深感责任的重大,我们一定要运用好湘潭市妇幼保健联合体这个平台,加大普及儿童营养知识的力度,教会家长正确的喂养知识,减少营养性疾病的发生,让孩子赢在起跑线上。

冯云