

暑假学生就医手册

暑假是个让孩子们更健康的好机会 请家长们对照看看： 您的孩子最近可能有哪些健康问题需要关注？

让孩子们欢欣雀跃的暑假就要开始了。家长除了安排孩子出去游玩和在家做作业,还可以计划点什么有意义的事情呢?我们采访了杭城多位儿科专家,专家的意见很统一,暑假有两个月时间,可以选择一些最适合孩子年龄的“择期手术”或者相关治疗。所谓择期手术,是指时间不是很急,可以任意选择最合适的时间来做的手术。暑假里,孩子经过治疗可以好好恢复,不用请假,也不会耽误孩子的功课。那么,什么年龄段的孩子可能需要什么治疗?哪些治疗在什么年龄段治疗最合适?我们邀请杭城各个方面的儿科专家根据孩子的年龄段,提出健康建议。家长们也可以根据自己孩子的年龄,对照看看。

另外,家长们也要提前做好准备,暑假期间,医院很多对于学生的治疗会爆满,最好提前预约,安排好时间。

新生儿割包皮 3岁左右开始

全国小儿外科培训中心小组成员、浙大儿院泌尿外科副主任黄勇医师建议,小孩子要不要割包皮,最好在3岁左右到医院检查一下。

如果存在病理性问题,或者包茎、包皮不能翻起的情况,就一定要尽早割包皮;如果仅仅是包皮过长,需要每天清洗,可以割也可以不割,但从发育和卫生角度考虑,专家们都是主张割的。

“新生男婴的包皮都是长的,也就是说,在出生后100%会有包茎,这是生理性包茎,大概3岁后就会自然好转;如果3岁后还不能翻起,就是病理性包茎了,得割包皮。”黄勇医师说。(详见B04版)

抽动症 6-8岁

如果多留心周边的孩子,会发现有些孩子在经常眨眼睛、耸鼻子、甩头、噘嘴、清嗓,甚至说脏话、打人。“这些孩子可能得了抽动症,小动作是不由自主发生的。”汤养元国医馆儿科主任车烨炯医师说,

抽动症6-8岁的孩子多发,属于常见病,只是家长容易忽略。如果不及及时治疗,部分孩子的病症会持续到成人、伴随终身,不仅有损孩子的外在形象,发展下去也对身体不利,也会影响孩子的社交。(详见B06版)

斜视 13岁以下

小孩子斜视的发病率在1%-3%左右,最佳矫正期在婴儿18个月至6岁期间,最好安排在3岁之前。浙江省眼科医院(温州医科大学附属眼视光医院)杭州院区视光中心副主任侯立杰说,很多家长认为小孩子眼珠子有点斜是正常的,长大了会好的,其实大多数斜视是不会自愈的,甚至有一部分还会随着年龄的增长越来越严重。

轻度斜视可通过仪器训练,重度斜视要做矫正手术,因为手术需要住院2天,术后休息一周,所以学生趁暑假做斜视矫正比较合适。学龄期斜视还没有矫正的孩子,13岁之前务必要矫正了。

另外,医院杭州院区副院长、屈光手术中心主任赵云娥说,患近视的孩子年龄越小,近视度数增长越快,将来变为高度近视的机会就越大,所以要尽早矫正。(详见B05版)

双眼皮或隆鼻整形 18岁以上

浙江省人民医院整形外科吴溯帆教授说,暑假期间,特别是暑假刚开始,不少高中毕业生和大学毕业生来咨询整形,选择最多的项目是重睑术和隆鼻术。

“暑假的确是想要变美的学生整形比较好的时机,特别是高三或者大学毕业,即将进入一个新的环境,这时整形,不容易被周围的人察觉,也算是一个全新的开始。另外,暑假时间比较长,也有利于整形后的恢复。”

吴溯帆教授提醒,学生整形要更慎重,要清楚整形并不是随心所欲的,只能在原有的基础上适当提高颜值,而且也是有风险的,要选择正规的医疗机构、有资质的医生、合法的制剂或产品。(详见B07版)

近视激光手术 18岁以上

在浙江省眼科医院(温州医科大学附属眼视光医院)杭州院区,最近有很多高考结束的高三学生预约近视激光手术。

目前主流的手术方式是LASIK手术(俗称飞秒全激光)。赵云娥副院长说,飞秒全激光手术经过美国FDA认证,目前美国航空航天局(NASA)的地勤人员许多做的就是这种手术。但并不是所有的近视患者都能做激光手术,术前要经过严格的检查,通常要求接受手术者年龄大于18岁,近两年内近视度数加深不超过50度,近视度数不超过1200度,并且需要排除圆锥角膜等眼部疾病。(详见B05版)

5岁-6岁 小儿遗尿

五六岁,本应是一个最童言无忌、天真烂漫的年纪,可如果孩子有尿床,容易造成自卑、内向、胆小等心理上的伤害。

“孩子如果有遗尿的问题,最好在上小学之前解决。刚好可以利用暑假,纠正不良习惯,帮小朋友战胜遗尿。”汤养元国医馆中医专家周建民医生说。(详见B06版)

6岁之前 反复呼吸道感染

很多家长都有感觉,孩子上幼儿园开始,生病多起来,特别是呼吸系统的疾病,反复呼吸道感染、支气管炎、哮喘和过敏性鼻炎。班里一有小朋友生病,就会有很多小朋友被传染。

市级名中医、儿科专家黄金城说,从中医理论来说,夏季阳气旺盛,是治疗反复发作呼吸系统比较适合时机。气温升高,经脉活络,气血畅通,人的体质状态比较好,这时治疗可以缩短康复时间,疗效往往事半功倍。(详见B06版)

10岁以下 小儿肥胖、矮小和性早熟

浙大儿院副院长、内分泌科主任傅君芬教授说,孩子进入青春期之前,家长要多多关注孩子的体重、身高和性发育的情况。“在第二性征发育之前,及早干预孩子肥胖、矮小和性早熟问题。不然等到性发育成熟,孩子长个子的空间都没有了。”

孩子肥胖、矮小和性早熟三者之间是有联系的。肥胖的孩子容易出现内分泌紊乱,诱发性早熟,性早熟则会压缩孩子长个的时间,使孩子矮小。“暑假期间,孩子有大块时间在家里,饮食和作息比较难控制,是一个易发胖的时期,但反过来说这也是一段比较好的减肥时间。”傅君芬教授说。(详见B02版)

8-14岁 脊柱侧弯

浙江省中山医院的浙江省椎间盘诊疗中心推拿、康复科,暑假期间的门诊量总要比平时多上五成左右,增加的都是学生。

医院推拿科主任吕立江说,“脊柱侧弯在14岁之前治疗,效果是最好的。8-14岁是人体生长发育旺盛期,过了这个阶段,到了18周岁骨骼逐渐成形了,再用手法矫正就会变得困难,年纪越接近成人越困难。”

学生的颈椎病主要集中在生理曲度变直。原因有经常低头看手机、写字作业,或者长期对着电脑玩游戏,处于一个固定姿势。初高中的学生课业负担重,但好在这个年龄段骨头还“嫩”,矫正起来效果好。(详见B03版)

11岁-15岁 矫正牙齿

皓瑞口腔护齿专家沈希说,有些家长认为,孩子矫牙只是为了好看。其实这个观点有些片面。孩子矫正牙齿除了影响美观,还会导致小朋友咀嚼功能下降,加重胃肠负担,甚至影响身心健康。

矫牙范围很广,而且不同年龄段有不同的特点。按牙齿萌出的规律,矫牙分为乳牙期、替牙期、恒牙早期三类,这三个阶段不同的牙齿形态会对孩子的成长发育有不同的影响。

“这三个时期也是矫牙的三个黄金期,如果错过了,可能会需要更长的时间来矫牙,且对脸型、颌骨发育帮助较小。目前,矫正牙齿最多的年龄段是11岁-15岁,孩子配合性比较好,又是较快的生长发育期,矫正效果比较明显。”(详见B08版)