

为提升儿童健康水平,促进儿童早期发展,提高婴幼儿健康养育照护能力和水平,国家卫健委组织编写了《3岁以下婴幼儿健康养育照护指南》(以下简称《指南》)。《指南》包括3个部分,一是婴幼儿健康养育照护的重要意义,二是婴幼儿健康养育照护的基本理念,三是婴幼儿健康养育照护咨询指导内容。其中,婴幼儿健康养育照护咨询指导内容有很强的指导意义,包括生长发育监测、营养与喂养、交流与玩耍、生活照护指导、伤害预防、常见健康问题的防控及照护等6个方面,本版自今日起将节选刊登《指南》主要内容,供读者参考。

《3岁以下婴幼儿健康养育照护指南》(一)

生长发育监测

婴幼儿健康不仅表现为没有疾病或虚弱,还体现在身体、心理和社会功能的完好状态以及潜能的充分发展。监测婴幼儿体格生长、心理行为发育和社会适应能力发展,是保障和促进婴幼儿健康成长的重要手段,指导要点如下。

(1) 定期健康检查。养育人定期带婴幼儿接受国家基本公共卫生服务项目0~6岁儿童健康管理,分别于出院后1周内、满月、3月龄、6月龄、8月龄、12月龄、18月龄、24月龄、30月龄和36月龄时监测其健康状况,及早发现消瘦、超重、肥胖、发育迟缓、贫血、佝偻病、眼病、听力障碍及龋病等健康问题,并及时干预。

(2) 体格生长监测。养育人对照0~3岁儿童生长发育监测图进行自我监测。若儿童体重、身高低于第3百分位或高于第97百分位,或出现生长速度平缓或下降或突增,应及时就诊。

(3) 心理行为发育监测。婴幼儿心理行为发育涉及感知、认知、大运动、精细动作、语言、社会适应与交往等多方面。养育人及时了解0~3岁婴幼儿的心理行为发育里程碑;在接受国家基本公共卫生服务项目0~6岁儿童健康检查时,积极配合进行“儿童心理行为发育问题预警征象”筛查等儿童心理行为发育检查,及时发现发育偏异的可能和风险,进行进

一步评估和早期干预。

(4) 眼病的防控。保证婴幼儿充足睡眠、均衡膳食和户外活动时间,减少持续近距离用眼时间,保持婴幼儿眼部清洁卫生。2岁以内不建议观看或使用电子屏幕,2岁以上观看或使用电子屏幕时间每天累计不超过1小时,每次不超过20分钟。如婴幼儿出现以下症状,应及时就诊:不能追视、对外界反应差;看东西时凑近、眯眼、皱眉、斜眼、歪头;瞳孔区发白、畏光、流泪、眼部发红或有脓性分泌物等。

(5) 听力障碍的预防。远离强声或持续噪声环境,避免去有强工业噪声、娱乐性噪声的场所;避免儿童使用耳机;洗澡或游泳时防止呛水和耳部进水;不要自行清洁外耳道;避免头部、耳部外伤和外耳道异物;儿童罹患腮腺炎或脑膜炎后,应注意观察其听力变化。

如发现儿童有以下情形之一,

应及时就诊:耳部及耳周皮肤异常;外耳道有分泌物或异常气味;有拍打或抓挠耳部的动作;有耳痒、耳痛、耳胀等症状;对声音反应迟钝,或有语言发育迟缓的表现;头常常往一侧歪,或对呼唤无回应。

(6) 龋病的防控。婴幼儿萌出第一颗乳牙时就开始清洁牙齿,养育人可根据月龄选用纱布、指套牙刷、儿童常规牙刷早晚为婴幼儿清洁牙齿,每次进食后喂白开水或清洁口腔。建议使用儿童含氟牙膏,使用量为米粒大小。第一颗乳牙萌出到1岁前,应进行一次口腔检查和患龋风险评估。对患龋中、低风险的婴幼儿,建议每年使用含氟涂料2次;对高风险的婴幼儿,建议每年使用4次。乳磨牙萌出后,可行窝沟封闭。一旦发现牙齿有颜色、质地及形态改变,应及时就医。

据国家卫生健康委官网

十部门联合印发行动计划 早防早诊 加速消除宫颈癌

近日,国家卫生健康委、教育部、民政部等10部门联合印发《加速消除宫颈癌行动计划(2022-2030年)》(以下简称《计划》)。《计划》提出,到2025年,试点推广适龄女性人乳头瘤病毒(HPV)疫苗接种服务,适龄女性宫颈癌筛查率达到50%,宫颈癌及癌前病变患者治疗率达到90%;到2030年,持续推进适龄女性HPV疫苗接种试点工作,适龄女性宫颈癌筛查率达到70%,宫颈癌及癌前病变患者治疗率达到90%。

《计划》要求,普及宫颈癌防治知识,促进HPV疫苗接种,降低患病风险;加强宫颈癌筛查服务,健全筛查长效机制,加强女职工宫颈癌筛查;规范宫颈癌诊疗服务,做好宫颈癌患者救助救治等。要加强卫生健康、教育、民政、财政、医保、中医药、药监、疾控、工会、妇联等的协同配合,使其各司其职、各负其责,形成合力,共同推进各项策略措施落到实处。要强化政府部门、媒体及其他社会团体的合作,推动建立多元化的资金筹措机制,集中各方力量推进宫颈癌防治事业,动员全社会支持和参与宫颈癌消除工作。

近年来,广东、海南、福建等省份以及鄂尔多斯、济南、厦门、无锡等城市陆续出台适龄女孩HPV疫苗免费接种政策,起到良好示范效应。《计划》总结地方经验,提出促进HPV疫苗接种,国家层面对于符合要求的国产HPV疫苗要加快审评审批;地方层面鼓励有条件的地区开展HPV疫苗接种试点,探索多种渠道支持资源不足地区适龄女孩接种。

健康报记者 赵星月

试管助孕期间“阳”了,还能继续吗?

王女士结婚三年了,因输卵管堵塞一直没有怀上孩子,夫妻俩在医生的建议下决定做试管婴儿,最近一直在打促排卵针。没想到的是,随着新冠疫情管控措施的放开,王女士不幸“中招”了。为此,王女士和家人很着急,如果因此中断治疗,将面临很大的经济损失和心理创伤,继续又担心试管婴儿的安全性和成功率。出现这种情况该如何选择呢?别着急,看看专家是怎么建议的。

第一阶段: 正在检查或者门诊监测排卵

可以在做好防护的前提下进行生育咨询,建议暂缓检查。

第二阶段:已进入促排卵用药期间

1) 如发热或症状较重,建议取消促排卵。

2) 如无症状,或仅轻微咳嗽但无发热,且促排卵药物使用7天之内者,可以谨慎评估后继续,也

可以取消;如超过7天或卵泡快要成熟者,可以继续至取卵。男方建议先行冻精,以防后续男方发热影响精子质量。

第三阶段:进入助孕手术期

1) 取卵手术:

如女方发热或症状较重,建议取消取卵手术;如无症状,或仅轻微咳嗽但无发热者,可取消手术或在做好防护的前提下行取卵术,所获胚胎冷冻保存,取消新鲜周期移植。

如男方发热或症状较重,建议女方先冻卵,待男方核酸转阴后,再解冻卵子授精,因为高热对精子影响较大;如果男方之前听从了医生的建议,已经预防性冷冻精液,则可以解冻后精液后与所获卵子受精。如无症状或轻微咳嗽等但无发热,可以照常助孕。

2) 人工授精或冷冻胚胎移植:如果术前1~2天感染新冠,建议

取消人工授精或胚胎移植。

第四阶段:

已完成胚胎移植或人工授精

如果完成胚胎移植或人工授精后发现“阳”了,先淡定,如规定复诊时间之内转阴,建议按时复诊;如果无法按时复诊,可提前通过微信或互联网医院平台联系主管医生,自测尿妊娠试验并保障后续用药。

第五阶段:已成功受孕

如果已经成功受孕后发现“阳”了,并出现明显症状,也不要过于担心,目前尚无证据证明感染新冠病毒后会对试管婴儿的临床妊娠率和活产率产生影响,也就是说,新冠病毒及其变异株的感染不会影响试管婴儿的临床结局。如果发生了腹痛、阴道流血等情况,请先请提前通过微信或互联网医院平台联系主管医生,必要时返院复诊。

湖南省妇幼保健院
生殖医学中心 符文卉

孩子不爱吃饭 要测微量元素吗?

谢女士:我家孩子不爱吃饭,是不是缺乏某种微量元素?需要做微量元素检测吗?

深圳市儿童医院临床营养科主治医师肖海荣:孩子不爱吃饭的原因有很多,比如吃了太多零食、饭菜不合口味、大人强迫喂养、用餐氛围不好、孩子身体不适等等,家长首先应该排除这些原因。

一般情况下,孩子是不需要做微量元素检测的,孩子不爱吃饭与微量元素缺乏没有关系,国家也规定,不得将微量元素检测作为体检普查项目。只有当孩子出现严重厌食、挑食偏食、重度营养不良等现象,临床评估可能存在微量元素缺乏时,才会考虑该项检查,且检查结果只能作为参考,医生需要结合孩子的具体喂养情况和临床表现综合分析。