“生长痛”竟是白血病

哪些原因可引起孩子腿痛？

7岁的小海最近晚上老喊腿痛，妈妈的第一反应就是生长痛，于是每次在痛的地方进行热敷，还给小海补起了钙。尽管如此，但小海的“生长痛”并没有好转，还是每天腿痛，且人也越来越消瘦，妈妈只好带小海到医院检查。医生检查后发现小海下肢多处骨破坏，建议他们去血液科检查，没想到血液科骨穿结果提示为白血病。腿痛怎么会是白血病？如何辨别孩子腿痛是否为“生长痛”呢？

什么是“生长痛”？

“生长痛”，目前尚缺乏官方一致的定义，因为它主要发生在2~12岁的儿童，而这个年龄段正是孩子的生长期，所以叫“生长痛”，主要表现为儿童夜间或小睡时疼痛，但无任何骨骼肌肉的异常表现，父母、儿童及医护人员无法解释的反复自限性肢体疼痛。

“生长痛”的病因尚不明确，可能与消化和睡眠紊乱、关节松弛、姿势不正和慢性感染有关，也有人认为可能与某些孩子对疼痛的耐受度比较低有关。但无论是什么原因引起的，我们需要知道的是生长痛是良性的，大约15%的孩子会遇到，通常在初次发作后的1~2年内消失，不会影响患儿的生长发育。

如何鉴别是否为“生长痛”？

“生长痛”可以概括为16个字，即“不请自来、可轻可重、不动却痛、不治而愈。”

“不请自来”是指生长痛的出现几乎没有诱因，无法预知，发作间期可为数日、数周或数月；“可轻可重”是指轻者仅有不适，严重时可使患儿疼哭，甚至半夜疼醒；“不动却痛”是指生长痛不会对孩子的日间活动产生影响，疼痛主要发生在傍晚或夜间，尤其是不动的时候出现疼痛；“不治而愈”是指生长痛会在短时间内自行好转，无需用药。

还有哪些原因可以引起腿痛？

如果孩子出现频繁出现腿痛，家长千万不要盲目认为是“生长痛”，因为除了生长痛外，还可能是以下疾病，一定要到医院鉴别诊断。（1）感染：病毒性肌炎、结核、梅毒、线虫病、多肌痛、骨髓炎、化脓性关节炎；（2）代谢疾病：软骨病、佝偻病、维生素A过多症、坏血病、戈谢病、肾小管性酸中毒；（3）肿瘤：白血病、淋巴瘤、脊髓肿瘤、骨肿瘤、神经母细胞瘤等；（4）创伤：骨折、应力性骨折、劳损综合征；（5）其他：运动过度、风湿病、纤维组织肌痛、间歇性腿痛性痉挛、反射交感性营养不良、不宁腿综合征、镰状细胞性贫血、骨坏死、学校恐怖症、髌骨关节痛综合征等。

当孩子出现“生长痛”，家长该怎么做？

当孩子出现“生长痛”时，家长应该积极做好健康教育和安抚工作。首先，让孩子了解生长痛是良性疾病，以消除孩子不必要的担心、恐惧和痛苦；另外，按摩、肌肉拉伸锻炼、镇痛药和热疗等均能有效缓解疼痛，在孩子疼痛时可以尝试，但镇痛药只能短期使用。

需要提醒的是，“生长痛”和是否缺钙没有相关性，目前也没有有效的药物可以预防“生长痛”，因此，当孩子出现“生长痛”时，补钙或服用一些号称能预防生长痛的药物都是没有必要的，给孩子过度补钙反而会引起其它副作用。作为家长应该明白，“生长痛”不是一种病理性状态，而是孩子在生长发育过程中的常见现象，虽然它会带来一些不适，但不会对孩子的健康造成影响，家长只需要帮助孩子摆正心态，一起度过这段不适期就好。

朱莎

护理肾病患儿要有耐心

肾病综合征是一种免疫性疾病，免疫介导和炎症损伤在其发病中起主要作用。在致病因素作用下，引起患儿免疫功能异常、细胞因子产生及免疫调节失衡，造成肾小球基膜损伤病变，致通透性增高，出现大量蛋白尿。该病的康复是一个长期的过程，因而需要家长耐心调理和呵护。

首先，要注意保暖，切勿让孩子着凉感冒，因感冒会加重病情或造成反复；其次，要注意饮食，根据病情随时调整饮食方案；第三，要多了解一些关于小儿肾炎方面的知识，对孩子病情有全面的把握；最后要做好孩子的心理辅导工作，告诉孩子每天都在康复，在孩子面前要乐观，不要带给他过多的心理负担，给孩子一个营造健康向上的养病环境，家长的信心和耐心对孩子的康复具有极大帮助。

治疗方面应在医生的指导下用药，在医生允许的情况下，可以在家中治疗，急性期患儿还可使用中医辨证治疗或中成药：①风水型，治宜宣肺利水，可用五苓散、雷公藤多甙片、滋肾丸等；②湿热型，治宜清热解毒、利湿消肿，可用昆明山海棠片、金钱草冲剂、肾炎四味片等；③寒湿型，治宜渗湿、利水、消肿，可用五积散丸、结石通、绎矾丸等。恢复期患儿属脾虚者，可用参芪膏、补中益气丸以健脾益气。

湖南省儿童医院肾脏风湿科 朱亚冬

如何区分过敏和感冒？

过敏引起的鼻炎、咳嗽在儿童中的发病率很高，且症状与感冒很相似，家长们应该如何区分呢？

过敏性呼吸道疾病的发作有着明显的季节性，春秋季是高发期，主要是因为接触了某些过敏原所引起，常见的过敏原包括真菌、花粉、蟑螂过敏原、有机化合物、尘螨、霉菌、甲醛、宠物毛屑和二手烟等；如果过敏原没有去除，就会反复发作，每次持续数天，可自愈，一般没有发热等症状。而感冒的发病则没有明显的季节性，一般是由病毒、细菌感染所致，多是急性发病，通常持续7~10天，除了呼吸道症状外，还会伴有发热、肌肉酸痛、关节痛等全身症状。

此外，过敏性呼吸道疾病还会伴有严重的喷嚏、干咳等症状，喷嚏一次可连续打几个到数十个不等，且伴有大量清涕。感冒患儿也会打喷嚏，但数量不会很多，主要以鼻塞、发烧等症状为主，流涕一般出现在感冒初期，量也不会很多。治疗方面，过敏性疾病有自限性，一般不需要用抗感染或抗病毒的药物，而感冒则刚好相反，可以用一些抗病毒或抗感染药物。

湖南省儿童医院新生儿三科 李雅洁

儿童癫痫四大治疗方法

儿童癫痫如果不规范治疗，很容易导致癫痫久治不愈，让患儿和家长对疾病失去信心。其实，癫痫治疗的关键在于病因治疗，只要找到病因，并根据病因合理实施治疗方案，一般都能取得较好的治疗效果。具体来说主要有以下四种方法。

1. 药物维持治疗 服用抗癫痫药物是治疗癫痫病的首选方法。在确诊之后，患者需在医生的指导下用药，用来控制疾病发作，不同类型的癫痫，选择的药物有所不同。需要提醒的是，癫痫的药物治疗时间比较长，患者一定要坚持用药，不要半途而废。

2. 神经调控（电子药物治疗） 神经调控为新型的癫痫治疗方法，又称为“电子药物治疗”，该技术通过对大脑异电状态的调节，改善大脑代谢条件和植物神经功能，进而改变人体内的环境，抑制大脑神经元异常放电。该疗法减少了药物治疗的毒副作用，避免了手术过程中的风险，已成为越来越多患者的选择。

3. 外科手术治疗 手术治疗癫痫的原理是切除或破坏异常放电的“致痫灶”和传导这种电活动的神经通路，以控制和减少癫痫发作，能起到补充药物治疗不足和提高疗效的作用，但手术治疗的前提是确定“致痫灶”。

4. 饮食护理治疗 饮食治疗癫痫主要为生酮饮食疗法，通过实行脂肪含量比例高、蛋白质及碳水化合物含量比例低的饮食方法，在体内形成酮体，模拟身体饥饿反应，进行病症治疗。该疗法主要用于药物难以控制的患者，需在医生指导下进行。

济南市儿童神经内分泌科 胡万冬