

儿童多动症 正确诊疗是关键

本报记者 李 莹

孩子注意力不集中、不持久，不能注意听老师讲课，容易被外界的刺激分心；孩子平时爱哭闹，老是翻箱倒柜，不是拆玩具就是打翻碗盆，家长怎么说都不听；孩子情绪不稳，常会干扰大人谈话和正常工作……这些问题的背后，有可能是儿童多动症造成的。带着诸多疑问，记者采访了银川市妇幼保健院康复科副主任医师李欢。

注意缺陷多动障碍的多个信号

7月中下旬，银川市妇幼保健院总院康复科诊区举办注意缺陷多动障碍义诊活动，为前来就诊的小患者及家属开展健康管理宣教。

开诊第一天，12岁的多多（化名）在妈妈的陪同下前来就诊。多多妈妈对孩子的学习成绩表示忧虑，说多多上一二年级时学习成绩能跟上，到三年级明显就开始吃力，与老师沟通后，得知孩子上课感觉像是在认真听讲，下课却什么都不知道。老师和家长批评她，同学疏远她，孩子出现了焦虑情绪，晚上睡不好。

在医院就诊时，医生详细询问了病史情况，通过评估及检查，确诊多多为注意缺陷多动障碍。“通常人们认为孩子一刻都停不下来才是多动症，其实很多看起来安安静静孩子也有可能是多动症。多动症实际包括注意缺陷型、多动冲动型和混合型三种。注意缺陷型即注意力不集中型，又称‘不动’的多动症，主要表现为注意力不集中，女孩相对多见；多动冲动型以多动、冲动为主要表现；混合型既有注意力不集中又有多动、冲动症状。”李欢说，注意缺陷多动障碍在儿科疾病中属于高发病率的一种神经发育障碍，根据前来就诊情况，患病儿童通常表现为学习成绩和自信心下降，影响家庭、社会 and 亲子关系。

针对患儿家长普遍关心的多动症表现症状，李欢介绍了一些诊断线索和发病“信号”。她说，不同年龄段的儿童表现不同，学龄前儿童主要为过分喧闹和捣乱，难以管理，惹人厌烦，经常惹祸，无法接受幼



儿园教育；学龄儿童会出现不安静、好动，注意力难以集中，好发脾气，行为冲动，自我控制能力差，伙伴关系不良，学习成绩不佳等问题；青少年则会出现学习成绩大幅度下降、厌学，做事不考虑后果，经常跟父母顶嘴，与老师争执，和同学缺乏合作精神，对一些不愉快的刺激做出过分反应等。

李欢建议，要注意缺陷多动障碍的共病包括遗传症、语言障碍、抽动障碍、睡眠障碍、癫痫、精神障碍等问题。其中抽动障碍最为多见，主要表现为简单或复杂的自主、反复、快速的一个或多个部位肌肉抽动和发声抽动。抽动障碍病程不一，可分为短暂性、长期性，首发症状多为简单性运动抽动，一般以眼肌、面肌抽动多见，可向颈部或上下肢发展。



良好的睡眠是人身心理健康的重要生理基础。睡眠不良提示可能存在心理或生理问题，是人体健康不可忽视的警示信号。

“‘早醒’症状比较特殊，不但是失眠障碍的常见表现形式之一，而且也是判断抑郁症的重要指标之一。”北京大学第六医院睡眠医学科主治医师董平在接受记者采访时表示，很多人把失眠理解为睡不着觉，其实早醒、夜间频繁觉醒都是失眠的表现形式。

“在睡眠医学中，早醒是指比平时提前醒来半小时以上，醒后不能再入睡。如果半夜2点起床上厕所，然后再回来很快继续睡，就不叫早醒。早醒可能由多种外在因素造成，如饮酒，睡眠环境的改变，季节、气

候的变化，遇到压力性事件，身体疾病影响等。”董平医生说。那么，什么样的早醒应警惕与抑郁症有关呢？董平医生介绍，首先看早醒时间。醒来的时间比以前正常的起床时间提前了至少2个小时，又排除上述外在影响因素。其次看白天的情绪状态。出现情绪低沉、悲观沮丧，对什么事都感受不到乐趣，甚至有轻生的念头。第三是看对日常功能的影响。出现疲惫不堪，注意力不集中，学习、办事效率下降，不愿意跟别人交往交流，甚至整日卧床不起等。如有上述情况并持续2周以上，应高度警惕抑郁症的发生，要尽快就医，寻求专业医生帮助。

（据人民网）



缺陷多动障碍要早发现早治疗

多动症的诊断是一项系统工作，家长要做到早发现 and 早治疗。李欢说，规范化诊断评估流程为临床问诊，重点关注症状的起始时间、发展历程、最严重时造成的功能损害等；体格检查，主要是全身检查和详细的神经系统检查，排查和鉴别其他神经疾病；临床访谈，结合儿童的发育、心理行为、家庭环境等综合信息进行临床诊断；心理问卷、量表严重度评估，利用注意缺陷多动障碍筛查量表等进行症状严重度评估；发育水平评估，用于判断患儿目前的认知发育水平，症状是否与发育水平一致；功能损害评估，常用 Weiss 功能缺陷量表、QCD 量表，评估当前功能损害及治疗后功能改善状况；共病评估，包括强迫症、遗尿、情绪障碍等。

对于注意缺陷多动障碍的患儿，药物治疗是所有治疗中最根本的治疗方式。治疗注意缺陷与多动障碍的药物主要包括中枢兴奋剂（如哌甲酯）和非兴奋剂（如托莫西汀）。

“我国治疗注意缺陷与多动障碍的中枢兴奋剂主要为盐酸哌甲酯，其特点为起效快，目前市场上有18毫克和36毫克两种剂型，其在体内持续时间为10至12小时，兴奋剂可以提高在学校的任务行为，降低干扰和坐立

不安；家庭中可以缩短作业时间，改善亲子沟通和依从性。”李欢说，在使用此药物之前应进行慎重评估，包括心脏病病史、心悸、晕厥等，并进行心血管系统的检查。总体来说，兴奋剂治疗注意缺陷与多动障碍是安全有效的，但需进行身高、体重的定期监测，并在治疗之前和治疗期间对血压和心率进行检查。另一种注意缺陷与多动障碍一线治疗药物盐酸托莫西汀是非中枢兴奋剂，没有药物依赖和成瘾的风险，不诱发抽动，具有较好的安全性。

李欢说，药物治疗不但能有效改善注意缺陷与多动障碍的注意力不集中、多动冲动等核心症状，还能降低成年早期共病焦虑和抑郁发生率，改善同伴关系、亲子关系等多种社会功能，提高患儿及家庭的生活质量。



连日高温，不少人觉得没什么胃口。广东省名中医、广东省中医院脾胃病科学术带头人黄穗平教授提醒，导致食欲下降的原因有很多，及早检查诊断非常重要。

“纳呆”可调理

食欲下降中医称之为“纳呆”，是指胃的受纳功能呆滞，也称“胃呆”。如果胃纳减少，伴有餐后饱胀之感，称为“胃痛”。

中医学认为引起纳呆的原因有很多，如感受时邪、饮食伤胃、情志失调和脾胃虚弱等，皆可导致胃失受纳、功能呆滞，因此纳呆的发病机制总体来说为脾胃功能失常。

黄穗平特别提醒，一般来说，小儿厌食、食欲下降多与饮食积滞有关，但成年人的身体情况较为复杂，如果胃口不好，伴有短期内的体重下降甚至贫血等，则应警惕，及早就医检查。若排除了危急重症隐藏风险后，中医食疗也可对高温天气导致的“纳呆”进行调理。

夏天导致胃口不好的常见原因，多为感受湿邪和胃阴不足两种，所以化湿开胃法和养阴开胃法是增长食欲最常用的方法。

久坐空调房感受寒湿——化湿开胃法

炎热高温，不少人都喜欢泡在空调房，喝着夏日凉茶或者冷饮。黄穗平表示，这部分人容易感受寒湿邪气，中阳受困，胃气闭

塞不通，于是出现纳呆、食少、口淡黏腻、脘腹胀闷、恶心欲吐、大便溏烂、头身困重、懒动懒言、体虚浮肿等症状，通常会舌淡胖、苔白腻。

对这类人群最适合使用的就是芳香化湿药。常见的化湿开胃药物有藿香、陈皮、砂仁、白豆蔻等。食疗调理则可用砂仁陈皮瘦肉粥进行日常调理，芳香化湿开胃。

暑热多汗伤津——养阴开胃法

夏季暑热当令，尤其是三伏天下，人体多汗容易伤津，导致胃阴不足，阴虚生热扰于胃中，胃失津润，胃失和降，容易出现饥不欲食、胃脘隐痛或灼痛、嘈杂暖气、唇舌干燥或干呕呃逆、小便短、大便干等症状。这种人通常舌红少津，或剥苔、少苔，舌面有小裂纹。

中医学讲“胃喜润而恶燥”，胃中津液充足，方能消化水谷，维持其通降下行之性。按照清代名医叶天士创养胃阴之说，用养胃阴之法，治疗胃阴虚之症效如桴鼓。

常见的养阴开胃药物有石斛、麦冬、玉竹、沙参等。食疗方可用沙参石斛煲老鸭，养阴生津开胃。

（据《羊城晚报》）

骨科3D打印技术 为男子置换髋关节补齐长短腿

本报讯（记者 李 莹）52岁的王先生从小因病留下后遗症，左腿比右腿短了6厘米，半年前又摔了一跤，左侧髋关节处时时感到剧烈疼痛，已卧床半年。今年，王先生来到自治区人民医院就诊，该医院骨科3D打印技术为他置换髋关节补齐长短腿。

王先生因童年时患有髋关节感染没有得到及时治疗，导致一侧下肢缩短6厘米，走路跛行。半年前，他又摔伤了髋关节，持续而剧烈的疼痛让他再也无法行走。今年年初，王先生找到自治区人民医院骨科主任医师白志刚寻求帮助。“第一次来时，患者状态非常差，髋关节重度关节炎，关节软骨都磨没了，密密麻麻全是骨刺，还有髋臼骨折。患者承受着剧烈的疼痛。”白志刚说。

因为病痛，王先生总觉得自己是家庭的累赘，也不想继续忍受剧痛的

折磨，多次表现出轻生倾向，治疗配合度很低。白志刚不想放弃，想给患者找到一个能彻底解决问题的方案。他多次组织科室内会诊讨论，为患者制定治疗计划，安排医护人员对患者进行心理疏导，帮助患者重新建立生活和治疗信心。

经精心研究，白志刚团队决定为患者分次实施全髋关节置换术。为最大限度提高手术成功率，医生运用3D打印技术进行术前设计和术中辅助，一期手术成功将坏死的股骨头去掉，安装临时的股骨头（占位器），暂时解决患者严重的疼痛问题，让其在床上进行功能锻炼，使骨折逐步愈合。3个月 after，白志刚团队为患者实施了第二次手术，更换了真正的髋关节假体，患者手术前缩短了6厘米的肢体恢复了正常的长度，患者终于可以下地行走了。

中医妙手回春助半身偏瘫女孩康复

本报讯（记者 李 莹）日前，在银川市第一人民医院，一名4岁遭遇车祸的女孩导致偏瘫，通过中医治疗取得明显的康复效果。

患病女孩因车祸外伤导致脑出血，出现了左侧肢体偏瘫、意识障碍、语言障碍、吞咽障碍。中医科主任王晓丽前往儿童康复科会诊后，制定详细的诊疗方案，选择焦氏头皮针为患儿治疗。按照以往经验，治疗小儿偏瘫多以外科矫形和康复治疗为主，西药对症治疗为辅，恢复仍需较长时间。近年来，针刺治疗小儿偏瘫和脑瘫取得了一定效果，尤其是以头皮针配合体针及小儿推拿治疗，效果较为理想。

焦氏头皮针是根据大脑皮层功能定位与头皮的空间对应关系，在头

皮上划分为16个功能区。王晓丽通过对侧运动区、感觉区、双侧言语一区、二区等相应大脑功能定位治疗，调动了大脑尚存功能，较好地改善脑组织营养、脑部血液循环，提高脑血氧浓度。在治疗时除选择头皮针外，还选择相应的体针如廉泉、夹廉泉改善吞咽障碍，足三里、曲池、血海益气养血通络使患儿的各项症状都得以缓解。

经过中医科头皮针治疗和儿童康复科的康复治疗，一周后小姑娘可以简单发音，吞咽基本恢复，拔除了胃管。看到自己的变化，她积极配合治疗从不哭闹。目前，小姑娘已经能够独自站立，家长拉着一只手可行走，也可以熟练背诵儿歌，这让她的家人和医护人员感到欣慰不已。

银川市第二人民医院举办 多学科协作诊疗学术研讨会

本报讯（记者 李 莹）日前，银川市第二人民医院举办多学科协作诊疗学术研讨会，通过互联网模式邀请医联体成员单位及区内专家线上讨论，给患者提供更加专业化、精准化、个性化的诊疗服务，提升各学科诊疗能力和学术水平。

本次讨论的第一个病例为骨科一位慢性骨髓炎患者。该患者经两次清创和抗生素骨水泥植入手术后，病情依然反复。2名区内骨科教授联合医院医联体成员单位，会同医院骨科、放射科、检验科、麻醉科专家对此病例展开深入讨论。各位专家通过互联网诊疗模式，结合病人的具体情况和目前主要存在的问题制定了最

优的治疗方案。随后，医院呼吸与危重医学科、心血管内科、神经内分泌科、检验科、普外科、放射科、病理科、麻醉科等相关科室，围绕呼吸与危重医学科“呼吸系统合并先天性心脏病致肺动脉高压”的病例以及普外科2名初判“消化道肿瘤”的病例进行了讨论，并总结出更加合理、优化的治疗方案。

研讨会后，与会小组成员表示，将本着一切以病人为中心的原则，继续通过多学科协作平台举行会诊，在解决疑难杂症患者的同时，提高综合诊疗水平，促进多学科发展，持续为患者提供优质、精准、规范的诊疗服务。

中卫市红十字会投放 45台自动体外除颤器

本报讯（记者 孙振星）8月2日，记者从中卫市红十字会获悉，中卫市红十字会在两县一区8个地方投放AED一体机45台，总价值80万元。

据了解，AED一体机包含体外自动除颤仪、红十字公益知识、急救知识公益宣传显示屏和急救包等。AED是一种自动识别异常心律并给予电击除颤的急救设备，被誉为抢救心脏骤停患者的“救命神器”。红十字公益宣传屏主要播放心肺复苏

术、AED使用宣教、红十字志愿者展播内容。急救包内含急救绷带、止血带、创可贴等10余种急救物资，可为广大市民提供创伤止血和包扎等医疗服务。

“自动体外除颤器的投放，目的是面对突发事件，能够第一时间进行黄金4分钟的抢救，为120运前急救赢得宝贵时间，切实保障人民群众的生命健康安全。”中卫市红十字会副会长崔文萍说。

—— 吃出健康 ——

巧用鱼腥草 抗菌抗病毒



明显抑制作用。鱼腥草还含有槲皮甙等成分，具有抗病毒和利尿作用。为大家推荐两款鱼腥草食疗方。

消火饮：用鱼腥草、芦根各30克煮水饮用，可适当加入冰糖、蜂蜜等调味。芦根性寒凉，解烦热、清火，与鱼腥草搭配，清热解毒作用翻倍。

鱼腥草猪肺汤：猪肺用清水浸泡半小时，锅中加入花雕酒、香醋，浸煮10分钟去除异味。鱼腥草干用清水浸泡5分钟，山药去皮切块，猪肺切成大块，小火浸煮5分钟即可，加入少量盐、胡椒粉调味。猪肺有补中益气、培土生金的作用，与鱼腥草搭配可缓解呼吸道疾病。（据《浙江老年报》）

不少人认为，鱼腥草这种蔬菜气味难闻、难以下咽。研究表明，鱼腥草特异气味主要来源于其所含的鱼腥草素，是一种抗菌成分，对流感杆菌、肺炎球菌、金黄色葡萄球菌等有