



孩子注意力不集中、说话“大舌头”、含胸驼背……趁暑期还有“余额”，赶紧矫治！

记者 朱丹君 通讯员 钟丽文

孩子学习有困难，注意力不集中；口齿不清楚，发音有问题；总是弯腰驼背，走路姿势难看……这些问题看似小问题，但不仅会影响孩子的生理、心理健康，还会影响孩子的学习甚至社交。

记者从市妇保院了解到，暑期，儿童康复科特别推出三大主题课程，包括行为管理注意力训练课程，构音障碍训练课程，青少年脊柱侧弯、体态矫正训练课程。趁暑假还有“余额”，家长们赶紧带孩子行动起来吧。

多动障碍为“学习困难”主要原因

“孩子一上小学，我就发现他坐不住，写作业拖拖拉拉，小动作还特别多，每天最怕老师打我电话。”家长王女士说，她的儿子今年12岁，平时特别好动，一开始她没在意，没想到上医院一查，这竟然是一种病。

上课走神发呆、考试粗心大意、做作业拖拖拉拉，东西丢三落四，很多小学生都会存在这些现象。儿童保健科医生说，如果孩子长期持续出现这些情况，家长千万不能掉以轻心，很可能是注意力缺陷多动障碍(ADHD)的症状，也就是我们俗称的“多动症”。这些症状可能会进一步导

致孩子学习困难、人际关系差及其他行为问题。

据统计，66%~85%患儿的症状和功能损害可持续至青少年和成年期，因此，早发现、早干预尤为重要。市妇保院推出的行为管理注意力训练课程，涉及注意力训练课、行为管理课、感觉统合训练课，并通过先进的脑神经调控如脑电生物反馈、经颅磁刺激等设备进行辅助训练，提升孩子的注意力、执行功能、自我行为控制能力，进而提高孩子的学习效率。

有学习困难问题的儿童，对家长和老师的耐心是个挑战。医生提醒广大家长和教育工作者，一定要注意不要给孩子贴负面标签，否则对孩子自尊心的建立会有巨大影响。家长平时要重视孩子的身心健康，透过孩子表面的状态看到他们内心真正的需求。

儿童说话“大舌头”，可能是构音障碍

“孩子从小运动能力很强，但说话一直不太利索，我以为长大后就好了。”家长李女士说，孩子今年3周岁了，但说话有点吐字不清，因为怕同龄人嘲笑，平时很少开口，人也变得自卑了。于是，她带着孩子到市妇保院儿童康复科门诊就诊。

在生活中，很多幼童会将“哥哥”说成“的的”，“小狗”说成“小

斗”，“飞机”说成“灰机”……萌萌的声音，听着实在可爱。但是，随着年龄增长，尤其是中大班以上的孩子，这不标准的普通话却让爸妈十分闹心。

确实，说话不利索，跟人沟通交流会受影响，还会被同龄孩子笑话，久而久之，也会影响孩子的自信心及同伴社交、学习积极性等。生活中，我们常常把吐字不清、咬字不准称为“大舌头”，而专业上称之为“构音障碍”。

“若4岁后仍口齿不清，则有构音异常的可能，应该接受语言相关评估，甚至需要治疗。”医生提醒，构音障碍训练课程就是面向不同程度讲话不清的孩子开展的。针对每个孩子的情况，医生会制定个性化学习计划，帮助孩子改善构音障碍，更加自信地开口说话。

帮助孩子挺直腰板，远离脊柱侧弯

“我女儿从小学习舞蹈，我就是希望她有一个挺拔的身姿，真没想到她的体形会出问题。”朱女士的女儿乐乐(化名)今年10岁，在体态评估测量中发现高低肩、骨盆侧倾等问题。等孩子一放暑假，朱女士就给她报名了医院的青少年脊柱侧弯、体态矫正训练课程。

在生活中，很多幼童会将“哥哥”说成“的的”，“小狗”说成“小

斗”，“飞机”说成“灰机”……萌萌的声音，听着实在可爱。但是，随着年龄增长，尤其是中大班以上的孩子，这不标准的普通话却让爸妈十分闹心。

确实，说话不利索，跟人沟通交流会受影响，还会被同龄孩子笑话，久而久之，也会影响孩子的自信心及同伴社交、学习积极性等。生活中，我们常常把吐字不清、咬字不准称为“大舌头”，而专业上称之为“构音障碍”。

“若4岁后仍口齿不清，则有构音异常的可能，应该接受语言相关评估，甚至需要治疗。”医生提醒，构音障碍训练课程就是面向不同程度讲话不清的孩子开展的。针对每个孩子的情况，医生会制定个性化学习计划，帮助孩子改善构音障碍，更加自信地开口说话。

“我女儿从小学习舞蹈，我就是希望她有一个挺拔的身姿，真没想到她的体形会出问题。”朱女士的女儿乐乐(化名)今年10岁，在体态评估测量中发现高低肩、骨盆侧倾等问题。等孩子一放暑假，朱女士就给她报名了医院的青少年脊柱侧弯、体态矫正训练课程。

在生活中，很多幼童会将“哥哥”说成“的的”，“小狗”说成“小

乐乐的体态明显改善。“最主要的是，在医生的指导下，孩子形成良好的坐姿、站姿和行走习惯，现在跷二郎腿的现象也少了。”朱女士说。

据盆底康复科主任徐蔚介绍，青少年正处于生长发育阶段，长期坐姿、睡姿不当，不对称的受力，缺乏锻炼，营养不均衡，生长发育速度过快等因素，都可能会导致体态不良、脊柱侧弯的发生。值得注意的是，脊柱侧弯会影响孩子脊柱发育，影响身高，导致斜颈、高低肩、骨盆歪斜、长短腿等。

家长往往是孩子脊柱侧弯最早和最重要的发现者。平时，家长应注意孩子有无以下迹象：

- 看孩子的肩膀是否一样高。
- 用手摸一摸孩子背部肩胛骨，看看有没有一侧肩胛骨向后凸起。
- 用手摸一摸孩子背部肩胛骨的最下端，看看是否等高。
- 触摸并对比孩子两侧腰部，看看是否对称。
- 女孩双乳发育是否对称。
- 孩子两侧髋部有无不等高，两侧下肢有无不等长等。

检查时，最好让孩子把上衣脱掉，光脚自然站立，双足与肩同宽，双目平视，手臂自然下垂，掌心向内，家长站在孩子身后进行观察。

医生提醒，脊柱侧弯的儿童需要专业指导和治疗，一旦发现，早期干预效果更好。

夏季心脑血管疾病也高发？千万不能掉以轻“心”

本报讯 (记者朱丹君 通讯员陈露)上周，60岁的王阿公在家务农，突发左侧胸痛、心悸，被家人送至浙江省肿瘤医院台州院区急诊科。入院后不久，王阿公突发意识丧失，心电监护提示“室颤”。医务人员立即给予除颤颤1次，王阿公恢复窦性心律，随后意识慢慢苏醒。

在很多人看来，冬季是心脑血管意外的高发期。然而，事实并非如此。有研究表明，气温每升高1℃，心血管病患者发病率增长17.3%。所以，大家千万不能掉以轻心，了解并掌握高温天气心血管疾病的预防与应对策略极为重要。

为何高温天气心血管疾病高发？天气炎热，人体新陈代谢显著加快，内循环易发生紊乱，交感神经兴奋，心肌耗氧量也随之增加。随着心肌耗氧量增加，心脏等脏器供血相对减少，心血管疾病发生概率就会增加。此外，夏日出汗多、易烦躁、生物钟紊乱、室内外温差大，这些都会对心脏血管造成不利影响。

夏季如何预防心血管疾病？浙江省肿瘤医院台州院区心血管内科主任医师林斌建议：首先，患者情绪要保持稳定，生活作息要规律，合理膳食，保证充足睡眠，避免熬夜，每日午睡30分钟左右，以助放松身心。要合理使用空调，空调温度应保持在26℃左右，室内外温差不宜超过8℃，从室外进入空调房前及时擦干身上的汗水，避免空调直吹。

第二，每日适量饮水，少量多次，避免一次大量摄入导致血容量迅速升高，从而增加心血管发病风险。最宜饮用白开水，水温不能太热也不能太凉。若是觉得水没味儿，可以适当喝点带“味”的水，比如柠檬水、蜂蜜水、薄荷水、菊花茶等。

第三，要适量运动。适量的运动有益于心血管系统健康，气温高时，人体机能比较活跃，剧烈运动反而会诱发心脑血管疾病，可选择散步、慢跑、八段锦等运动方式，时间宜选择在傍晚凉爽时，运动以轻微出汗和身体不感到疲惫为度。

第四，要坚持服药。高温天气，人体血压会比冬天平稳一些，但个别高血压患者看到血压平稳，自行减量或停药，这个做法是非常危险的。高血压患者需要终身服药控制，停药后血压会反弹升高。血压有波动时，应及时咨询医生调整用药方案，不建议自行减量或停药。

最后，林斌提醒广大市民，若出现胸闷、胸痛、心悸、气短等心血管疾病的症状，应立即就医或拨打120急救电话，准确告知医生自己的症状及位置。在等待医务人员的过程中，可采取以下紧急措施：就近找舒适的地方坐下休息，尽量保持冷静和放松，若穿着紧身衣物，及时松懈，避免情绪激动、剧烈运动等增加心脏的负担。如有条件，随身携带急救药物，可以及时服药，如硝酸甘油、速效救心丸、麝香保心丸等。

介入手术成功化解致命的“肠中风”

医生提醒：有心血管疾病的患者要警惕突发腹痛

本报讯 (记者朱丹君 通讯员周昱宏 江佳珈)近日，浙江省肿瘤医院台州院区介入与微创科成功完成一例肠系膜动脉血栓置管溶栓术，及时救治了一位肠系膜动脉栓塞患者。在抢救患者生命的同时，医生选择了对患者身体创伤最小的治疗方案，有利于患者后期的快速恢复。

55岁的王女士因下腹疼痛难忍来到医院急诊室就诊，先行B超检查，结果未显示异常。由于患者是无任何诱因下引发的剧烈绞痛，医生立即安排她做了全腹增强CT检查，CT结果显示为肠系膜上动脉血栓。考虑患者病情危重，急诊室医生立即邀请放射介入科张凯医生会诊。经查看影像资料与病人查体，张凯医生表示，患者为急性肠系膜上动脉栓塞，症状典型、诊断明确，目前无明显肠坏死，决定开展介入下肠系膜上动脉造影术+置管溶栓术。

医疗团队凭借丰富的经验和精湛的技术，确保了手术的顺利进行。术后，患者的腹部绞痛得到明显缓解。

肠系膜上动脉栓塞介入手术是一种微创手术，通过导管将溶栓药物送入肠系膜上动脉，使被堵塞的血管恢复通畅，达到治疗的效果。溶栓药物的应用，可使未被清除的血栓迅速溶解，是一种更为温和的治疗方案。介入治疗较传统外科手术来说，具有创伤小、安全、副作用少等优势，达到快速、高效的治疗效果。

肠系膜上动脉栓塞是指脱落的血栓阻塞于肠系膜上动脉，导致小肠急性缺血、坏死，也就是大家常说的“肠中风”，有起病急、进展快、病死率极高的特点。肠系膜动脉栓塞在临床上并不常见，且临床表现各异，诊断非常困难，误诊率高达90%~95%。如果不及时发现和治疗，病情恶化迅速，可能导致肠管坏死，危及生命。

医生提醒，对于合并有房颤、动脉粥样硬化、心脏瓣膜疾病等心脑血管疾病的患者来说，当出现剧烈腹痛时，要警惕肠系膜上动脉栓塞的可能，应尽快前往医院就诊，做到早诊断、早治疗，以免病情恶化。



胖太太成膝关节骨关节炎常见人群 医生建议且行且珍“膝”

为左膝关节退行性骨关节病，建议尽早通过膝关节置换手术进行治疗。

膝关节骨关节炎，是中老年人最常见的一种关节疾病，常发病于负重量大、活动较多的关节，如膝、髋、踝、手等关节处。患者会感觉膝关节酸痛，活动不利索，上台阶时疼痛加重，早起或久坐之后，觉得关节僵硬疼痛，稍稍活动才能行走，而站立或行走过久之后，觉得关节疼痛，需要坐下休息。另外，膝关节伸屈活动的时候，会听到“咔咔”的响声，活动过度还会让膝关节肿胀疼痛加剧。

两年前，叶阿婆的膝盖经常疼痛，走路困难，尤其是左侧。她总认为随着年龄增大，关节自然会退化，于是平时贴贴膏药，做做理疗和热敷，想着熬一熬就能过去。今年上半年，叶阿婆的膝盖疼痛加剧，根本无法走路，于是家人带她到关节外科门诊就诊，被医生诊断

为什么这种疾病爱找上老年人？关节外科主任陈榆副主任医师用三个字概括，就是“用坏了”。

“我们平时走路、散步，膝关节就在不停地磨损，要是跑步、跳跃，还要承受巨大的冲击力。膝关节上面覆盖有软骨，软骨是柔软的，很大程度地缓解了骨头之间的冲击力。但是，经过日积月累的冲击，再好的保护垫也会磨损。”陈榆说，特别是随着年纪的增长，软骨的修复能力越来越差，到最后，软骨会越磨越少，关节表面凹凸不平，同时边缘出现骨性赘生物，取代了原本关节里面的软骨，这就形成了骨关节炎。

“患者如果得了骨关节炎，一定要早发现、早治疗，不建议自己用药。

如果膝关节骨关节炎到了后期，就需要手术置换关节。”陈榆表示，骨关节炎是一个日积月累形成的病，建议在日常生活中注意防护。首先，要控制自己的体重，如果体重减轻，膝关节承受的压力就会小很多。尤其是女性，由于雌激素的减少，老年肥胖女性出现骨关节炎的几率是正常体重女性的4倍。其次，要选择合理的锻炼方式，增强周围肌肉的力量和耐力，这样有利于骨关节的稳定。老人可以选择骑车、游泳等运动，避免爬楼梯、慢跑、跳跃等活动。

别让狐臭变为“社交恐惧症”

微创手术可以了解一下

分人腋窝分泌的汗液在继发细菌感染后会散发出特殊的臭味，称为“腋臭”或“狐臭”，多在青春期表现出临床症状，患病率约为5.75%。

虽然多汗症不是危害健康的重大疾病，但会影响患者的日常生活以及社交活动。

据介绍，腋臭微创手术是如今治疗腋臭的主要手段，通过在腋部做小切口，将手术器械伸入皮下组织去除汗腺，或者通过抽吸的方法利用吸脂针将汗腺组织吸出。相比以往的汗腺

组织切除手术，微创手术时间短、创伤小，术后并发症少，恢复更快。

腋臭微创手术可以治愈腋臭，但目前根据文献报道，手术治疗腋臭的有效率在90%以上，因此，少数患者在术后会出现腋臭的复发。即使如此，腋臭手术也可以明显减轻患者腋下异味的情况，使患者的症状得到改善，提高患者的生活质量。

腋臭微创手术后多久才能恢复？腋臭微创手术操作较为简单，术后的

恢复与患者术后的护理有关。常规来说，患者术后2周之内应保持双手叉腰，限制上臂运动，避免剧烈活动影响伤口愈合。

根据切口情况在7~12天内进行拆线，术后的完全恢复一般需要2~3个月。

狐臭这个病不致命，但是引起的社交障碍、心理创伤问题可能并不比其他疾病少。及时、及早、合理就医，有助于提高患者的生活品质，避免在人际交往中的不便。

本报讯 (记者朱丹君 通讯员陈康)夏天，是最容易让人汗流浃背的季节，也是最容易产生体味的季节。不少有狐臭困扰的人，更是容易在这个时候焦虑，只能通过频繁洗澡、换衣服、喷香水掩盖汗臭味，但这些做法往往都是治标不治本。

据市一院医疗美容科医生介绍，这种异味是原发性多汗症的表现。原发性多汗症是一种自主神经功能障碍，可能导致无法控制的过度出汗。部