

有种生长发育落后 危害很严重

健康大使 科普专栏

健康人人参与 儿童代代受益

林海

主任医师

福建省妇幼保健院儿科



邀您一起关注
“福建卫生报”



□本报记者 林颖

孩子生长发育总落后于同龄孩子,很多家长都归结为营养不良、运动不足等问题,但有一种生长发育迟缓,原因却不简单。

隐匿的 慢性心衰

本报健康大使、省妇幼保健院儿科林海主任医师长期在儿童重症医学科工作,接诊过不少慢性心衰患儿,生长发育落后往往是他们特有的表现之

一。但因缺乏相关知识,并没有多少家长会关注到因慢性心衰导致的生长发育落后。在林海看来,这与慢性心衰在临床表现较为隐匿,症状不明显、不典型有关。

林海指出,这种疾病的症状有鲜明的年龄特点,如果家长能留心观察,还是能从中发现端倪。比如婴幼儿心衰会表现为喂养困难,奶量较正常孩子

少,且喂奶时间长,喝几口后会停顿,喘几口气后再喝。此外,还表现为呼吸困难,哭闹后嘴唇发紫,体力较差,容易反复肺炎等。

随着时间推移,孩子会出现生长发育落后,智力、免疫力下降,运动后气促、乏力、纳差和腹痛,甚至手指出现杵状指。

慢性心衰患儿多有先心病

那么,孩子为何会出现看似老年病的慢性心衰呢?这背后的主要原因还得归咎于先天性心脏病。

据林海介绍,先天性心脏结构畸形是先心病的一大类别,这类患儿若没有得到及时治疗,畸形的心脏会因供血循序问题逐渐增厚、肥大,久而久之,心脏泵血能力也会下降,出现慢性心衰。

还有一类患儿则因为先天性心肌疾病导致了心脏发育异常,从而影响了全身的血液供给,最终导致慢性心衰。

一般来说,如果有先天性心脏结构畸形,日常体检、生病看诊时,医生会根据临床症状或心脏杂音比较容易发现,如果能进一步做个心脏彩超,可明确心脏结构的异常。但不少偏远家庭的患儿日常缺少定期体检,加上当地医疗条件有限,早期的心衰症状很容易被忽视。直至症状严重找到病因,往往延误了治疗时机。

为此,林海建议,父母一定要留心婴幼儿喂养过程中的异常表现,定期做体检。对于生长发育落后的患儿,除关注营养状况及消化系统疾病

外,也应注意是否存在心衰。

慢性心衰如何避免

如果检查发现婴幼儿存在先心病,可以根据患儿的疾病严重程度、年龄大小、心脏肥厚情况、心脏射血分数等综合判断,给出诊治建议,越早治疗通常对生长发育的影响越小,治疗效果也越好。

若心脏结构畸形的缺损不是很严重,有些孩子随着年龄增长,在1岁以内会逐渐闭合。如果1岁之后还未闭合,或通过介入治疗封闭缺损。

先天性心脏病有些通过服用强心药、激素药等,也能让疾病有很好的愈后效果,避免进展为心衰。

如果需要等待手术时机的患儿,临床医生会先通过保守的药物治理,延缓疾病发展。

当心宝宝发育迟缓



儿童车怎么用,让宝宝长得更好

□本报记者 林颖

日前,上海一小区内发生一起意外交通事故:一辆车辆在进入小区后,与一名骑行滑板车的6岁女童发生碰撞,导致女童遭受碾压后不幸身亡。

在网络上搜寻此类玩儿童车导致的惨剧,发生的例数并不少。

家长在给孩子选购和使用各种儿童车时,需要注意什么呢?听听省妇幼保健院儿科李国凯主治医师的建议吧。

婴儿车

年龄:6个月以上

外出时推着婴儿车,受到不少家庭的喜爱。

如果宝宝长时间躺在婴儿车内,出外时脑部容易晃动。而且家长和宝宝外出晒太阳时,如果宝宝只是躺在车内,就会减少观察大自然的机会。如果让宝宝靠着坐在车内,时间久了可能造成驼背或脊柱侧弯,还会影响内脏发育。

建议:最好在宝宝生长到独



自坐着的时候,再使用婴儿车。

学步车

年龄:1岁左右

宝宝在使用学步车时,脚跟基本上是不用力的,长时间使用,有可能让宝宝养成用脚尖走路习惯。加上孩子骨骼发育不完全,使用学步车还可能让孩子变为O形腿。另外,学步车将婴幼儿固定在车内,使他们失去了大运动锻炼的机会。因为学步是需要力气的,如果只是借助车轮毫不费力地滑行,会失去真正锻炼的意义。

建议:学步期的孩子可以推着大笼球或椅子,帮助孩子保持平衡,训练学步。

扭扭车

年龄:1~2岁

车身较矮、重心偏低,可以使用扭动方向盘的方式前进,几乎不需要有难度的技巧,也没有摔倒的不安全隐患。同时扭扭车的座位很宽大,父母可以和孩子一起坐,一起“驾驶”,这样有利于促进亲子关系的发展。

“驾驶”扭扭车在一定程度上,可以训练孩子控制大腿肌肉的能力,同时还能训练孩子的手眼协调能力,很适合作为孩子的专属“车”。

建议:在购买时,父母应该根据自己孩子的身高进行挑选,需



要考虑到对周围环境的影响,最好选择静音轮。

滑板车

年龄:2.5岁以上

滑板车能够锻炼孩子的身体协调性和平衡能力。在挑选时,要根据孩子的实际情况,如果孩子年龄较小,可以选三轮滑板车,随着孩子年龄的增长,可以慢慢尝试二轮滑板车和剪刀滑板车。

建议:有些滑板车滑行速度较快,孩子玩耍时最好配上适合尺寸的头盔。

平衡车

年龄:2~4岁

平衡车的骑行,是通过宝宝在地上不断地蹬来提供动力,在2~6岁宝宝精力旺盛的年龄段,适

合培养身体的平衡性、协调性、灵活性以及独立自主能力等。

骑行平衡车可以调动胸、背、腿部肌肉,在锻炼大肌肉群的同时还能提升宝宝神经反射能力,使肩、脊、腿、四肢、脚、腕得到全面的锻炼,从而促进宝宝小脑的发育。平衡车也可以理解成学前单车,玩溜了平衡车,到学两轮自行车的时候,有了平衡感,很快就能上手。

建议:对于初学者而言,最好能戴上尺寸合适的头盔。

提醒

宝宝玩扭扭车、滑板车、平衡车虽然有利于身体各项机能的锻炼,但玩耍过程一定要注意场地周围的安全,避免在有车辆经过的路边玩耍。如果宝宝年龄较小,在玩的过程中一定要有成人在旁边监护。