

近视手术方式选错 = 白做!

军警校可选术式一次讲清



接种完卡介苗，手臂为何会出现小脓疱？

卡介苗是宝宝抵御结核病的重要防护盾，但接种完卡介苗后1个月左右，宝宝的胳膊上会出现红肿甚至小脓疱，别急，这不是疫苗出了问题，而是卡介苗正在发挥作用的信号，只要护理到位，不需要特殊处理。

卡介苗和普通疫苗不同，接种2~4周后，注射部位会先红肿，再逐渐形成小脓疱，部分会轻微破皮、结痂，最终留下浅疤，整个过程需8~12周。这是疫苗在激发宝宝的抗结核免疫力，并非感染，家长无需过度焦虑，只需做好护理即可：

1. 保持干燥，减少碰水 脓疱未结痂、破皮期间，接种部位尽量避免沾水，保持局部清洁干燥。

2. 不挤不抠，拒绝乱用药 切勿用手挤压脓疱、抠抓结痂，也不要涂抹酒精、碘伏或各类药膏，避免干扰伤口自然愈合。

3. 宽松衣物，避免摩擦 给宝宝穿柔软、宽松的棉质衣物，减少对接种部位的摩擦，让伤口安心恢复。

需要提醒的是，如果接种侧腋下（少数锁骨上/对侧腋下）淋巴结肿大超过1厘米，或宝宝发烧超过38.5℃，且持续不退，一定要及时看医生，切勿拖延。

对于出院前未能接种卡介苗的宝宝，可按照以下原则进行补种：

1. 3月龄以下宝宝原则上回接产单位补种卡介苗。

2. 3月龄至3岁的儿童，结核菌素（PPD）试验结果为阴性的，可在社区补种卡介苗。

3. 4岁以上儿童（含4岁）不予补种卡介苗。

4. 已经接种卡介苗的儿童，即使卡痕未形成，也不再予以补种。

南京市妇幼保健院儿科副主任护师 王春华

每年高考过后，都有不少怀揣军警梦的考生，希望通过近视手术迈过体检这道坎。但这里要提醒大家，如果手术方式选错了，等于白做！下面我们就来看看军校、警校的“手术门槛”有哪些不同。

军校：只接受准分子激光手术

军校对视力的要求是非常严格的，必须同时满足术式正确和时间达标两条。

视力要求 根据国防科大招生办公室的公告，生长军官本科学员视力要求双眼裸眼视力达到4.5，且矫正视力（指配戴眼镜）达到4.9（矫正度数不超过600度）；屈光不正者，经准分子激光手术后半年以上且无并发症，术后任何一眼裸眼视力达到4.9，眼底检查正常。

术式要求 只接受准分子激光手术，包括激光光学角膜切削术（PRK）、准分子激光原位角膜磨镶术（LASIK）、机械法准分子激光上皮瓣下角膜磨镶术（Epi-LASIK）、前弹力层下激光角膜磨镶术（SBK）、飞秒激光LASIK（Femto-LASIK）、经上皮PRK（T-PRK）、飞秒激光基质透镜切除术（FLEX）、飞秒激光小切口基质透镜取出术（SMILE）。也就是说，目前主流的全飞秒4.0、全飞秒Pro等微创全飞秒手术，都是被军校体检所认可的。

时间要求 术后须满半年以上，意味着今年想报考军校的考，现在做近视手术已经来不及了，但可以提前为明年做准备。

当然，如果是报考无军

籍本科学员，国防科大的要求是，双眼矫正视力（指配戴眼镜）达到4.8，对裸眼视力、矫正度数、是否有视力矫正手术史及术后时间不作要求。需要注意的是，其他军校及军事专业的近视手术要求完成时间，依据各省区的国防军事类专业高考生体检时间及公布的眼科体检要求而定。

警校：术式不限

视力要求 体检的项目和标准参照《公务员录用体检通用标准（试行）》《公务员录用体检特殊标准（试行）》等有关规定执行，任何一眼裸眼视力均为4.8及以上。法医、物证检验及鉴定等职位，单侧矫正视力低于5.0，视为不合格。

术式要求 警校对于近视手术的术式，目前还没有明确的规定，常见的术式包括半飞秒、全飞秒和ICL人工晶体植入术均可。如果选择ICL晶体植入术，建议提前确认目标院校是否有额外要求（少数省份曾有限制）。

时间要求 警校招生并未强制要求“术后半年以上”，但建议在体检前至少1个月完成手术。

（注：具体以目标院校及专业的详细招生要求为准）

长沙爱尔眼科医院 李林

母乳也要检测？ 读懂母乳巨细胞病毒检测的意义

很多早产宝宝出生后，妈妈会被医生建议做个母乳巨细胞病毒（CMV）检测，不少宝妈心里会犯嘀咕：母乳不是最安全的食物吗？为什么还要做这项检查呢？其实，这完全是为了早产宝宝的安全着想。

首先，巨细胞病毒在人群中特别常见，大部分人都曾感染过，一旦身体里携带这个病毒，就会通过乳汁排出来。足月出生的健康宝宝，即使喝了这种母乳也不会有太大的事情，因为他们的免疫力相对成熟，就算感染了，也不会出现明显症状，身体能自己扛过去。可早产儿的情况就不一样了，他们的免疫系统尚未发育成熟，是巨细胞病毒的高危易感人群，一旦通过母乳感染，后果会很严重。

早产儿一旦感染巨细胞病毒，一般会在3周后出现临床症状，主要表现为脓毒症样综合征，与细菌性败血症真正高度相似，如体温波动、精神萎靡、活动减少、喂养不耐受、反复呼吸暂停等；实验室检查可见血小板减少、白细胞及中性粒细胞降低等骨髓抑制表现。随着病情进展，易继发重症肺炎、坏死性小肠结肠炎（NEC）等严重并发症。若病毒影响宝宝的神经系统，损伤大多无法彻底恢复，会伴随孩子一生，不仅可能造成听力减退、永久性耳聋，还会阻碍大脑正常发育，出现发育迟缓等问题，造成不可逆的终身后遗症。

当然，并非所有早产宝宝的妈妈都要做这项检查，只有孕周不到32周，或出生体重低于1500克的早产宝宝，母乳一定要做巨细胞病毒DNA检测；而孕周超过32周、体重超过1500克的早产宝宝，自身抵抗力强很多，感染风险大幅下降，可以不作为常规检测项目。

母乳对早产宝宝来说，其营养价值是任何奶粉都替代不了的，检测的目的不是禁止母乳，而是做好风险防控。如果发现母乳里病毒载量太高，医生会给出安全的喂养方案，让宝宝在确保安全的前提下满足营养需求，宝妈们可以放心。

西安市儿童医院

王燕 王佳佳

科学应对新生儿打嗝 安心带娃不焦虑

新手爸妈是不是都有过这种经历：刚喂完奶，宝宝就开始一个接一个地连环打嗝？小肩膀一耸一耸，看着特别难受。其实，绝大多数新生儿打嗝都是正常的生理现象，是身体尚未发育成熟的表现。下面教你几招，轻松化解新生儿打嗝。

新生儿为什么容易打嗝

1. 生理特点 新生儿胃呈水平位，贲门（胃入口）较松弛，喝奶时易吸入空气，导致胃内气压升高，引发吐奶或打嗝。

2. 喂养因素 母乳喂养时乳头含接不深，或奶嘴孔过大或过小，导致吸入过量空气，刺激膈肌痉挛。

3. 温度变化 新生儿体温调节能力较弱，若外界温度突然降低或饮用过凉的奶，会通过迷走神经反射引发膈肌收缩，引起打嗝。

4. 情绪波动 新生儿神经敏感，哭闹、惊吓都会诱发打嗝。

3个实用止嗝小妙招

1. 喂两口温奶（温水） 少量慢喂几口母乳、配方奶或温水，能平复膈肌，适合月龄小的宝宝。

2. 竖抱拍嗝排气 把宝宝竖抱趴在肩头，空心掌从下往上轻拍后背，帮助排出胃内空气，可以缓解打嗝。

3. 揉肚子 让宝宝平躺，用指腹顺时针轻揉宝宝肚子（避开肚脐），可促进肠蠕动，缓解打嗝。

日常如何预防宝宝打嗝

1. 按需喂养，别等宝宝饿急了再喂。

2. 母乳喂养时，确保宝宝含住整个乳头和大部分乳晕，减少空气吸入。奶瓶喂养前排出奶瓶气泡，

喂奶时确保奶嘴充满奶液，避免留有空气，奶嘴孔大小要适配宝宝月龄。喂奶过程中保持头部略高的体位，减少空气吞咽。

3. 每次喂奶后，将宝宝竖抱10~15分钟，并轻拍其后背，帮助排出胃内空气。

4. 给宝宝换尿布时，用小毯子盖住肚子，防止腹部受凉。

5. 奶温要合适，避免刺激肠胃。

这些情况应及时就医

1. 打嗝持续超过1小时且无法缓解。

2. 伴随频繁吐奶、哭闹不安、拒食。

3. 打嗝时伴有呼吸急促、嘴唇发紫等异常症状。

宜春市妇幼保健院 陈玮