

花儿咋绽放得这么早

儿童性早熟现象应引起重视

谁都无法想象,年仅6岁零10个月的昆明女孩小青(化名)已经来过5次月经!而小青的情况并非个案,记者近日从昆明市儿童医院了解到的数据更令人吃惊:该院小儿女外科每个月接诊性早熟的儿童超过100例。该科副主任医师张红红说,儿童性早熟在近几年呈显著上升趋势,她们接诊的患者中,最小的年龄只有11个月。在性早熟患者中女孩占到80%~90%是男孩的4倍多。

何为性早熟?张红红介绍说,女孩身高加速增长,盆骨发育,乳房下有硬节、肿痛,乳晕、乳房增大、隆起等表现都预示着性发育的开始,而男孩出现喉节,身高增长加速,乳头着色肿痛等是性发育的早期征象。“如果上述的第二性征表现发生在9岁以前,就可以视为性早熟,家长就应该引起足够的重视了。”

性早熟影响儿童的身高和心理发育

“近几年来,随着社会的发展,儿童性早熟的发病率呈明显上升趋势,已居于儿童内分泌疾病发病率的第二位,仅次于儿童肥胖症,在广州、上海、北京经济发达地区情况更为突出。”张红红这样告诉记者。

张红红介绍,儿童性早熟可以分为真性性早熟和假性性早熟。真性性早熟指下丘脑-垂体-性腺轴功能提前发动,既有性腺的成熟,又有第二性征的出现,在临床上占到70%以上;假性性早熟指由于某些疾病引起的某一种第二性征过早出现,但无性腺的成熟,在临床上占到30%左右。

云南省性学会副秘书长张瑞宏副教授告诫广大家长,性早熟会影响到孩子的身高和心理发育。

统计表明,性早熟的孩子身材矮矮。由于性早熟的孩子体格提前发育,骨骺愈合也提前,虽然开始阶段身材较同龄的孩子高,但最终其身高会低于其他人。

典型的真性性早熟患者身高往往达不到150厘米。很多性早熟的孩子其实是提前进入青春期,在一段时间内身高可以增长得很快,但是增长时期相对较短,也就是青春期缩短了。

性早熟对于儿童的心理发育也会造成影响。性早熟的孩子,在生理上已经成熟,但是由于年龄太小,他(她)们的心理无法跟上生理成熟的步伐的,容易出现社会问题,比如发生早恋、早孕或受到性侵犯等。在这方面,女孩子受到的不利影响更大。

性早熟还会对儿童的性格造成影响。在10岁以前,是儿童性格的形成时期,如果发生性早熟,与众不同的外形将给他(她)们带来巨大的困惑。性早熟的儿童会产生难受、不自在的感觉,还可能遭受同伴的讥笑,从而产生自卑心理,时间久了,性格会变得孤僻,不愿与人交流和交往。

性早熟病因复杂

是什么因素导致儿童性早熟发病率上升?张瑞宏和张红红均认为,与多种因素有关。张红红说,由于生活水平的提高、营养的改善,疾病减少等因素,这一代孩子性发育及性成熟普遍比上一代或两代人提前了2~3岁。

专家同时指出,很多性早熟是无法找出真正原因的。性早熟的形成是个非常复杂的过程,可能与整个社会环境有关。张红红说,近年来,国外大量的文献报道表明,洗涤、农药、塑料工业向环境排放的物质及其分解产物,可产生环境类激素污染物,这些污染物均被发现含有雌性激素活性。这些物质通过水源、食物、皮肤被儿童吸收后,可成为假性性早熟的直接原因,也是真性性早熟的促进原因。

张瑞宏认为,现在的很多蔬菜和禽肉类食品当中,含有激素,其中的一些性激素进入人体后,会导致儿童性早熟。还有的家庭有盲目进补的习惯,一些家长常给孩子吃增食欲、益智健脑的保健品,殊不知,这些补品当中,可能含有性激素成分,长期服用,可引起儿童血液中的激素水平上升,从而导致儿童性早熟。

性信息也是一个不可忽视的因素。现在的社会是个媒介高度发达的信息社会,孩子不但可以从电视中获取大量具有性暗示的画面,而且可以从报纸上、网络上接触到有关性的文字信息。还有一些家长,常常当着孩子的面,说订娃娃亲或将孩子嫁给谁一类的话题,殊不知,这些话会对儿童的性萌动和性意识的觉醒会产生意想不到的作用,甚至有可能导致儿童性早熟。

性早熟需要治疗

性早熟是一种不正常的现象,需要治疗。但家长也不要太为此惊慌失措。两位专家说,儿童性早熟是可以治疗的。

医生通过询问病史和必要的身体检查后,可以判断是真性性早熟还是假性性早熟,同时判断病情的严重程度,然后制定治疗方案。张红红说,目前在临床上,有中医和西医两种治疗方法。对于性早熟处于早中期的,一般可采用中医疗法,处于中晚期的,一般采用西医疗法。治疗可以在早期抑制第二性征的发育,延缓骨成熟的时间,防止骨骺早期闭合所导致的身材矮小。同时,要防止患儿出现心理和社会适应障碍,避免出现性伤害、早期性行为及早孕等现象的发生。治疗一直要持续到正常年龄的青春期为止。

张瑞宏说,相关人士不但要对儿童性早熟进行深入研究,而且要做一些宣传工作,让全社会都来关注这个问题,让所有的家长都能意识到性早熟对儿童的危害,科学地关心和关注自己孩子的成长。

(新华社)

预防近视 珍爱光明

6月6日是全国爱眼日。今年爱眼日宣传活动的主题是:“预防近视,珍爱光明。”

随着信息业的迅速发展,人们接受的信息量大大增加,同时也极大地增加了人们的用眼负担。对处于求学阶段,承受着沉重的学业压力的青少年学生来说尤其如此。卫生部、教育部的联合调查显示,2004年中国孩子视力不良检出率小学生为28%、初中生为60%、高中生为85%,并有不断上升的趋势。目前中国学生近视发病率居世界第二,人数居世界之首。长时间近距离读写、长时间玩电子游戏,用眼过度,室外活动时间大量减少,是导致近视眼发病率不断升高的主要原因。孩子出现近视后,对生活、学习以及未来的工作都会有很大影响。因此,孩子的视力问题一直是让家长、老师头疼的问题。

目前认为,近视形成的原因包括遗传和环境两个因素。也有报道认为,近视与饮食有一定关系。统计表明,有90%的近视是由于环境因素不良造成的。遗传是无法改变的,但环境是可以改变的。因此,无论是有遗传因素存在的,还是没有遗传因素的孩子,都可以通过改善用眼环境,注意养成良好用眼习惯来预防近视。

那么,应该如何注意用眼卫生呢?

(1) 写字、看书时要有充足的光线。光线要从左上方射来,这样就不会有暗影。如果光线太弱,看不清字,孩子的眼睛就会离书本、作业本越来越近。

(2) 写字、看书时姿势要端正,对桌端坐,上半身要直,头不要歪,也不要过度前倾,更不要趴在桌子上。太靠近书桌或趴在桌子上做功课,易造成睫状肌紧张过度,进而造成近视。更不要躺着看书。

(3) 要根据儿童的高矮购置桌椅,这样才能保证实现正确的书写姿势,使眼睛与书本距离达到正确要求。眼与书本要保持1尺左右的距离。

(4) 要根据儿童的年龄适当安排每次学习持续时间。幼儿读书、写字的时间不宜过长,持

续30分钟左右就应该适当休息,做做游戏。

(5) 儿童书写用的纸张应尽可能选用不反光、不透光的洁白纸张。

(6) 严格控制玩电脑游戏的时间。游戏速度快,色彩变化不定,眼肌须不断进行变化调节,这样就很容易引起眼睛疲劳。据报道,有的青少年在长时间玩游戏后,眼睛突然失明。有关专家认为,玩游戏时间每次应控制在1小时之内,眼和屏幕的距离应根据电屏幕的大小适当调整,同时室内应有舒适的照明亮度。还要注意调整好显示器的对比度,图像过亮或过暗,都会使眼睛调节负担加重。

(7) 看电视距离勿太近。看电视时的距离,应是电视画面对角线的6~8倍。每看30分钟必须休息片刻。

(8) 睡眠不可太少。睡眠不足身体容易疲劳,易造成假性近视。

(9) 多做户外运动。经常眺望远方,到大自然多接触青山绿水,有益于眼睛的健康。

(10) 纠正儿童偏食,防治眼部及全身疾病,提高健康水平。

(11) 定期检查视力,一旦视力下降,要及时诊断,正确处理。

文/刘江峰 马腾



补钙过量可殃及肾脏

一名7岁男童日前在山西省儿童医院接受检查时,被医生确诊为因过量补钙伤及肾脏,导致腿部浮肿。

这位男童来自山西省晋城市,近两个月来他时常感到恶心、厌食,父母起初还以为孩子上火了,没有在意。大约两周前,母亲发现孩子的腿部出现明显浮肿,赶紧带孩子到当地医院就诊,但没有查清病因。

几天前,男童在父母陪同下来到山西省儿童医院就诊。医生详细询问了男童平时的饮食习惯。其母亲说,孩子从出生到现在,一直坚持补钙,饮食规律,身体本应该很好。得知这一情况,医生怀疑其症状可能与长期过量补钙有关,就为男童做了钙、锌、铁等微量元素的检测及尿常规化验。

化验结果表明,该男童体内的钙含量严重超标,血钙浓度是他这个年龄正常标准的两倍多。医生说,很可能是过量的钙沉积在肾脏,影响了肾功能,最终导致腿肿。

专家指出,如今人们追求健康的意识普遍提高,出现了片面强调“补”的现象,其实这并不科学。以补钙为例,钙过量不仅会在肾脏沉积,人体内其他部位都可能沉积。钙过量沉积在脑部,会限制大脑发育;沉积在眼角膜周边,会影响视力;沉积在心脏瓣膜上,会影响心脏功能;沉积在血管壁上,会引起血管硬化,等等。

补钙过量的主要症状有身体浮肿、多汗、厌食、恶心、便秘、消化不良,严重的还可引起高钙血症。专家介绍,处于生长发育期的儿童,如果不是明显缺钙,不必服用钙剂,通过食用豆制品、奶制品和鱼肉等食物,并坚持户外活动,多晒太阳,就可补充身体所需的钙。(新华社)

补钙并非万能

专家呼吁理性关爱骨健康

本报记者 朱国旺

为什么小孩天天补钙还患佝偻病?为什么老年人天天补钙还患骨质疏松症?如何才能有效防治佝偻病和骨质疏松症?近日,出席“中国妇幼健康专家研讨会”的专家们呼吁,佝偻病和骨质疏松症的发生,并非是单纯钙摄入不足造成的,关爱骨健康应有理性态度,其关键在于“综合治理”。

小儿佝偻病是影响生长发育期的婴幼儿、学龄儿童和青春期少年骨健康的主要疾病,骨质疏松症是影响孕产妇、更年期妇女和老年人骨健康的主要疾病。

全国佝偻病防治科研协作组的调查研究表明,钙的摄入量与小儿佝偻病的患病率并没有必然的联系。佝偻病的病因主要是由于维生素D,以及与骨生成有关的一种或几种营养素的摄入或生物学利用度不足,造成生成的骨质疏松不能正常钙化所致。与佝偻病不同,骨质疏松症的发生主要源于内分泌功能的紊乱和器

官功能退化。

专家认为,由于小儿佝偻病和骨质疏松症病因并不相同,因此预防与治疗措施也不尽相同。佝偻病的预防与治疗原则是:一方面,注重营养素的平衡摄入,在弄清病因的前提下,在短时期内给予治疗剂量的营养素。另一方面,要注重调整参与骨生成的所有组织和器官功能,充分提高钙的生物学利用度,使骨基质能正常钙化。不能盲目地给小儿长期大剂量地补钙、补维生素D,否则可能造成结石、软组织钙化、微营养失调如碘缺乏、铁缺乏等后果。另外,中医中药在防治佝偻病上也具有独特作用。临床实践证明,中药可调整所有参与骨生成的器官的功能,调节二十余种参与骨生成的营养素、激素、细胞因子的浓度,提高钙的生物学利用度,促进骨基质钙化,对佝偻病的防治有重要作用。

骨质疏松症的预防与治疗较佝偻病更为复杂,必须采取综合防治的原则。与会专家结合我国的实际情况,重点对更年期和孕产妇这两个重点人群的预防与治疗提出了建议。指出骨质疏松症预防重点是合理膳食,要多摄入富含维生素D、钙和胶原的食物,特别是要多摄入富含有利于上述营养素吸收的食物。在妊娠期间,要增加户外活动,促进内源性维生素D的合成。更年期妇女可在医生的指导下适当补充雌激素。中医学理论认为,原发性骨质疏松症因阴阳失衡引起,在治疗中应用“肾主骨”的理论,强调调理内分泌功能的作用,根据病人病情采取辨证施治,标本兼治。



挽救患怪病少女

腰交感神经切除术

山东阳谷县15岁的患者小袁,在2005年寒假前的一天晚上睡觉时,突然出现两脚脚趾和脚底发红疼痛,就像抹了辣椒水一样,痛感逐渐向脚跟和小腿发展,且疼痛逐渐加剧。因为像火烧火燎一样疼痛,小袁只好将双脚泡在水里,但疼痛剧烈时将双脚浸泡在常温的水里都无济于事,只有浸泡在冰水里才能缓解。不仅是疼痛,渐渐地,小袁的双脚开始变黑烂。

小袁的父母带着她走遍了当地的医院,当地医院既不能确诊,也没有好的办法医治。3月23日,在父亲的陪伴下,小袁来到北京就诊,找到了北医三院血管外科主任董国祥教授。凭着多年的经验,董教授确诊小袁患的是“红斑性肢痛症”,应该采用阻断交感神经的方法,调节下肢血管的舒缩功能以缓解疼痛。在放射科的协助下,2005年4月14日,董教授为小袁施行了“化学性腰交感神经切除术”。手术立竿见影,当天,小袁的双脚就不用冰水浸泡了,两只脚和小腿迅速消肿。小袁说,几个月来她第一次能安然入睡了。

据董国祥教授介绍,红斑性肢痛病是一种基因突变引起的血管性疾病,多发于青少年,发病率较低。特征为阵发性肢端皮肤温度升高,皮肤潮红肿胀,剧烈灼痛,尤以足趾、足底最为显著。环境温度升高时灼痛加剧,夜间睡眠时常因足部温暖而产生剧痛,双脚暴露被外可减轻疼痛,用冷水浸足或抬高患肢时灼痛可减轻。由于双足长期浸泡于冰水中,很容易使皮肤感染溃烂。若能及时治疗,可避免双足感染坏死。

据了解,“化学性腰交感神经切除术”是北医三院血管外科董国祥教授率先引进并开展的,是从根本上解决“红斑性肢痛症”的方法。

文/张秀花 李天润