

2024年7月11日

星期四

第3130期

中国知名专业报品牌

湖南日报报业集团主管
华声在线股份有限公司主办
国内统一刊号CN43-0036
全国邮发代号41-26

今日 8 版

大众卫生报

服务读者 健康大众



夏日艾灸

夏日炎炎，浏阳市中医院经典病科的护士在为女患者做艾灸，因不能开空调，已热得汗流浃背，患者暖心地为护士打着扇。

“仁术杯”湖南卫生健康行业大赛 摄影作品选登 作者 / 蔡海鸥

长沙多家医院倾情提供

学生暑期就诊福利来了

随着暑期来临，长沙各个医院迎来学生就诊高峰。为了给孩子们提供更优质、便捷的医疗服务，长沙多家医院推出了一系列针对孩子的就诊福利及特色门诊。本报整理长沙各大医院就诊特色及相关福利资讯，方便有需要的青少年儿童及家长就诊。

爱牙

多款“福利”等你来薅

暑期正畸正当时，湖南省第二人民医院针对青少年口腔问题推出多个口腔健康福利。

福利一：儿童免费涂氟。儿童免费涂氟，每日限 10 人，需提前电话（0731-85232353）预约，无需挂号。

福利二：暑期正畸福利。凡是预约正畸咨询，可享受免费口腔检查、免费拍摄 CT 及侧位片。

福利三：免费拔滞留乳牙。免费拔滞留乳牙（药品费用除外）需提前电话预约，无需挂号。限 100 名。（活动时间：2024 年 7 月 2 日—2024 年 8 月 31 日）

医生提醒，想要孩子有一口漂亮的牙齿，家长一定要关注这几个关键时期：4 岁左右，是否有地包天，是否需要矫治；9~10 岁左右，是否有颌骨的问题，如小下颌、龅牙、牙弓缩窄、地包天等；12 岁左右，是否需要常规正畸治疗。

护眼

免费视力及屈光度检测

假期是近视高发期，长沙爱尔眼科医院特别为孩子们推出免费视力及屈光度检测活动。7 月 6 日—9 月 1 日均可来院进行免费检查。家长们还可以扫码免费预约位于该院的长沙市眼健康科普馆，为“小眼睛”们带来一场不一样的视觉旅行。

眼科医生提醒，防止暑期近视，5 个护眼好习惯，大朋友和小朋友们都需牢记：

1. 读书写字“三个一”：眼离书本一尺、胸离课桌一拳、手离笔尖一寸。

2. 白天 ≥2 小时户外运动：夏季避开 10:00~15:00 午间时段防中暑。

3. “20~20~20”科学用眼：近距离用眼 20 分钟后眺望 20 英尺（6 米）外的远处至少 20 秒以上。

4. 阅读光线要合适：选择光照强度大于 300 勒克斯（lx）、无频闪的光源。

5. 每天充足睡眠：幼儿 12 小时/天，小学生 10 小时/天，初中生 9 小时/天，高中生 8 小时/天。

入学查结核

开通结核筛查“直通车”

学校是人员密集场所，容易发生聚集性结核病疫情。近年来，国家卫生健康委和教育部先后联合下文，对新生入学体检须做结核病筛查做了明确安排，要求学校按有关规定将结核病检查项目作为新生入学体检和教职工常规体检的必查项目。

为配合做好学生入学结核病筛查工作，长沙市第一医院门诊开通结核筛查“直通车”服务，挂号、缴费、皮试一步到位。挂号费优惠，看结果复诊号免费，节假日不休息，时间为 7 月 10 日—8 月 31 日。

家长可关注“长沙市第一医院”微信公众号，点击“挂号缴费”选择“结核直通车”，完善学生个人信息后完成缴费。如需现场挂号，请携带身份证或户口本到该院本部 1 号楼门诊大厅或南院门诊急诊大厅的人工窗口挂结核菌素试验。

想长高

儿童生长发育健康咨询活动启动

孩子的生长发育是一个复杂的过程，需要家长密切关注和正确引导。

“我的孩子还能长多高？为什么我的孩子比同龄人矮半个头？孩子矮小应该如何干预？”长沙市中医医院（长沙市第八医院）儿童保健科和中国红十字基金会成长天使基金合作，将于 7 月 16 日上午举办“天使之旅·生长发育专家基层公益行”活动。邀请上海市第一人民医院儿内科主任邓玫来院坐诊，开展儿童生长发育健康评估和生长发育疾病诊疗（限号 20 个）。

医院提醒，4~15 岁生长迟缓、身材矮小、营养不良、性早熟、生长速度低于 5 厘米/每年、遗传身高不理想、对未来身高有特殊要求的儿童，可提前 1 周左右到该院儿童保健科门诊就诊咨询，必要时提前做好相关检查。以往看诊过的儿童，请家长带好病历、化验单、骨龄片等相关检查资料就诊。

专治吐词不清

构音障碍暑假特训来了

生活中，我们时常会发现有些孩子吐字不清、说话费力，与人交流十分困难，俗称“大舌头”，医学上称之为构音障碍。

构音障碍常见于 4~18 岁儿童，是指因神经肌肉的器质性病变，造成发音器官的肌肉无力、瘫痪，或肌张力异常和运动不协调等而出现的发声、发音、共鸣、韵律、吐字不清等异常。

发音不清晰，将影响孩子的自信心，学习中也会受到影响。因此，为了减少构音障碍对孩子的心理健康和学习产生不利影响，一旦发现，应尽早干预。

湖南省儿童医院康复中心暑期开设 18 岁以下青少年人群构音障碍暑期训练营。利用专业的构音障碍评估软件进行语音清晰度的评估，再由言语治疗师根据评估结果制定目标和计划，进行口腔感觉、运动训练等构音练习，改善语言表达能力。

健康中国
湘潭市妇幼保健院 协办

咨询电话:0731-58577528
网址:<http://www.xtfuyou.com>
地址:湘潭市岳塘区东湖路 295 号

征文竞赛