



窝着玩手机、坐姿不良,男孩脊柱侧弯身高比同龄娃矮一截 想让孩子腰板直 这些姿势要避免

本报讯(记者 刘菊)家长们都希望孩子能健康茁壮成长,同时也希望他们能拥有良好的形体,“挺起胸,别驼背”成了很多家长对孩子说的口头禅。记者从哈医大四院松北院区儿童康复科了解到,随着近年来生活习惯的改变,不良的坐姿、户外运动少而在家里“东倒西歪”,临床上脊柱侧弯的患儿越来越常见。

小阳(化名)今年11岁,两个月前,父母发现他在家坐不正也站不直,弯腰驼背,身高也比同龄小朋友矮了一截。担心孩子形体姿态不好,父母便带着孩子来到哈医大四院松北院区就诊。经详细的姿态评估,儿童康复科主任周大勇教授发现小阳脊柱胸腰段向左侧偏了10度。

据周大勇介绍,脊柱侧弯是脊柱偏离正常中线产生的一种畸形,排除先天疾病等病理性因

素,从儿童会走开始便可能出现。其高发年龄是6岁至14岁,多数由于长期姿势不良、营养状态不好等原因导致。常见表现为外观畸形,如剃刀背、驼背、骨盆倾斜、胸廓不对称、高低肩和双下肢不等长等。

“询问病情后,我们发现患儿有个不良习惯,就是喜欢窝在沙发里玩手机,沙发很软,孩子又是歪着的姿势,且在学校的坐姿也相对懒散,时间久了便可能引发脊柱侧弯。”据介绍,人的脊柱有30余节,每个关节都有受力关系,当人的骨盆不正时,脊柱便会发生相应的调整性改变。以患儿小阳为例,他长期歪着坐,左侧脊柱得不到运动力量下降,便可能出现脊柱轻度侧弯。

随着生活习惯改变,电子产品越来越多被儿童使用,久坐、不良的坐姿以及缺乏运动等因

素使脊柱侧弯这一疾病在青少年儿童人群中越来越常见。医生强调,脊柱侧弯不仅会影响孩子的身高,还可能导致腰背疼痛、无法久坐,学习、工作能力下降,有的在凹侧还会产生骨刺,压迫脊髓或神经,引起截瘫或椎管狭窄。严重者甚至可能影响胸廓发育,压迫心肺,进而引起心肺功能障碍或衰竭。

周大勇教授表示,治疗脊柱侧弯早期发现是关键,除了学校体检,建议家长学会“一看、二摸、三弯腰”。一看,是让孩子脱掉上衣,光脚自然站立,家长站在孩子背后,观察孩子的两肩是否等高。二摸,是家长伸双手同时按压孩子背部的肩胛骨,观察有没有一侧肩胛骨向后凸起、肩胛下角是否等高。三弯腰,是让孩子站立做弯腰动作,双手自然下垂,家长触摸并对比孩子的双侧



背部和腰部是否对称、有无异常隆起。用中指和食指沿着脊柱棘突两侧摸下来,看是否呈一条直线。

医生强调,当怀疑孩子可能出现或已经出现脊柱侧弯时,一

定要带孩子及时去正规医院进行诊治。脊柱侧弯随着孩子的成长会逐渐加重,不及时治疗会延误病情,危害孩子的身心健康。越早发现,进行康复治疗治愈的几率就越大。

暴饮暴食 女子急性胰腺炎发作

专家提示:临近春节,小心“祸从口入”



本报讯(丁虹霖 记者 刘菊)新春佳节将至,很多市民都会享受美食、大快朵颐,但与此同时也需要警惕常见的“节日病”——急性胰腺炎。

近日,70岁的汤女士因饱餐后突发上腹部胀痛而来到哈医大一院消化科治疗。到医院时,汤女士腹痛难忍、大汗淋漓,结合病史查体被诊断为急性胰腺炎。对此,哈医大一院消化内科主任史

立军教授表示:“暴饮暴食容易导致肥胖症、糖尿病、高血压等慢性疾病,实际上,暴饮暴食更容易引发一种严重的消化系统疾病——急性胰腺炎。”

医生表示,胰腺作为人体第二大消化腺,起着关键作用。它位于胃的后方,分为胰头、胰体和胰尾,胰腺的组织可产生胰液为外分泌功能;胰腺内的胰岛细胞可产生胰岛素、胰高血糖素等物质属内分泌功能。较为常见的急性胰腺炎病因包括胆结石、蛔虫、胆道感染;大量饮酒、暴饮暴食;高血脂、高血钙等。当胰腺炎发生时,患者常常会以急性上腹痛为首发症状,腹痛可为钝痛、刀割痛或绞痛,呈持续性,阵发性加重,可伴恶心、呕吐、腹胀、发热。患者入院后多可通过询问病史、查体、胰腺CT、实验室检查等明

确诊断。

为什么饮酒、暴饮暴食会诱发急性胰腺炎?史立军教授介绍,正常情况下胰腺内的分泌压与胆道中胆汁分泌压存在正常压力梯度,不会发生返流,而且Oddi括约肌及胰管括约肌可防止返流。而酒精及大量食物可刺激胰腺大量分泌胰液、引起十二指肠乳头水肿、Oddi括约肌痉挛,从而使胰管内压力骤升,胰管阻塞,诱发急性胰腺炎。所以,当大量饮酒或高脂饮食后出现上腹部剧烈疼痛,且一般止痛药物无法缓解时,需警惕胰腺炎的发生。

医生提醒,重症胰腺炎的并发症很凶险、治疗费高且预后较差,因此预防大于治疗,应从源头降低胰腺炎发生的概率。患上急性胰腺炎时,要早就诊、早治疗,争取早康复,以免病情进展成为重症。小酌怡情,酗酒伤身,春节临近,建议市民节日期间合理饮食,避免“祸从口入”。

情绪激动 老人突发急性青光眼

医生:患者要控制情绪、保证休息

本报讯(黄思佳 徐旭 记者 刘菊)春节将近,哈医大一院眼科医院王峰教授提醒,节日期间要避免情绪激动、着急上火,这些对于上了年纪、有高血压、青光眼病史的人来说都是高危因素。

春节前夕,85岁的于女士因为一些琐事,心情焦虑、情绪激动,突发视物模糊、眼睛胀痛、头痛。家人将她送到哈医大一院就诊。

经检查,王峰教授诊断于女士为双眼急性闭角型青光眼、左眼间歇期、右眼临床前期、双眼老年性白内障、右眼年龄相关性黄斑变性。

王峰教授立即给予对症药物治疗,由于于女士有高血压病史,高压达到195毫米汞柱,在心内科会诊调整好各项身体指征后,王峰教授为她进行了右眼超声乳化白内障摘除、人工晶体植入、术中房角镜下顺利行房角分离,左眼激光周



边虹膜切开术。术后,于女士两只眼睛的视力终于保住了。

王峰教授介绍,急性闭角型青光眼发病迅速、危害性大,可导致患者失明。诱发青光眼的常见原因有心理社会因素,如工作环境变动、家庭问题,愤怒、悲伤、忧郁、过度兴奋等激动情绪。

王峰教授提醒,春节将至,建议市民要作息规律,欢庆节日的同时不要忘记休息,尤其是上了年纪或者有青光眼家族史的人,更要注意保证足够的休息和情绪控制,防止青光眼发作。

中国福利彩票

特别提示:“王寅虎20元”“王寅虎50元”游戏派奖以信控系统实际开奖时间为准。最终解释权归中国福利彩票发行管理中心所有。凡在黑龙江省参与此次派奖活动的彩民,派奖时间从2022年1月20日0时开始至2022年1月28日23时停止,春节休市结束后,如中福彩中心此次派奖活动未结束,我省将从2022年2月8日0时起继续参与中福彩中心派奖活动,派奖截止时间以中福彩中心活动公告为准。

派奖时间 2022年1月20日0时至2022年2月24日24时(派奖系统截止时间以活动公告为准)

派奖规则

活动期间对即开型彩票游戏“王寅虎20元”和“王寅虎50元”100万元、100元、60元奖级的中奖彩票进行派奖。

单张兑取100万元的彩票中奖者,派送100万元固定奖金;

单张兑取100元的彩票中奖者,派送50元固定奖金;

单张兑取60元的彩票中奖者,派送30元固定奖金。

增福添彩壬寅虎 亿元派奖好运舞

扶老 助残 救孤 济困

黑龙江省福利彩票发行中心

HAPPY NEW YEAR Happy new year