

2024年7月25日

星期四

第3134期

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

中国知名专业报品牌

全国十佳卫生报

新闻热线:

0731-84326206

湖南日报报业集团主管

华声在线股份有限公司主办

服务读者 健康大众



托起希望之光

湖南医药学院总医院手术室一台手术结束后，主管护师滕藤看向依旧明亮的无影灯，心中充满了感慨。她深知，正是那份对生命的热爱与责任，让她能够在无影灯下，用双手托起一束束希望之光，照亮生命之路。

摄影 / 舒庆霞 何朵秀

“学渣”特训营，让学习不再“难”

——探访“学习困难”门诊

本报记者 王璐 通讯员 刘明辉 李雅雯 石荣

暑期，家有“学渣”娃的家长总为这事犯愁：孩子做起事拖拖拉拉，一张卷子写到天荒地老，写完一看错漏百出……

近日，湖南多家医院开设的“学习困难”门诊火爆，医院还利用暑期推出“学习力集中提升训练营”，对孩子进行专注力“特训”。如何判断孩子是否存在“学习困难”？怎样帮助孩子摆脱“困境”？多家医院给出答案。

“学习困难” 不能随意归咎为“调皮捣蛋”

“学习困难”不能粗暴归咎为调皮捣蛋或品行问题，而可能是孩子面临了一些不被了解的特殊挑战或困难，导致其在学业、社交和家校生存中比一般孩子更为艰难。这些困难包括生理、心理、环境等方面。

中南大学湘雅二医院儿童医学中心儿童保健康复专科主治医师罗开菊介绍，学习困难的主要表现为长期学习能力低下、学业成绩差（明显落后于同龄儿童达一年以上）

或成绩起伏波动，可能伴随注意力不集中、做事拖拉、记忆力差、阅读不流畅、书写笨拙、粗心大意、缺乏学习动力、学习态度不良、冲动多动、爱发脾气、人际关系欠佳、自我评价差、容易出现逆反心理和对抗情绪等。

学习困难门诊的诊疗不只是关注孩子的学业表现，而是更深入地探讨孩子在学习上遇到困难的原因，从医学角度介入学习困难问题，为家长和孩子提供一个全新的视角。

通过专业的评估和诊断，家长可以更准确地了解孩子学习困难的真正根源。这样的了解有助于打破“孩子不好”或“家长管教失败”的负面认知，客观、科学地来看待学习困难。

多动症 学习困难的头号“幕后黑手”

临床上，最常见的学习困难五大根源为：注意缺陷多动障碍、智力障碍、读写障碍、负面情绪、躯体疾病。其中，注意缺陷多动障碍

（ADHD）是导致孩子学习困难的头号“幕后黑手”。ADHD 又名“多动症”，我国儿童患病率为 6.26%，患儿约为 2300 万人，就诊率却仅 10%。

在湖南省儿童医院，来自永州的 8 岁男孩小强（化名）顺利通过为期 10 天的“学习力集中提升训练营”，而他正是一名 ADHD 确诊儿童。“大约两年前，我便发现孩子遇到一点小事就容易生气，写作业两分钟就要离开座位，每次指导他学习我都‘血压飙升’。”小强的妈妈刘女士表示，这是她第二次带孩子参加训练营。“一期训练结束，孩子的变化肉眼可见，所以今年又来参加第二期。”第一期训练营后，小强的成绩从刚入学七八十分提升到了九十分以上，学习状态也有了显著提升。现在，小强不仅能够很好地完成作业，中间不会走开，作业错误也积极更正。“看到孩子的变化我真觉得找对了地方。”刘女士欣慰地说。

ADHD 幼儿期可能表现为好动、不听指令；学龄期则是注意力

分散、学习困难。66%~85% 患儿的多动症可持续到青少年和成年时期，可能会影响工作、社交等，甚至引发焦虑、抑郁等心理问题。湖南省儿童医院儿童保健所副主任医师何毅介绍，经过评估诊断与积极治疗，70%~80% 的 ADHD 患者都能得到明显好转。

学渣“逆袭” “训练营”怎么训

“注意力与学习力提升训练营”具体怎么训？湖南省第二人民医院（湖南省脑科医院）儿少心理科主任周亚男介绍，训练营为一对一训练：针对注意力和读写问题，进行视听知觉、阅读、书写、逻辑思维及多动行为控制训练。

执行功能训练：通过桌游、卡牌、工作清单、运动/语言游戏、书画等活动方式等活动提升执行功能，增强情绪控制和人际交往能力。

音乐治疗训练：由专业音乐治疗师引导，促进社交互动和情绪表达。

同时，对家长进行同步培训，一期 10 次课，教授亲子成长八步法，科学养育多动症儿童。

此外还开设作业治疗小组训练，通过日常生活相关活动，提高孩子独立生活和劳动能力。

医生支招 家长这样做，孩子学习更简单

医生提醒，除寻求医生专业干预及治疗外，平时生活中，家长对孩子学习困难情况也应采取更积极的方式应对：

1. 保持耐心和理解：当孩子出现学习困难时，家长要避免急躁和责备，以平和的心态与孩子沟通，了解困难和需求。

2. 建立规律的生活和学习习惯：制定合理的作息时间表，保证孩子充足的睡眠和休息，同时为孩子创造一个安静、整洁、有序的学习环境。

3. 分解任务和设定奖励机制：将学习任务分解成小步骤逐步完成，完成后给予相应奖励，让孩子获得成就感和自信心。

4. 鼓励运动和户外活动：适当的运动可以帮助孩子释放过剩的精力，提高注意力和专注力，放松身心，提高学习效率。

5. 亲子互动和陪伴：与孩子一起阅读、游戏、讨论问题等，在互动中了解孩子的思维方式和学习特点，给予针对性的指导。

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

本报社址: 长沙市芙蓉中路一段 442 号新湖南大厦 47 楼 总编辑: 田雄狮 湘广发登第 0035 号

订报热线: 0731-84326226 广告热线: 0731-84326448 本报每周二、周四出版 全年订价: 168 元 零售价: 2.00 元 印刷: 湖南日报印务中心