

公益行动·关注青少年脊柱健康系列报道

深圳初中生脊柱侧弯发病率高出欧美三倍？ 全国累计已有1000万青少年患有脊柱侧弯 保护青少年脊柱健康，你有什么好点子？

今年5月21日世界脊柱健康日到来之前，一篇《深圳20万初中生脊柱侧弯发病率高出欧美三倍》的报道几乎刷满了学生家长们的手机屏幕，“真的有这么严重？”“发病率有多少啊？”“怎样才算脊柱侧弯？”是很多家长心中的疑问。

“男神”李易峰的全球救援团也来“凑热闹”，通过一家公益基金会为脊柱侧弯的小朋友提供帮助。

脊柱作为我们整个身体的支撑，它看上去强大坚韧，只是一旦受伤就会有不可逆的后果。所以，青少年的脊柱健康状况到底如何，就非常值得我们去探个究竟。

甩刘海也能甩出脊柱侧弯？

不管是以严谨著称的期刊数据库，还是常用的搜索引擎，能找到的脊柱侧弯的病例还真不少。

有报道说，一位25岁的女生，为了保持斜刘海的发型，习惯性地每隔10分钟就会把头向左侧甩一下，这个习惯维持了几年之后，突然觉得自己的脖子好像有点歪，肩膀也是一高一低。

起初，她还以为是休息时姿势不对导致落枕，结果却总不见好。到医院一查才发现是脊柱侧弯，好在病情较轻，可以通过佩戴支具矫正。

但全军脊柱外科主任、解放军117医院骨科主任杨永宏说，仅仅甩头发应该构不成发病原因，这个动作最多推动病情发展而已。

快报此前也曾报道过，一个12岁的女孩，经常不自觉地挤眉弄眼，这些症状出现了四五年之后，才引起家人的注意，刚开始诊断为抽动症，就一直治不好。

后来找骨科医生一查，发现左右肩膀不平，进一步检查两条腿有轻微长短不一样，这些都是脊柱侧弯的典型症状。

孩子眨眼睛、吸鼻子、耸肩膀、颈部不适、高低肩等症状，都可以去医院检查一下有没有脊柱侧弯。

一位舞蹈学校的老师说，她教舞蹈七八年了，这两年带的学生，真正形体基础好的学生越来越少。“大多是弯腰驼背没精气神儿，现在学校还有两个脊柱侧弯的，希望通过形体训练来改善。”

为什么10至15岁是高发期？

深圳这次由医院和教育部门发起的基础筛查，历时两年半，由6名医生和14名志愿者组成，首次为深圳20万名初中生进行脊柱侧弯筛查，结果发现发病率高于欧美国家3倍。而早在2013年，当地也有一次筛查，3万名学生的样本，发病率达6%，也就是说，100个深圳青少年有6个脊柱侧弯。

另有统计说，我国青少年脊柱侧弯发病率已达3%，按这一数据估算，全国每年将产生大概100万青少年脊柱侧弯患者，目前全国累计已有1000万人。

发病的人群多为10-15岁的中学生。由于中学生处于生长发育的高峰期，脊柱骨生长较快，原本轻度的脊柱侧弯也会在这一时期较快地加重。

美国一份长期随访发现：10-12岁发现脊柱侧弯的患者，角度在20°-29°之间的进展可能性为60%；30°-59°之间的进展可能性为90%；而大于60°的进展可能性接近100%。

其实，早在上个世纪，就有专家总结出妨碍青少年健康成长的三大问题：近视眼、脊柱侧弯、心理健康。现在近视眼和心理健康的关注程度已有所提高，脊柱侧弯却成了危害青少年健康成长的重要隐患之一。

浙江的脊柱侧弯发病率高吗？

脊柱侧弯的发病率真的一直在增加吗？杨主任说，在浙江范围内，比较大的流行病学调查还没听说哪里做过，没有较大的样本，所以发病率从1%到5%的说法都有。

脊柱侧弯，又叫脊柱侧凸，通俗来说，正常人的脊柱从后面看应是一条直线，并且脊柱两侧对



在广东等地，脊柱健康筛查已成为入学体检的一部分。(资料图)

称，如果双肩不等高或者后背左右不平，就很有可能是脊柱侧弯了。

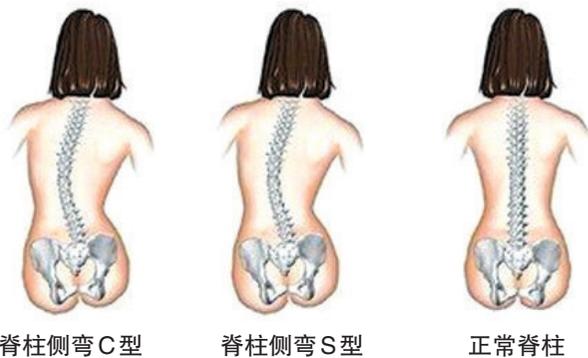
杨主任说，如果说我们的胸廓是一间房子，脊柱就是钢筋混凝土柱子，心肺等器官是家具。当柱子弯曲、旋转，房间这个空间就会被扭曲得变形，那些原本相安无事的“家具”也会跟着脱离原来的位置。

比如胸廓里的肺，本来通过呼吸伸缩，结果胸廓变形之后，肺的活动空间变小了，功能受影响。如果是腹部的脊柱弯曲，腹部空间变形，直接影响的就是进食。

“脊柱从上到下，不管哪个部位发生变化，都会对身体相应的器官产生影响。”杨主任说。脊柱侧弯首先就是影响形体、影响发育，成年后会有明显的腰背痛，体力较差，甚至丧失工作能力，45岁以后死亡的概率是普通人的两倍。

对于保护孩子的脊柱，你有什么好点子？或者说你身边有脊柱侧弯患者，又有哪些苦恼或治疗妙招？欢迎拨打0571-85051660(工作日下午2:00-5:00)，或关注【快公益】微信公众号留下你的意见、建议。

本版撰稿 记者 刘彦朋



脊柱侧弯C型

脊柱侧弯S型

正常脊柱

都市旅游

都市快报广告部主办

接稿电话：85051502

世界自然遗产地·国家5A级景区·国家旅游度假区

ZTG 浙江省中国旅行社集团有限公司
ZHEJIANG CHINA TRAVEL SERVICE GROUP CO., LTD.

变形金刚4 第二季 满城尽带黄金甲

重庆、武隆 美食美景双飞4日游

5月每周三发班 2680元/人起

外景拍摄地

各大旅行社均可报名!

监督电话：400-800-8800 咨询电话：400-800-8800 地址：光复路200号 尊享网站：www.ctszj.com.cn 许可证号：L-ZJ-CJ0002

CYTS 中青旅
www.zjcyts.com
400-896-8888

天台玩转

WANZHUAN Tiantai

报名我们送土鸡蛋啦!

(限前100位贵宾)

- ★领取方法：凡报名五月十四日天台二日游的贵宾，每人送天台土鸡蛋一袋(10个)
- ★领取地点：各直营门店(萧山、余杭、富阳)门店报名客人可在游览当天领取)
- ★领取时间：即日起至五月十三日上午止

天台国清寺、桐柏宫、千亩千年杜鹃，张思古民居慢生活二日游

5月14日 成人：¥299 儿童：¥99起 扫一扫查询预订

- ★一座佛寺，一处道宫，一片杜鹃，一餐素斋，用朝夕的时间感受，原来慢生活如此简单；
- ★华顶，山水水水；民居，古色古香，每一缕空气中浸润着自然的气息，放空自己，看云卷云舒。



国家5A级旅游景区——天台山

城东直营店
85788277
凤起路56号3楼

城中直营店
88800887
体育场路515号

武林直营店
85166877
百井坊巷95号

城西直营店
88975699
文二西路405号

城北直营店
88134361
上绍路33号

城南直营店
88908566
江城路739号

萧山中青旅 82650998
余杭中青旅 89283339
滨江营业部 86686111