

开栏语

《妇幼名医说》是一档专注于妇幼健康领域的医学科普栏目。今日起,本报将邀请徐州市妇幼保健院各科室名医专家,为您带来权威、专业、实用的妇幼健康知识。在这里,名医不是遥不可及的称谓,而是您身边值得信赖的健康顾问,愿《妇幼名医说》成为您育儿路上的贴心伙伴、守护健康的温暖灯塔。

小月龄宝宝养育 这些误区要避免

儿童康复门诊专家提醒:错误养育方式会导致发育滞后

文/本报记者 刘泓雨 通讯员 张彤

图/本报记者 秦媛

大运动发育落后、语言开口晚、肌性斜颈、姿势异常……这些或许都是高危儿存在的发育风险。在徐州市妇幼保健院儿童康复门诊,主任医师李素每天都会遇到因错误养育方式导致发育滞后的小患者。针对网络上广为流传的不合理婴幼儿养育方法,她结合临床案例为家长科普科学养育的核心要点。

最常见的误区是对俯卧训练的过度恐惧。许多家长总让宝宝平躺,极少安排俯卧时间,李素的门诊中不少两月龄左右的宝宝,头控能力远低于同龄水平,核心原因就是俯卧训练严重不足。李素指出,宝宝清醒且有家长看护时,多进行俯卧位练习是锻炼颈背肌肉、提升头控能力的核心方式,还能辅助缓解肠胀气。建议避开刚喂奶的时段,从短时间、多频次开始,也可让宝宝趴在家长胸口互动,逐步提升时长。

其次是抱姿与肢体训练的两极化误区。有的家长长期用错误姿势竖抱宝宝,腰部、颈部缺乏有效支撑;另一类家长则过度小心翼翼,不敢活动宝宝肢体,连基础被动操都从未做



为宝宝进行俯卧训练。

过。李素强调,小月龄宝宝抱姿必须护好腰、颈部位,飞机抱等姿势可用于缓解肠绞痛,但不可长期保持单一错误姿势。日常要规范开展上肢、下肢被动操,轻柔活动关节,维持正常肌张力,这是后续大运动发育的基础,绝非“没必要的折腾”。

睡姿偏头问题也常被错误科普误导。不少家长照搬所谓“最佳睡姿”,长期让宝宝朝同一方向睡,最终出现偏头、斜颈倾向,转头反应迟钝。李素建议,宝宝睡眠要遵循“侧身侧头”原则,左右两侧交替睡,可在身后垫靠枕固定姿势;日常可通过玩具、人脸等引导宝宝向两侧追视,既能纠正偏头习惯,也能同步促进视听与颈部运动发育。

李素再次强调,儿童发育有其客观规律,网红育儿法往往忽略个体差异,家长切勿盲目跟风,更要重视早期发育监测,定期到专业康复门诊评估,在医生指导下开展科学干预,才能帮宝宝稳稳走好发育每一步。



外国留学生走进徐医大附三院 体验优质口腔诊疗服务

本报讯(记者 马薇妮 通讯员 王舒)8月24日,徐医大附三院口腔科迎来在徐州医科大学求学的3位外国留学生。口腔科医护人员为他们进行了口腔健康筛查,提供了专业的诊疗建议,让外国学子近距离感受规范化、精细化的口腔医疗服务。

检查现场,该院口腔科主任杨新亮依托先进的口腔影像设备,为3位留学生逐一细致阅片,精准排查智齿隐患、隐匿龋坏、既往治疗遗留问题等各类口腔病灶,全面分析个人口腔健康状况。杨裕臣医生针对不同牙齿问题,耐心讲解个性化诊疗方案、治疗周期及相关注意事项,细致答疑解惑,科普牙齿养护、健康护齿等知识。检查结束后,医护团队为留学生开展规范化口腔洁治、龋齿充填,实现口腔筛查、健康宣教、基础诊疗一站式服务。

“今天来到徐医大附三院体验口腔科服务,医生对比了我过去和现在的牙齿情况,讲解清晰,服务体验非常好。”徐州医科大学影像专业留学生苏门由衷感叹。

徐州医科大学麻醉专业的留学生单伟表示,自己此前曾在本国做过口腔治疗。经过这次系统检查,他全面了解自己的口腔健康情况,此次口



为外国留学生进行口腔健康筛查。

腔检查给他留下良好印象。

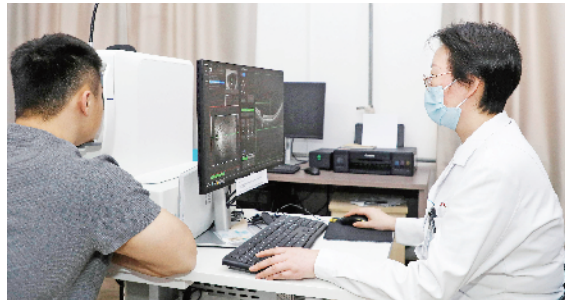
徐州医科大学神经内科专业留学生卫来表示:“此次就诊让我感受到严谨规范的临床诊疗体系,对我今后的专业学习有很大帮助。”

杨新亮表示,本次与徐州医科大学联合组织的教学体验活动,既是面向留学生的暖心健康服务,也是一场生动的跨专业临床教学交流。下一步,徐医大附三院口腔科将持续发挥专科技术优势,常态化开展规范化涉外医疗服务与学术交流,搭建优质中外医学沟通平台,助力院校国际化医学人才培养。

本报记者 秦媛 摄

考驾照视力“翻车” 竟查出青光眼

徐州六院OCTA检查为眼底健康装上“预警雷达”



进行OCTA检查。

文/本报记者 刘泓雨 图/本报记者 秦媛

提起青光眼,很多人的第一反应是“老年病”。事实上,青光眼可以发生在任何年龄段,它最可怕的地方在于,慢性青光眼的发生往往悄无声息,视力在不知不觉中缓慢下降,不少人误以为是“年纪大了正常老花”,结果一拖再拖,追悔莫及。

考驾照视力“卡壳”,一查竟是青光眼

近日,王先生(化名)在考驾照时“栽了跟头”,30岁出头的他在视力测试环节“翻了车”。王先生以为只是近视度数涨了,到徐州市第六人民医院(市一院分院)眼科一查,结果令人大吃一惊:他的右视神经已经明显萎缩,左眼也出现了早期病变,被确诊为慢性青光眼。

“慢性青光眼就像个小偷,悄悄把你的视力一点点‘偷走’。”接诊的眼科主任医师曹野感慨道。由于病程缓慢,几乎没有痛感,患者往往毫无察觉,等到发现时,视神经损伤常常已经不可逆。王先生还算幸运,因为考驾照“意外”发现了问题,为干预治疗争取了宝贵的时间。

OCTA检查:在视神经萎缩前发现危险

如何让青光眼在造成不可逆损伤前就能被发现?市第六人民医院眼科最新引进的OCTA(光学相干断层扫描血管造影仪),在青光眼筛查中发挥了重要作用。

“我们眼底的血管是全身唯一可以直接观察到的血管。”曹野介绍,通过眼底检查,不仅能发现眼部病变,还能窥见高血压、糖尿病等全身疾病的“蛛丝马迹”。

然而,传统眼底照相只能看到视网膜表面的平面图像,更为先进的OCT(光学相干断层扫描)则能给视网膜拍“高清结构图”,能“看到”视网膜的十层结构,判断有没有水肿、裂孔;OCTA则在此基础上更进一步——它利用血管中红细胞作为“天然造影剂”,无需注射任何造影剂,就能清晰呈现视网膜和脉络膜的微血管网络,捕捉到早期的血流异常信号。

“青光眼患者的眼压升高,会压迫供应视神经的血管,导致血供受损。”曹野解释,“这种血流变化往往发生在视神经结构萎缩之前。OCTA的优势就在于,它能在视神经还没出现明显萎缩时,就通过血流信号的变化发出预警。”

安全、快捷、无创,这是OCTA的另一大亮点。整个检查过程无需散瞳、无需注射造影剂,避免了过敏反应风险和肝肾功能损害的顾虑。最多一分钟内,机器就能完成扫描,生成高分辨率的眼底血管图像。

“对于糖尿病视网膜病变、老年性黄斑变性、视网膜静脉阻塞等需要定期复查眼底的慢性眼病患者,尤其友好。”曹野表示。

这些信号,别不当回事

青光眼虽然隐蔽,但并非无迹可寻。曹野提醒,如果您属于以下情况,建议尽早到眼科进行专业检查:无明显原因的视力逐渐下降,尤其是周边视野变窄;看灯光时出现彩虹样光晕;眼睛经常发胀、疲劳,休息后无法缓解;有青光眼家族史;高度近视、糖尿病、高血压等高危人群。

“视神经的损伤是不可逆的,我们能做的,就是在他还能被保护的时候,把它找出来。”曹野表示,目前OCT设备在我市各医院眼科已较为普及,但OCTA仍属“高配”。徐州六院眼科OCTA检查已正式投入使用,周边居民在家门口就能享受到精准、前沿的眼底检查服务。曹野再次提醒,早发现、早干预,是保住视力的唯一钥匙。如果您发现看东西不对劲,请及时到正规医院眼科就诊。