

# 健康福建行动中中医药健康促进专项活动 小儿推拿适宜技术培训班举办

为推进福建省小儿推拿适宜技术的发展,由福建省卫生健康委员会指导,福建省中医药科学院主办,福建省经络感传重点实验室承办的健康福建行动中中医药健康促进专项活动《小儿推拿适宜技术培训班》,于11月4日—5日在榕举办。

福建省中医药科学院副院长施宽伟参加开班仪式并致辞,他表示,此次培训班邀请国内小儿推拿方面的知名专家、学者进行针对性授课,希望能通过学习交流,加深对小儿推拿的认识和了解,推广中医药适宜技术,提升医疗技术水平。“本次培训班主要是针对小儿推拿理论、治疗思路、相关经络循行及规律探索等临床与科研工作中的热点及难点问题。”

开班仪式由福建省中医药科学院副院长、教授林丽莉主持,河南中医药大学第三附属医院主任医师、教授郭现辉,厦门大学教授杨宗保,湖南中医药大学第一附属医院主任医师汤伟,广州中

药大学深圳医院(福田)主任中医师崔韶阳,深圳市职业病防治院副主任中医师白宇乾等多位专家参加仪式并带来精彩的授课分享。



据了解,小儿推拿疗法是以揉法、推法、捏法等手法作用于小儿特有的腧穴上,治疗儿科疾病的推拿医疗技术,以其腧穴的操作手法不同,功效各异。因操作手法方向、轻重变化而有补泻之分,适应的病征包括腹泻、便秘、疳积、遗尿、发热、咳嗽、夜啼、惊风、麻疹等多种病症,也用于小儿保健。

林丽莉告诉记者,小儿推拿适宜技术的理论基础,就是小儿经络和肺腑的发育,目前我省小儿推拿的应用场景已经很广泛,在很多医院的中医儿科、针推科等都有专门的小儿体质调理科,福建省中医药科学院门诊部也有相应的经络体质调理科,各医院以及基层的妇幼医院、0~3岁儿童托育园以及幼儿园,也都有为了儿童健康应用小儿推拿的办法。

培训现场,各位专家们将理论与案例相结合,总结多年诊疗经验,就小儿推拿适宜技术调理儿童消化功能、调护少儿亚健康状态、防治小儿哮喘、小儿寰枢关节半脱位等多种疾病,进行了生动有趣的分享交流,还从皮肤发育学、蒸变理论等方面解读了小儿推拿的诊疗意义。

干货满满的讲座,吸引近百名中医药诊疗相关人员前来学习,他们认真聆听,拍照记录,互动时

纷热情回应,踊跃向专家提出工作时遇到的困难和疑惑。

“小儿推拿的适应症是比较广的,它既可以治病,又可以防病,是小儿常见病的主要中医外治手段之一,对小儿的生长发育、益智健脑都有很好的作用。”汤伟说。

当被问及哪些常见疾病适合用小儿推拿进行诊疗时,白宇乾指出,该诊疗手段多用于呼吸系统和消化系统的小儿疾病,例如咳嗽、哮喘。一般来说,西医多选择用抗生素、抗病毒等药物对症处理,但中医介入之后,会选择用中药保护患者脾胃,通过“培土生金”法来补肺气,保护小儿的消化系统,再辅以小儿推拿、点穴等外治方法,强化小儿身体机能,提高抵抗力,使其不再容易受到病毒的侵袭。

郭现辉表示,推拿的方法比较安全,适用于所有人群,而小儿推拿主要是针对0~6岁的群体,但实际上,小儿推拿适用于整个儿童期。

(代西 苏维德)



## 6~12岁近视防控指引

福建卫生职业技术学院省级儿童青少年近视防控基地

小学低年级阶段,孩子需要适应环境和角色的转变,近视防控应以养成良好习惯为主,要定期密切关注视力与屈光发育情况,预防近视发生。小学高年级阶段,要注意用眼卫生,把近视防控与素质教育结合,科学防控近视发生发展。

### 1. 户外活动要保障,体育爱好宜广泛。

鼓励课间休息时间和体育课到室外活动。家长应多带孩子到户外活动,每日户外活动时间累计应达到2小时以上。低年级小学生应注重锻炼习惯的养成,把体育运动作为兴趣爱好。高年级小学生可适当增加有氧体育运动。注意在户外活动中预防晒伤和其他意外伤害的发生。



### 2. 正确姿势不能忘,用眼环境要亮。

环境的采光照度要科学,学习场所要保证充足的光照亮度,避免眩光。选择适宜的桌椅高度和“一拳一尺一寸”阅读坐姿。

### 3. 阅读材料要优选,纸质读物不反光。

阅读材料的图画和字体不宜过小,选择哑光纸质读物,严格控制视屏类电子产品使用时长。

### 4. 读写间隔多休息,劳逸结合眼舒适。

低年级段小学生每次连续读写不超过20分钟,高年级段小学生每次连续读写不超过30分钟。休息时应走出教室进行户外活动或远眺。

### 5. 均衡膳食有营养,规律作息更健康。

注意营养均衡,强调食物多样性,多吃水果蔬菜,少吃甜食和油炸食品。每天保证充足睡眠时间10小时。

### 6. 积极定期查视力,及时干预降风险。

小学生每年应进行2~4次视力检查。重视定期开展视力检查,及时查阅检查结果。如果近视后,应到正规的医疗机构就诊,并遵从医嘱进行科学干预和矫正。

□本报记者 陈坤  
通讯员 苏萍 邱鸣琦

5个月前,9岁的小浩(化名)出现反复抽搐。小浩的妈妈赶忙带他求诊福医协和医院儿科陈燕惠主任医师。

就诊过程中,陈燕惠主任发现,除了癫痫发作,小浩自小就不能吃水果,一吃就呕吐,此外,小浩还比同龄儿童矮小(约均值-2SD)。陈燕惠主任认为,除了癫痫,小浩可能还存在某些遗传代谢性疾病。

小浩很快被转诊到儿童遗传咨询门诊。郑杰医师发现ALDOB基因突变关联疾病为遗传性果糖不耐受,导致身体无法正常代谢食物中的果糖,属于常染色体隐性遗传疾病,小浩是复合杂合,分别来自其无症状携带的父母。

遗传性果糖不耐受症是一种罕见的常染色体隐性遗传性果糖代谢病,特点为饮食中暴露于果糖、蔗糖或山梨糖醇后,出现恶心、呕吐和腹部不适,代谢紊乱,长期则导致慢性生长受限或生长迟缓等。如未能及时诊治,可导致严重肝病、低血糖脑病及肾损害,有潜在致命危险。

郑杰医师联合营养科医师,为小浩制定了一套包括饮食管理在内的长期疾病管理方案。目前,小浩仍在多学科治疗和随访中。

据了解,2020年9月,福医协和医院在省内最早开设儿童遗传咨询门诊。

吃水果就呕吐 竟是遗传病