

# 春季宝宝顺时而养

本报记者 周娟 通讯员 李尤佳

## 适度进食

春天到了,人的机体随万物萌发。此时是孩子生长发育的一个高峰期,儿童也处于一个快速发育的阶段。此时,要顺应时令变化趋利避害,让孩子健康成长。

省中医院儿科主任医师董志巧介绍,中医有“要得小儿安,三分饥和寒”的说法,儿童过饱易积滞,消化吸收不良,或出现化火生热。春季儿童体内阳气处于逐渐萌动上升之时,尤要防止生内热上火。春季儿童要多吃时令蔬菜,少吃肥厚油腻食品,顺应自然界阳气上升的气候特征。

传统习俗认为,芽苗类食物具升发之性,早春时节多吃豆芽、香椿芽、荠菜、春笋等芽苗类食物,有利于孩子科学养生。但儿童正在生长发育期,蛋白需求量较大,注意多吃鱼肉,鱼肉蛋白富含脑发育和脑功能发挥所必需的优质蛋白。此外,春季人体内脏基本处于肝旺脾弱的状态。酸味食品补肝,肝气更亢盛,所以,春季饮食要少酸,甘味食品可补脾,多食甘味能改善肝旺脾弱。

## 顺时穿衣

“衣服到底是穿多一点还是少一点好呢?”在春季气温反复变化的时候,家长最烦恼的就是给孩子穿衣服。

春季感冒的预防在于父母要根据气候、室内外温度变化适时给孩子增减衣服。小孩跟大人穿得厚薄差不多就行了,不要因为孩子小就穿太多,小孩由于新陈代谢旺盛,较成人来说更怕热。想要增强宝宝抵抗力,平时可以适

当摄取含蛋白质、维生素A、铁、锌等的食物,多吃新鲜蔬菜和水果和高纤维食物。省中医院儿科副主任医师李玮说,感冒的宝宝要多饮水、多休息,注意合理营养。最好不要带孩子到人群密集的公共场所。如果小孩有发烧症状,一定要带到正规医院检查、治疗。

儿童春捂的尺度是不要有汗,手脚不凉,背部温暖,背部体温稍高于手温。衣服要宽松,稍大一点,穿脱方便。另外,儿童不宜穿皮衣或皮毛类服装,中医说皮毛有“消阴”弊端,易消耗阴液,产生内热。春季气温回升,难免有出汗。化学纤维不吸水,化纤类衣物遇汗后,纤维间孔会被堵塞,不透气,不利散热,造成出汗加重。棉质衣物可吸汗,可减少湿疹、荨麻疹等皮肤疾病。

## 科学防病

春天是感染性疾病好发的季节,儿童更是传染病的高发人群,常见的儿童高发病包括流行性感冒、水痘、猩红热和流行性腮腺炎等。

专家介绍,呼吸道传染病大多通过飞沫由空气传播,故预防此类疾病要加强幼儿的体育锻炼,提高幼儿抗病能力,保持室内空气流通和一定湿度,传染病流行期间,尽量少出入人多空气污浊的公共场所,按时按规定给孩子进行预防接种。

李玮特别提醒,有些家长认为,感冒是无关紧要的小病,但对婴幼儿来说,随感冒而出现的并发症甚至会危及生命。由于机体免疫功能尚未发育完善,婴幼儿患感冒后极易合并支气管肺炎、喉炎、中耳炎、扁桃体炎等病症。另外,感染和变态反应还可诱发风湿病、肾炎、

心肌炎和肝炎等,因而不可麻痹大意。若是孩子有咳嗽或发烧的症状,持续三天以上,家长不要自行在家为孩子用药,最好到医院检查确诊。

## 远离过敏

春暖花开时节正是宝宝过敏性疾病的高发期,宝宝如何防过敏是家长们都会关心的问题。过敏性疾病包括过敏性鼻炎、哮喘、接触性皮炎、湿疹以及过敏性紫癜等。这类疾病一方面与小儿自身的体质有关,另一方面与春季弥漫于空气中的易引起过敏的粉尘有关。

董志巧告诉记者,食物可能是宝宝接触的最主要的环境过敏原,早期接触食物过敏原在宝宝过敏性疾病的发展进程中起关键作用。

在1周岁内,不要给宝宝喂鱼、虾、螃蟹、海味、蘑菇等容易引起过敏的食物。宝宝的饮食要逐一地分开增加,一旦出现反应,应停食此种食物,过一段时间再试试。切忌同时添加多种食物,否则就很难找出真正引起过敏的食物品种。

宝宝卧室内的陈设要尽量简单、清洁。不要用地毯、塑料壁纸和PVC地板。居室最好选干燥、朝阳的房间,保持室内空气新鲜,注意通风,阳光充足。室内不要放花草、化妆品。宝宝要远离烟气污染的环境。宝宝的衣着、被褥应以柔软、温暖、清洁、无刺激性为首要选择条件。对花粉过敏者,最好少去花草树木茂盛的地方。此外,春季蚊虫比较活跃,蚊虫叮咬人后除导致局部瘙痒外,也易造成少数宝宝对螨蛋白过敏而引起哮喘、湿疹或紫癜。



## 市一院 医学美容中心开业

本报讯(记者 汪辉 通讯员 陈建平)3月21日,郑州市第一人民医院医学美容中心开业。这是省内公立医院较少成立的医学美容中心。

该中心占地近1000平方米,配有先进的医疗美容设备和精细的手术器械,设有美容外科、美容皮肤科、美容牙科、美容中医科、高级体检保健中心、心理咨询中心、抗衰老中心、再生医疗中心等,主要开展的项目有眼眉部整形美容、鼻部整形美容、耳部整形美容、唇部整形美容、瘢痕整形美容、手足整形美容、吸脂减肥与体型美容、乳房整形美容、会阴部私密整形、面部轮廓整形、面部年轻化、皮肤肿瘤与色素痣治疗、自体脂肪移植、毛发移植术、瘢痕性秃发修复、腋臭治疗以及非手术注射美容、激光美容、皮肤护理、医学纹绣等,专家团队均前往韩国、日本、德国、法国、瑞典等国家进修、学习过。

为了方便爱美人士,该中心实施弹性工作制,增设晚间门诊,为爱美者提供8小时外的美容需求服务。同时,开业之际推出系列优惠大酬宾活动。

## 京豫儿童医院联盟 打造全国儿童医院“大医疗”

本报讯(记者 汪辉 通讯员 万道静)近日,北京儿童医院院长倪鑫一行到市儿童医院参观考察。

据悉,该院正探索组建“国家儿童医学中心”、“北京儿童医院集团”,欲与国内实力强的儿童医院进行医疗联盟,共同打造“大医疗、大科研”格局,市儿童医院将率先加入该医疗联盟,造福中原广大儿童。

作为国内实力最强的三级甲等儿童医院,北京儿童医院发挥领头羊的作用,将在全国近60家儿童医院中,联合设置几个国家儿童医学中心分中心,以打造北京儿童医院集团。在参观考察座谈会上,倪鑫表示,从全国儿童医院硬件设施方面讲,郑州市儿童医院是面积最大、建筑群体最多、硬件设施最好的儿童医院,希望能与郑州市儿童医院联合,在人才培养、医疗共用、科研资源挖掘等方面共同努力,强化打造“大医疗、大科研”格局,加强对地方儿童医院的支持与帮助,实现资源优势互补,使当地儿童在不出省的情况下也能享受到北京儿童医院专家的医疗服务。

据了解,郑州市儿童医院和北京儿童医院的交流源远流长,有着良好的合作基础。在郑州市儿童医院的发展中,北京儿童医院院士张金哲及其专家团队起到了重要的作用。今后,双方建立协作关系,将通过不断全面深化联系、拓宽未来合作领域、整合优势资源互补,对增强该院实力,优化医院结构,提高服务水平,探索建设现代化医院管理起到强有力的提升作用。

又讯因为先天性食道闭锁,出生不到半月的楠楠不仅吃不下奶,且嘴巴还时不时地吐着白色的泡泡,像一个“螃蟹宝宝”。日前,市儿童医院专家成功为孩子实施了手术。

楠楠是个早产儿,出生时只有1.5千克,属于极低体重的未成熟儿。更让人揪心的是,楠楠出生后,呼吸困难,口唇和四肢紫绀。在当地医院吸痰吸氧治疗后好转,但喂奶后呼吸更加困难,并呕吐不止,遂转院至郑州市儿童医院新生儿外科。经检查确诊楠楠为先天性食道闭锁V型,如不及时手术,会有生命危险。该院新生儿外科主任王献良介绍,食道闭锁比较少见,发病率为1/3000~1/5000,其中V型极其罕见,占食道闭锁的6%,市儿童医院建院以来只发现3例,且楠楠手术年龄最小。

## 60名特殊患者 报名郑开国际马拉松赛

本报讯(记者 汪辉 通讯员 马霖 贾庆东)2013年郑开国际马拉松赛即将拉开帷幕,一群特殊的患者将再次现身赛场,成为赛场一道独特的靓丽风景。

记者日前从郑州市人民医院获悉,此次参加郑开国际马拉松赛的除了40名肝移植患者外,还有20名肿瘤患者踊跃报名参赛。其中,周口鹿邑县农民许臣金、李秀英夫妇也报名参赛。去年5月13日,该院成功为肝病者许臣金进行活体肝移植手术,肝源是他的爱人李秀英捐献的。这例人间活体肝移植手术在我省属于首例,在全国是第六例活体肝移植术。

“我们已连续三年组织器官移植患者参加了郑开国际马拉松赛,取得的效果不错,不仅增强了他们的生活信心,对他们的身体恢复也很有好处。”做过肝移植的人是否能剧烈运动,郑州人民医院肝外科主任陈国勇表示,手术超过半年后,器官移植患者参加运动不受影响,运动情况和原来差不多。

## 腹泻久治不愈 警惕免疫缺陷病

本报讯(记者 赵佳 通讯员 高歌)近日,省人民医院收治了一名常见变异型免疫缺陷病(CVID)患者。

患者姚先生来自荥阳,腹泻史长达5年之久,反复治疗也未见好转。此外,还伴有慢性支气管炎。经人介绍,姚先生来到了省人民医院就诊。该院消化内科主任医师王修齐详细检查,诊断姚先生患有常见变异型免疫缺陷病。在补充两种球蛋白及抗贾第虫治疗后,患者的胃肠道症状得到了明显改善。

“腹泻主要分为急性和慢性腹泻两种。若是因为饮食不洁造成的急性胃肠炎等急性腹泻,即使不用药,通常1周内都会痊愈;若是痢疾等急性腹泻,也需特殊治疗,但一般两周之内会好。不过常见变异型免疫缺陷病却需要终生治疗,且一旦出现感染时要及时给予抗生素等治疗。”王修齐介绍,常见变异型免疫缺陷病是一种先天免疫性疾病,主要表现为呼吸道感染、消化道的持续慢性炎症,病因不明,发病年龄不定。

## 门诊见闻

### 郑大三附院 实施复杂先心病试管婴儿手术

本报讯(记者 赵佳 通讯员 朱高峰)贝贝(化名)是个试管婴儿,还患有罕见复杂先心病,幸运的是,刚出生3天的他被成功实施了手术,创造了我省复杂先心病试管婴儿最小年龄记录。

来自商丘的小王夫妇,婚后一直未能生育,一年前选择了试管婴儿助孕治疗,并成功妊娠。3月15日,小王妻子生下了一名体重为3.3千克的男婴贝贝。然而,孩子出生后全身紫绀,呼吸出现困难,被急诊转往郑大三附院新生儿重症监护中心抢救,确诊贝贝患上了室间隔完整型大动脉转位。这种复杂先心病较为罕见,由于主动脉与肺动脉位置相反,贝贝仅能靠异常通道——动脉导管维持生命,而动脉导管随时可能闭合,危及患儿生命。

3月18日上午,监护仪显示贝贝动脉血氧分压仅为17毫米汞柱,生命危在旦夕。该院小儿先心病诊治中心主任李群当即决定急诊手术。历时近5个小时,成功为“迷你”心脏实施了大动脉转位矫治术。

### 市七院 改良手术治愈复杂先心少女

本报讯(记者 周娟 通讯员 荣文翰)近日,市七院心外科三病区成功开展了一例肥厚性梗阻型心脏病新手术。

年仅24岁的小丽,近一年来出现活动后胸闷气短、心慌等症,她慕名到市七院心外科三病区。彩超检查后发现,小丽患有一种严重的心脏病——“肥厚性心脏病”,心脏内部的室间隔增厚,压迫了心腔,导致心脏不能正常射血,出现了体循环供血不足的症状。经周密准备,历经4个小时的紧张手术,专家成功为其施行了“左室流出道疏通术”,也称为改良morrow手术。术后一周患者痊愈出院。

据该院心外科三病区杨斌介绍,肥厚性梗阻型心脏病是一种最常见的遗传性心脏病,30%~55%的病例有家族史。该疾病严重时会导致患者猝死,尤其在剧烈运动过程中,心脏强烈收缩导致流出道严重狭窄。肥厚性心脏病的棘手问题是大多数患者早期无症状或症状轻微而被忽略,延误了治疗时机。对一小部分患者,尤其是年轻人,在无心脏结构发生异常前会引发猝死。

### 市三院 在指头大空间里切除瘤子

本报讯(记者 周娟 通讯员 陈锦屏 刘凯迪)通过指头粗的脊髓,市三院专家日前为一患者成功切除了瘤子。

来自商丘的24岁的患者,头颈交界处的脊髓内长了个血管瘤。由于瘤子压迫脊髓,使神经受损,走路异常困难、脖子疼痛。到几家医院检查后,医生都说手术难度很大。日前该患者到市三院神经外科求诊,该科主任安锡恩检查发现,患者瘤子位置非常险要,上接颅脑,下连脊髓;再加上是个血管瘤,手术中很容易破裂出血,出血后易损伤脊髓,轻者造成截瘫,重者导致死亡。但为了治愈患者,安锡恩决定手术。

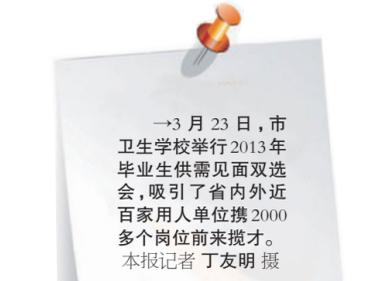
在显微镜下,安锡恩从脊髓那个指头粗的狭小的空间里完整地剥离出一个直径2厘米的瘤子。术后,患者很快清醒,胳膊、腿均能正常活动。



←3月24日,市民杨子军在河南省血液中心献血,这是他第100次献血。

杨子军一家都是我市“献血英雄”。至今,其爱人献血71次,儿子献血37次,全家共献成分血322个治疗量,全血11400毫升。

本报记者 丁友明 摄



→3月23日,市卫生学校举行2013年毕业生供需见面会,吸引了省内外近百家用人单位携2000多个岗位前来揽才。

本报记者 丁友明 摄



←近日,市一院开展“用青春护卫母亲河”活动,组织青年志愿者到黄河岸边清理垃圾、植树等。

楚哲 摄



## 小儿斜视要及早治疗

本报讯(记者 赵佳 通讯员 尹歌)近日,市二院儿童眼科一病区主任王素萍为一名仅11个月大的斜视患儿成功手术。

该患儿家长王女士介绍,几个月前发现宝宝的眼睛是斗鸡眼,但没放在心上。不想宝宝10个月多了,还是斜着看人,于是带着孩子来到了市二院求诊。经检查,孩子被确诊为先天

性斜视,偏斜角度很大,如不及时通过手术治疗,对宝宝的视功能有很大损害。

王素萍介绍,斜视有内斜和外斜之分,外斜就是通常所说的斜白眼,内斜就是斗鸡眼,儿童的斜视以内斜居多。3个月以后的婴儿,眼睛就逐渐稳定下来了,但如果到了6个月以后,婴儿的眼睛看起来还是有内斜或

外斜,应及时到医院诊治。

此外,在儿童时期患上斜视还会影响全身骨骼的发育,如先天性麻痹斜视的代偿头位,使颈部肌肉挛缩和脊柱发生病理性弯曲,及面部发育不对称。随着医疗水平和科技的发展,只要孩子的情况符合手术条件,通过早期干预,照样可以获得良好的视功能。